



ਅੰਤ ਵਿੱਚ, ਚੁੱਪ ਰਹਿਣ ਦਾ ਸਿੱਟਾ ਅੱਗੇ ਜਾ ਕੇ ਹਿੰਸਾ ਨਿਕਲ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਅਪਮਾਨ ਦੇਖਦੇ ਹੋ
 ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਸੁਣਾਓ

ਇਕੱਠਿਆਂ ਮਿਲਕੇ, ਅਸੀਂ ਸਾਰੇ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਖਤਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ।
 ਗੱਲਬਾਤ ਸ਼ੁਰੂ ਕਰਨ ਲਈ, respect.gov.au/punjabi ਉੱਤੇ ਜਾਓ

ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਵਿਵਹਾਰ ਦੇਖਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਚੁੱਪ ਰਹਿਣਾ ਵਧੇਰੇ ਆਸਾਨ ਲੱਗ ਸਕਦਾ ਹੈ, ਪਰ ਇਹ ਨੌਜਵਾਨ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਸੰਦੇਸ਼ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਦੀਆਂ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਠੀਕ ਹਨ।

ਜਦੋਂ ਇਹ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅਪਮਾਨ ਨੂੰ ਉਸੇ ਵੇਲੇ ਰੋਕ ਕੇ, ਅਸੀਂ ਸਵੀਕਾਰ ਯੋਗ ਵਿਵਹਾਰ ਲਈ ਉਦਾਹਰਣ ਕਾਇਮ ਕਰਦੇ ਹਾਂ। ਜਦੋਂ ਅਸੀਂ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਦੂਸਰਿਆਂ ਨੂੰ ਦੱਸਦੇ ਹਾਂ, ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਵੀ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਦੀ ਸ਼ਕਤੀ ਦਿੰਦੇ ਹਾਂ।

ਆਦਰ ਬਾਰੇ ਕੀਤੀ ਸਾਡੀ ਹਰ ਗੱਲਬਾਤ ਬਹੁਮੁੱਲੀ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਉਸਾਰੂ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਸਾਡੇ ਬੱਚਿਆਂ ਅਤੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਤ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਹਰ ਰੋਜ਼, ਸਾਡੇ ਕੋਲ ਔਰਤਾਂ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਅਪਮਾਨ ਅਤੇ ਹਿੰਸਾ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਭਵਿੱਖ ਦੀ ਸਿਰਜਣਾ ਕਰਨ ਲਈ ਬਦਲਾਅ ਕਰਨ ਦੇ ਮੌਕੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ। ਆਓ ਹੁਣੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰੀਏ ਅਤੇ ਸ਼ੁਰੂ ਵਿੱਚ ਹੀ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਲਈਏ।

VIOLENCE AGAINST WOMEN
LET'S STOP IT
AT THE START



Australian Government

A joint Australian, state and territory government initiative.