

लैङ्गिक समानता र सम्मानको प्रबर्द्धन

हानिकारक विश्वासहरूलाई चुनौति दिन र महिलाहरू प्रतिको अनुपयुक्त र अपमानजनक व्यवहार रोक्नको लागि धेरै कुराहरू छन्, जुन तपाईंले गर्न सक्नुहुन्छ।

तिनीहरू निम्न लगायतहरू हुन्:

जागरुकता सृजना गर्नुहोस्: घरेलु, पारिवारिक र यौनिक हिंसा (DFSV) बारेको जानकारीमा कमी र गलत जानकारी हुनुले साथै त्यसका कारणहरूले डर सृजना गर्छ र, हिंसा दुर्व्यवहार भोगिरहेका महिलाहरूलाई सहायता खोज्नबाट रोक्छ। घरेलु, पारिवारिक र यौनिक हिंसा राम्ररी बुझ्न र त्यसलाई कसरी रोक्ने भनी धार्मिक र सामुदायिक नेताहरूले विशेष तालिम लिन सक्छन्। तपाईंले सामुदायिक समाचारपत्रहरूमा, तथ्य पत्रहरूबाट जानकारी समावेश गर्न सक्नुहुन्छ वा तथ्य पत्रहरूलाई पर्चाको रूपमा वितरण गर्न सक्नुहुन्छ; पोस्टरहरूको रूपमा टाँसेर समुदायको ज्ञान बढाउन सक्नुहुन्छ; वा घोषणा गर्न सक्नुहुन्छ ताकि सम्बन्धहरूमा पुरुषहरूको सुरक्षित र सम्मानपूर्वक व्यवहारहरू बढावा गर्न र महिलाहरूले हिंसा र दुर्व्यवहारबाट मुक्त भएर बाँच्न पाउने अधिकार प्रबर्द्धन गर्नमा तपाईंको समुदायले तपाईंको धारणा थाहा पाउँछ।

छलफल गर्नुहोस्: घरेलु, पारिवारिक र यौनिक हिंसा र महिला विरुद्ध पुरुषले प्रयोग गर्ने हिंसा रोक्न, लैङ्गिक समानताको महत्व बारे कुराकानी गर्ने अवसरहरू सृजना गर्नुहोस्। यो प्रवचन, कम औपचारिक सानो समूहमा छलफल मार्फत वा विज्ञहरूलाई आमन्त्रण गरी तपाईंको समुदायको लागि बोल्न लगाएर गर्न सकिन्छ। समुदायका सवैलाई समावेश गर्नुहोस् – पुरुषहरू, महिलाहरू र साना उमेरका मानिसहरू।

तपाईंको परम्परागत विश्वासले पुरुषहरू र महिलाहरूबिच कसरी सम्मान र समानता बढाउँछ, कसरी महिलाहरूको भूमिका पुरुषहरूको भन्दा फरक छ र महिलाहरूलाई निर्णयकर्ता र नेतृत्वमा समावेश गराउन तपाईंले थप के गर्न सक्नुहुन्छ भनी विचार गर्नुहोस्।

संलग्न हुनुहोस्: बार्षिक रूपले २५ नोभेम्बरमा मनाइने *इन्टरनेशनल डे फर द इलिमिनेशन अफ भाइअलन्स अगेन्स्ट वुमेन (International Day for the Elimination of Violence Against Women)* र २५ नोभेम्बरदेखि १० डिसेम्बरसम्म गरी १६ दिन मनाइने *एक्टिभिज्म अगेन्स्ट जेन्डर बेस्ड भाइअलन्स क्याम्पेन (Activism against Gender-based violence campaign)* लगायत पुरुषहरू र महिलाहरूबिचको सम्मान प्रबर्द्धन गर्ने सामुदायिक पहलहरूमा सहभागी हुनुहोस्। तपाईंको आस्था र समुदायमा महिलाहरूले पुर्याएको योगदान मनाउन ८ मार्चमा अन्तर्राष्ट्रिय महिला दिवस पनि मनाउनुहोस्।

कार्य थाल्नुहोस्: महिलाको समानता र सम्मानलाई प्रोत्साहन गर्न तपाईंको समुदायमा परिवर्तनहरू गरी लैङ्गिक समानतालाई प्रबर्द्धन गर्नुहोस्। यी कार्यहरूमा लैङ्गिक समानता/महिला विरुद्ध हिंसा रोक्ने योजना वा कार्य समूहको थालनी गर्नु; कम उमेरका महिलाहरूलाई नेतृत्वमा संलग्न हुन प्रोत्साहित गर्नु; र नयाँ नेताहरूलाई तालिम प्रदान गर्नु लगायत पर्दछन्।

परिवर्तनको लागि साझेदारी र वकालत गर्नुहोस्: अन्य सामुदायिक समूहहरू, नेटवर्कहरू र आस्थामा आधारित समुदायहरूसङ्ग सम्पर्क र सहकार्य गर्नाले घरेलु, पारिवारिक र यौनिक हिंसा रोक्नको लागि, तपाईंलाई सिक्न बुझ्न र तपाईंको कार्यलाई सुदृढ पार्न सहयोग गर्न सक्छ। यसले तपाईंको आस्था मात्रै समूह र समुदायका सदस्यहरूलाई सुरक्षा सेवाहरूसङ्ग सम्पर्क गराउन र सहयोग र समर्थन खोज्न प्रोत्साहन गर्न अवसरहरू प्रदान गर्न सक्छ।

घरेलु, पारिवारिक र यौनिक हिंसा सम्बन्धी स्रोत सामाग्रीहरु

हिंसात्मक र अपमानजनक व्यवहार चित्र र त्यस्ता व्यवहारलाई चुनौती दिनको लागि तपाईंलाई सहयोग गर्न, विभिन्न प्रकारका स्रोत सामाग्रीहरु उपलब्ध छन्। तिनीहरु निम्न लगायत छन्:

1800 RESPECT – National Sexual Assault, Domestic Family Violence Counselling Service
[Information about DFSV in different languages](#)

Anglican Diocese Melbourne
[Preventing Violence Against Women Program](#)

AMES Prevention of Violence Against Women Leadership Project
[Challenging Everyday Sexism – Part 1 and 2](#)

Challenge Family Violence Project
[Promoting Equality and Respect: An interfaith collaboration on preventing family violence](#)

Church of Scotland – Integrity Strategy
[Working to end violence against women](#)
[Resources for tackling violence against women](#)

Faith Communities Addressing Violence Against Women and Family Violence – What Works:
[Key Tips for Effective Prevention in Faith Settings](#)
University of Melbourne and Multicultural Centre for Women's Health

InTouch Multicultural Centre Against Family Violence
[Empowering Faith and Community Leaders to Prevent Violence Against Women](#)

Our Watch – [Let's change the story: Violence against women in Australia](#)

Our Watch – [Prevention Practitioner Guide](#) (with examples for faith based contexts)

Our Watch – [What Drives Violence Against Women?](#)

Promoting Equal and Respectful Relationships in Faith Communities
[Manual and toolkit](#)

SASA! Faith
[A Guide for Faith Communities to Prevent Violence Against Women and HIV](#)
Trocaire and Raising Voices

The Man Box: A study on being a young man in Australia
[The Men's Project – Jesuit Social Services](#)

White Ribbon Australia [resources](#)

घरेलु, पारिवारिक र यौनिक हिंसा रोक्न र आवश्यकता अनुसार कदम चाल्न, र महिलाहरु र बालबालिकाहरुलाई सुरक्षित राख्न, तपाईंले मुख्य भूमिका खेल्न सक्नुहुन्छ।

थप जानकारी 1800RESPECT (1800 737 732) वा www.1800RESPECT.org.au मा उपलब्ध छ

आपतकालिन स्थितिमा वा यदि कोही खतरामा हुनुहुन्छ भने 000 (तिन शून्य) मा तुरुन्तै फोन गर्नुहोस्।

यो घरेलु, पारिवारिक र यौनिक हिंसा बारेको ४ तथ्य पत्रहरु मध्ये एक हो। लैङ्गिक समानता र सम्मान प्रबर्द्धन बारे अतिरिक्त जानकारी तथ्य पत्र ३ मा उपलब्ध छ। घरेलु, पारिवारिक र यौनिक हिंसा पहिचान गर्न र आवश्यकता अनुसार कदम चाल्नको लागि थप बुझ्न तथ्य पत्रहरु १ र २ हेर्नुहोस्।



Government of South Australia



MCCSA
Multicultural Communities Council of South Australia



Women's Safety Services SA

BREAK
THE
CYCLE
OF DOMESTIC ABUSE