

Violence from a current or former partner is the leading cause of death, illness, and disability for Victorian women aged 15–44 years.*

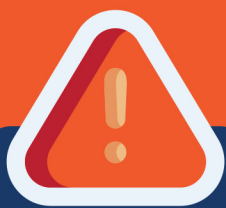
You can make a difference.



Be an active bystander



Speak up when you hear harmful comments that disrespect women and girls.



Bring attention to behaviours that make people feel uncomfortable or unsafe.



Support your family and friends to feel comfortable expressing who they are and who they want to be.

Everyone has the right to be respected and treated equally, regardless of who they are. If you are a victim/survivor of violence or abuse, know that you are not alone! Your friend, neighbour, or family member may have experienced something similar.

Ways you can call out harmful behaviours, comments and attitudes

- 1 Don't laugh at sexist jokes.
- 2 Give a disapproving look to show a behaviour or statement is not okay. Shake your head or roll your eyes.
- 3 Leave a pointed and uncomfortable silence.
- 4 Check-in with the person affected to make sure they're okay.
- 5 Calmly disagree and state that the comment/ behaviour is wrong or unacceptable.
- 6 Speak up and educate by explaining why you disagree.
- 7 Stand up for the person affected — let them know you're an ally.
- 8 Support others when they call out harmful behaviour and comments.

Help is at hand!

If you or anyone you know is experiencing family violence or any other kind of abuse, reach out for help.

Visit www.dpvhealth.org.au/respect for a list of support services that are here to help you.

1800 RESPECT

The national sexual assault, domestic and family violence counselling service

1800 737 732 (24 hours a day, 7 days a week), www.1800respect.org.au

Safe Steps

Victoria's 24/7 family violence support service

1800 015 188 (24 hours a day, 7 days a week), www.safesteps.org.au

Get involved

Keep an eye out for our orange banners, pathway stickers, and fence signs in central Broadmeadows. If you spot our orange campaign, take a picture and share your photo with us! Tag us on **f** (@DPVHealth) or **@** (@dpvhealth_au) #DPVHealth #Respectis #callitout #16dayscampaign

We encourage you to get involved and place something orange on your house porch or window to show solidarity.

كن من المارة الفعالين

عبر عن رأيك عندما تسمع تعليقات مؤذية تتم عن عدم احترام للنساء والفتيات.



قم بلفت الأنظار إلى السلوكيات التي تُشعر الناس بعدم الراحة أو عدم الأمان.



ادعم عائلتك وأصدقائك للتعبير عن أنفسهم وعمن يريدون أن يكونوا بارتياح.



إذا كنت أنت أو أي شخص آخر تعرفه تتعرضون للعنف الأسري أو لأي نوع آخر من الإساءة، فالمساعدة في تناول اليد. قم بزيارة الرابط للحصول على قائمة بخدمات الدعم الأخرى التي يمكنك التواصل معها. dpvhealth.org.au/respect

طرق يمكنك من خلالها تغيير السلوكيات والتعليقات والمواقف المؤذية

- 1 لا تضحك على النكات المتحيزة جنسائياً.
- 2 لتكن نظراتك بطريقة تتم عن عدم الرضا لتوضيح للآخرين بأن هذا السلوك أو العبارة غير مقبولين. هز برأسك أو حرّك عينيك.
- 3 اصمت بطريقة ملفتة للانتباه وبشكل يُشعر الآخرين بعدم الارتياح.
- 4 تفقد الشخص المعني للتأكد من أنه بخير.
- 5 أبدأ عدم موافقتك بهدوء وأشر إلى أن التعليق/السلوك كان خاطئاً أو غير مقبول.
- 6 عبر عن رأيك وثقف من حولك بتوضيح سبب عدم موافقتك.
- 7 دافع عن الشخص المعني - دعه يعرف أنك حليفه.
- 8 ادعم الآخرين عند محاولتهم تغيير السلوكيات والتعليقات المؤذية.

Seyirci kalmayın, sesinizi çıkarın



Kadınlara ve kızlara zarar verebilecek, saygısız yorumlar duyduğunuzda sesinizi çıkarın.



Kişileri rahatsız ve güvensiz hissettiren davranışlara dikkat çekin.



Ailenizin ve arkadaşlarınızın, kim olduklarını ve kim olmak istediklerini rahatça ifade etmelerine destek olun.

Aile içi şiddete veya istismarın başka bir biçimine maruz kalıyorsanız ya da maruz kalan bir tanıdığınız varsa yardım hazır. İletişime geçebileceğiniz destek hizmetlerinin listesini almak için bu adresi ziyaret edin: dpvhealth.org.au/respect

Zararlı olabilecek davranışlara, yorumlara ve yaklaşımlara karşı ses çıkarmak için yapabilecekleriniz:

- 1 Cinsiyetçi şakalara gülmeyin.
- 2 Birinin davranışının ya da konuşmasının kabul edilemeyeceğini göstermek için onu onaylamadığınızı gösteren bir bakış atın. Başınızı iki yana sallayabilir, gözlerinizi belertebilirsiniz.
- 3 Anlamlı ve rahatsız edici şekilde sessiz kalabilirsiniz.
- 4 İlgili sözlerin veya davranışların hedefi olan kişiyle konuşabilir, nasıl olduğunu sorabilirsiniz.
- 5 Yapılan yoruma / davranışa katılmadığınızı; bunların yanlış olduğunu veya kabul edilemeyeceğini sakın bir şekilde ifade edebilirsiniz.
- 6 Söz alabilir ve yapılan yoruma / davranışa neden katılmadığınızı açıklayarak insanları eğitebilirsiniz.
- 7 Etkilenen kişiyi savunabilir, onun yanında olduğunuzu belirtebilirsiniz.
- 8 İnsanlara zarar verebilecek davranış ve yorumlarda bulunanlara karşı sesini çıkaranları destekleyebilirsiniz.

एक सक्रिय दर्शक बनें



जब आप महिलाओं और लड़कियों का अनादर करती हुई हानिकारक टिप्पणियों को सुनें तो इसके विरुद्ध अपनी आवाज़ उठाएं।



उन आचरणों को अनावृत करें जिनसे लोग असहज या असुरक्षित महसूस करते हैं।



अपने परिवार और दोस्तों का समर्थन करें जिससे वह सहज रूप से अपने आपको व्यक्त कर सकें और जो वह बनना चाहते हैं।

यदि आप या आपका कोई परिचित पारिवारिक हिंसा या किसी अन्य प्रकार के दुर्व्यवहार अनुभव कर रहे हैं, तो सहायता उपलब्ध है। अन्य सहायक सेवाएं जिन्हें आप प्राप्त कर सकते हैं की सूची के लिए dpvhealth.org.au/respect पर जाएं।

तरीके जिनसे आप हानिकारक आचरणों, टिप्पणियों और प्रवृत्तियों को उजागर कर सकते हैं

- 1 लैंगिकवादी चुटकुलों पर न हंसे।
- 2 आलोचनात्मक नज़र से व्यक्त करें कि आचरण या कथन ठीक नहीं है। सिर हिला कर या आँखों से अभिव्यक्त करें।
- 3 एक तीखी और असहज चुप्पी छोड़ें।
- 4 संपर्क द्वारा सुनिश्चित करें कि प्रभावित व्यक्ति ठीक है।
- 5 शांत रूप से असहमती जताएं और कहें कि टिप्पणी / आचरण गलत या अस्वीकार्य है।
- 6 अपने आप को व्यक्त करें और समझाएं कि आप क्यों असहमत हैं।
- 7 प्रभावित व्यक्ति के लिए खड़े हों — उन्हें दर्शाएं कि आप उनके सहयोगी हैं।
- 8 जब कोई हानिकारक आचरणों और टिप्पणियों को उजागर करे तो उनका समर्थन करें।