Victorian Equal Opportunity & Human Rights Commission

Punjabi | ਪੰਜਾਬੀ

ਗਾਈਡ

ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਲਵਾਦ ਦੇ ਦਰਸ਼ਕ

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ 'ਤੇ ਨਸਲਵਾਦ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਕਿਵੇਂ ਕਹਿਣੀ ਹੈ

ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਲਵਾਦ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਗਾਈਡ

ਦਰਸ਼ਕ ਕੌਣ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਦਰਸ਼ਕ ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਕੰਮ 'ਤੇ ਹੁੰਦੇ ਨਸਲਵਾਦ ਦਾ ਗਵਾਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਪਰ ਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਇਸ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। "ਸਰਗਰਮ ਦਰਸ਼ਕ" ਉਹ ਵਿਅਕਤੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸਥਿਤੀ ਦਾ ਗਵਾਹ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਕਾਰਵਾਈ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਲਵਾਦ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਸਰਗਰਮ ਦਰਸ਼ਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਭੂਮਿਕਾ ਨਿਭਾਉਂਦੇ ਹਨ।

ਆਪਣੀ ਗੱਲ ਕਿਉਂ ਕਹਿਣੀ ਹੈ?

ਜਦੋਂ ਵੀ ਕੋਈ ਦਰਸ਼ਕ ਸਰਗਰਮੀ ਨਾਲ ਨਸਲਵਾਦ ਨੂੰ ਰੋਕਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਨਸਲੀ ਵਿਤਕਰੇ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਬਣਾਉਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰਦੇ ਹਨ ਅਤੇ ਇਹ ਦਰਸਾਉਂਦੇ ਹਨ ਕਿ ਨਸਲਵਾਦੀ ਵਿਵਹਾਰ ਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਦਰਸ਼ਕ ਕੁਝ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ, ਤਾਂ ਉਹ ਅਸਿੱਧੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਵਿਤਕਰੇ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰ ਰਹੇ ਹੁੰਦੇ ਹਨ।

ਹਾਲਾਂਕਿ, ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਲਵਾਦ ਨੂੰ ਰੋਕਣ ਲਈ ਦਖ਼ਲ ਦੇਣਾ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਸਿੱਧਾ, ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਜਾਂ ਆਸਾਨ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਜਦੋਂ ਉਹ ਕੰਮ 'ਤੇ ਨਸਲਵਾਦ ਦੇ ਗਵਾਹ ਬਣਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਸਾਰੇ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਆਪਣੀ ਭੂਮਿਕਾ ਅਤੇ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਸਮਝਣ ਲਈ ਅਮਲੇ ਦੇ ਆਚਰਣ ਬਾਰੇ ਸੰਗਠਨਾਤਮਕ ਨੀਤੀਆਂ ਅਤੇ ਨਸਲੀ ਵਿਤਕਰੇ ਬਾਰੇ ਕਾਨੂੰਨ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਹੋਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

ਹੇਠਾਂ ਸਰਗਰਮ ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਲਈ ਇੱਕ ਗਾਈਡ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ ਜੇਕਰ ਉਹ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਲੀ ਵਿਤਕਰੇ ਦੇ ਗਵਾਹ ਹਨ।

ਤੁਸੀਂ ਕੀ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ?

ਪਹਿਲਾਂ, ਸਥਿਤੀ ਦਾ ਧਿਆਨ ਨਾਲ ਮੁਲਾਂਕਣ ਕਰੋ ਅਤੇ ਇਨ੍ਹਾਂ ਬਾਰੇ ਵਿਚਾਰ ਕਰੋ:

1. ਕੀ ਹਰ ਕੋਈ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ?
2. ਕੀ ਕਾਰਵਾਈ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?
3. ਕੀ ਬਾਹਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ?

ਸਹਾਇਤਾ

ਨਸਲੀ ਵਿਵਹਾਰ ਦੁਆਰਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨਾ ਸਭ ਤੋਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਚੀਜ਼ ਹੈ ਜੋ ਤੁਸੀਂ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਲੀ ਵਿਤਕਰੇ ਦੀ ਘਟਨਾ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਜਾਂ ਬਾਅਦ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਦਰਸ਼ਕ ਦੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਲਵਾਦ ਦੁਆਰਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ:

- ਜਾਂਚ ਕਰੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਠੀਕ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹਨ।
- ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਜ਼ਬਾਨੀ ਆਪਣਾ ਸਮਰਥਨ ਦਿਖਾਉਂਦੇ ਹੋਏ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੀ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।
- ਅਪਰਾਧੀ ਤੋਂ ਦੂਰ ਜਾਣ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ (ਜਦੋਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ)।
- ਜੇ ਉਹ ਉਲਝਣ ਜਾਂ ਬਿਹਬਲ ਦਿਖਾਈ ਦਿੰਦੇ ਹਨ, ਤਾਂ ਜੋ ਵਾਪਰਿਆ ਹੈ ਉਸ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਡੀ ਸਮਝ ਦੁਆਰਾ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰੋ।
- ਜੇਕਰ ਉਹ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਘਟਨਾ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰਨ ਦੀ ਪੇਸ਼ਕਸ਼ ਕਰੋ।
- ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਰੁਜ਼ਗਾਰ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚਣ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ਜੋ ਵਾਧੂ ਮਾਨਸਿਕ ਸਿਹਤ ਜਾਂ ਤਣਾਅ ਲਈ ਸਹਾਇਤਾ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ: ਇੱਕ ਔਨਲਾਈਨ ਟੀਮ ਚੈਟ ਵਿੱਚ ਅਫ਼ਗਾਨਿਸਤਾਨ ਤੋਂ ਇੱਕ ਸਹਿਕਰਮੀ ਆਪਣੀ ਨਵਜੰਮੀ ਭਤੀਜੀ ਦੀ ਫ਼ੋਟੋ ਸਾਂਝੀ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਤੁਹਾਡਾ ਮੈਨੇਜਰ ਜਵਾਬ ਦਿੰਦਾ ਹੈ 'ਇੱਕ ਹੋਰ!? ਤੁਹਾਡੇ ਸਾਰਿਆਂ ਦੇ ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਬੱਚੇ ਹਨ। ਤੁਸੀਂ ਆਪਣੇ ਸਹਿਕਰਮੀ ਨੂੰ ਇਹ ਵੇਖਣ ਲਈ ਸੁਨੇਹਾ ਭੇਜਦੇ ਹੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਠੀਕ ਹੈ, ਅਤੇ ਕੀ ਉਹ ਇਸ ਮਾਮਲੇ ਬਾਰੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਸਹਾਇਤਾ ਲੈਣਾ ਚਾਹੁੰਦੀ ਹੈ।

ਦਖ਼ਲ

ਜਦੋਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੋਵੇ ਤਾਂ ਦਖ਼ਲ ਦੇਣਾ, ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਘੱਟ ਕਰਨ, ਭਵਿੱਖ ਦੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਰੋਕਣ, ਅਤੇ ਨਸਲੀ ਵਿਵਹਾਰ ਦੁਆਰਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਭਲਾਈ ਵਿੱਚ ਸੁਧਾਰ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
ਦਖ਼ਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਹ ਸਥਿਤੀ 'ਤੇ ਨਿਰਭਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ।

ਦਖ਼ਲ ਦੇਣ ਦੇ ਤਰੀਕੇ:

- ਸ਼ਾਂਤ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਅਪਰਾਧੀ ਦੇ ਇਰਾਦਿਆਂ ਅਤੇ/ਜਾਂ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਚੁਣੌਤੀ ਦਿਓ ਜਾਂ ਸਵਾਲ ਕਰੋ।
- ਅਪਰਾਧੀ ਦੇ ਨਜ਼ਰੀਏ ਨੂੰ ਇੱਕ ਵਿਕਲਪਿਕ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀਕੋਣ ਨਾਲ ਚੁਣੌਤੀ ਦਿਓ।
- ਅਪਰਾਧੀ ਨਾਲ ਆਪਣਾ ਇਤਰਾਜ਼ ਜਾਂ ਅਸਹਿਮਤੀ ਦਿਖਾਓ।
- ਅਪਰਾਧੀ ਨੂੰ ਸਮਝਾਓ ਕਿ ਇਹ ਵਿਹਾਰ ਠੀਕ ਕਿਉਂ ਨਹੀਂ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ ਕਿਉਂ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।
- ਸੰਪਰਕ ਅਫ਼ਸਰਾਂ, ਕਰਮਚਾਰੀ ਸੰਦਰਭ ਸਮੂਹਾਂ ਜਾਂ ਹੋਰ ਸਹਾਇਕ ਸਹਿਯੋਗੀਆਂ ਤੋਂ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੋ।

ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ: ਤੁਸੀਂ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਸਾਥੀ ਨੂੰ "ਪੂਰੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨੂੰ ਤੇਲਯੁਕਤ ਬਣਾਉਣ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਭਿਆਨਕ ਭੋਜਨ ਤੋਂ ਬਦਬੂ ਆਉਣ" ਲਈ ਇੱਕ ਭਾਰਤੀ ਸਹਿਯੋਗੀ ਦੀ ਆਲੋਚਨਾ ਕਰਦੇ ਹੋਏ ਸੁਣਦੇ ਹੋ। ਤੁਸੀਂ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਦਾਖਲ ਹੋ ਕੇ ਦਖ਼ਲਅੰਦਾਜ਼ੀ ਕਰਦੇ ਹੋ ਅਤੇ ਅਪਰਾਧੀ ਨੂੰ ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਾਲ ਦੱਸਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਜੋ ਕਹਿ ਰਹੇ ਹਨ ਉਹ ਅਪਮਾਨਜਨਕ ਹੈ ਅਤੇ ਹਰ ਕੋਈ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਫ਼ੈਸਲੇ ਦੇ ਰਸੋਈ ਵਿੱਚ ਆਪਣਾ ਦੁਪਹਿਰ ਦਾ ਖਾਣਾ ਖਾਣ ਦਾ ਹੱਕਦਾਰ ਹੈ।

ਰਿਪੋਰਟ

ਘਟਨਾ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਜਾਂ ਸਿਰਫ਼ ਲਿਖ ਕੇ ਰੱਖਣਾ ਨਸਲਵਾਦ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਕਦਮ ਹੈ, ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜੇਕਰ ਵਿਵਹਾਰ ਇੱਕ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵਾਰ ਹੋਇਆ ਹੈ।

ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ:

- ਨਸਲੀ ਵਿਵਹਾਰ ਦੁਆਰਾ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਵਿਅਕਤੀ ਦਾ ਖਾਸ ਵੇਰਵਿਆਂ ਅਤੇ ਤਰੀਕਾਂ ਦੇ ਨਾਲ ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਲਿਖ ਕੇ ਰੱਖਣ ਲਈ ਸਮਰਥਨ ਕਰੋ ਤਾਂ ਜੋ ਇੱਕ ਰਿਕਾਰਡ ਬਣ ਜਾਵੇ। ਜੇਕਰ ਘਟਨਾ ਜ਼ਿਆਦਾ ਗੰਭੀਰ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਚਰਚਾ ਕਰੋ ਕਿ ਜੇ ਉਹ ਪੁਲਿਸ ਨੂੰ ਮਾਮਲੇ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨਾ ਪਸੰਦ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ।
- ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਏ ਗਏ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਦੇ ਵਿਕਲਪਾਂ ਦਾ ਸੁਝਾਅ ਦਿਓ (ਖਾਸ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕੋਈ ਅਗਿਆਤ ਜਾਂ ਬਾਹਰੀ ਰਸਤੇ ਜੇਕਰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਇਆ ਵਿਅਕਤੀ ਪ੍ਰਬੰਧਕੀ ਅਮਲੇ ਨੂੰ ਰਿਪੋਰਟ ਨਹੀਂ ਕਰਨਾ ਚਾਹੁੰਦਾ ਹੈ)।
- ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਬੰਧਕ ਜਾਂ ਸਹਾਇਕ ਸਹਿਕਰਮੀ ਨਾਲ ਘਟਨਾ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰੋ (ਸਿਰਫ਼ ਜੇਕਰ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਇਆ ਗਿਆ ਵਿਅਕਤੀ ਇਸ ਨਾਲ ਸਹਿਜ ਹੈ, ਨਹੀਂ ਤਾਂ ਤੁਸੀਂ ਅਜਿਹਾ ਕਰਨ ਲਈ ਉਹਨਾਂ ਦਾ ਸਮਰਥਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ)।
- ਘਟਨਾ ਦੀ ਜਾਂਚ/ਸਮੀਖਿਆ ਲਈ ਸਬੂਤ ਜਾਂ ਗਵਾਹੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰੋ।

ਉਦਾਹਰਨ ਲਈ: ਅਮਲੇ ਦਾ ਦੇਸ਼ ਦੇ ਪਹਿਲੇ ਵਾਸੀਆਂ ਵਾਲਾ (ਫਸਟ ਨੇਸ਼ਨਜ਼) ਇੱਕ ਮੈਂਬਰ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿੱਚ ਵਿਸ਼ਵਾਸ ਕਰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕੁਝ ਮਹੀਨਿਆਂ ਤੋਂ ਕਿਸੇ ਹੋਰ ਸਹਿਕਰਮੀ ਤੋਂ ਜ਼ੁਬਾਨੀ ਦੁਰਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੈ ਅਤੇ ਨਸਲੀ ਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਨ ਲਈ ਤੁਹਾਡੇ ਸਮਰਥਨ ਦੀ ਮੰਗ ਕਰਦਾ ਹੈ। ਤੁਸੀਂ ਸਮਝਾਉਂਦੇ ਹੋ ਕਿ ਉਹ ਵਿਵਹਾਰ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਿਵੇਂ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ, ਵੱਧ ਤੋਂ ਵੱਧ ਵੱਖ-ਵੱਖ ਘਟਨਾਵਾਂ ਨੂੰ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ, ਅਤੇ ਜਦੋਂ ਉਹ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰਦੇ ਹਨ ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਸਹਾਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਵਜੋਂ ਕੰਮ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਅੱਗੇ ਕੀ ਹੁੰਦਾ ਹੈ?

ਇੱਕ ਸਰਗਰਮ ਦਰਸ਼ਕ ਬਣਨਾ ਸਿਰਫ਼ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਲਵਾਦ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨ ਬਾਰੇ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਜਦੋਂ ਗਵਾਹੀ ਦਿੱਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਹ ਸਗੋਂ ਹਰ ਕਿਸਮ ਦੇ ਨਸਲਵਾਦ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ।

ਨਸਲਵਾਦ ਸਾਡੀਆਂ ਸੰਸਥਾਵਾਂ ਅਤੇ ਪ੍ਰਣਾਲੀਆਂ ਵਿੱਚ ਮੌਜੂਦ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਅਕਸਰ ਕਦੇ-ਕਦਾਈਂ ਹੋਣ ਵਾਲੀਆਂ ਘਟਨਾਵਾਂ ਦਾ ਜਵਾਬ ਦੇਣ ਜਿੰਨਾ ਸੌਖਾ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ। ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਣਾਲੀਗਤ ਜਾਂ ਸੰਗਠਨਾਤਮਕ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨੂੰ ਉਠਾਉਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਉਹ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਦੇਖਦੇ ਹਨ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਨੀਤੀਆਂ ਜਾਂ ਸ਼ਰਤਾਂ ਜੋ ਸਾਰਿਆਂ ਲਈ ਉਚਿਤ ਨਹੀਂ ਹਨ। ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਨੂੰ ਵੀ ਦੂਜਿਆਂ ਨੂੰ ਬੋਲਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹਿਤ ਕਰਨਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਸੰਸਥਾ ਨੂੰ ਨਸਲਵਾਦ ਵਿਰੋਧੀ ਬਣਨ ਦੀ ਵਕਾਲਤ ਕਰਨੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ।

ਵਧੇਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲਈ, ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀ *ਗਾਈਡਲਾਈਨ: ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ ਵਿੱਚ ਨਸਲੀ ਵਿਤਕਰਾ* ਡਾਉਨਲੋਡ ਕਰੋ ਜੋ ਕਿ **humanrights.vic.gov.au/resources** 'ਤੇ ਜਾਂ QR ਕੋਡ ਰਾਹੀਂ ਉਪਲਬਧ ਹੈ।

ਇਹ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸਿਰਫ ਇੱਕ ਗਾਈਡ ਦੇ ਰੂਪ ਵਿੱਚ ਹੈ। ਇਹ ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਦਾ ਬਦਲ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ

ਪੁੱਛਗਿੱਛ ਲਾਈਨ	1300 292 153 ਜਾਂ (03) 9032 3583
ਫ਼ੈਕਸ	1300 891 858
NRS ਵੌਇਸ ਰੀਲੇਅ	1300 555 727 ਫਿਰ 1300 292 153 ਦੱਸੋ
ਦੁਭਾਸ਼ੀਏ	1300 152 494
ਈ-ਮੇਲ	enquiries@veohrc.vic.gov.au
ਵੈੱਬਸਾਈਟ	humanrights.vic.gov.au
ਟਵਿੱਟਰ 'ਤੇ ਸਾਨੂੰ ਫਾਲੋਅ ਕਰੋ	twitter.com/VEOHRC
ਸਾਨੂੰ Facebook 'ਤੇ ਲੱਭੋ	facebook.com/VEOHRC

humanrights.vic.gov.au