

ਜਦੋਂ ਤੁਸੀਂ ਵਿਤਕਰੇ ਦੇ ਗਵਾਹ ਹੁੰਦੇ ਹੋ ਕੀ ਕਰਨਾ ਹੈ।

ਉਨ੍ਹਾਂ ਲੋੜਾਂ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਰੋ ਜੋ ਉਸ ਸਮੇਂ ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਹਨ

ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸੁਣੋ ਜਿਸ ਨੇ ਵਿਤਕਰੇ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕੀਤਾ ਹੈ। ਜੇਕਰ ਉਹ ਮਦਦ ਲਈ ਬੇਨਤੀ ਕਰਦੇ ਹਨ, ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ।



ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਜਾਂ ਰਿਕਾਰਡ

ਉਹਨਾਂ ਸਾਰੀਆਂ ਈਮੇਲਾਂ ਅਤੇ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ਾਂ ਨੂੰ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਮਦਦ ਕਰੋ ਜੋ ਸੰਬੰਧਿਤ ਹਨ। ਉਹ ਸਾਰੇ ਵੇਰਵੇ ਲਿਖੋ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਯਾਦ ਹਨ।



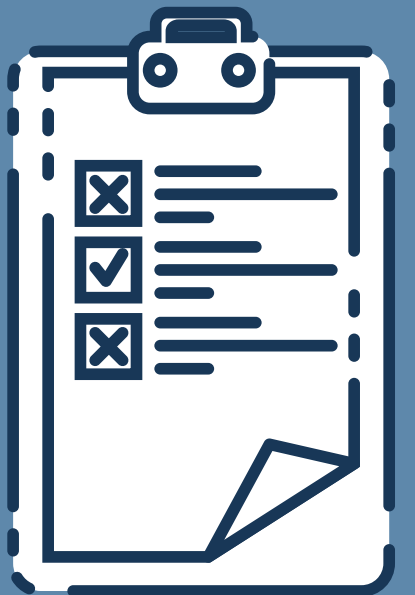
ਸੁਰੱਖਿਆ ਲਈ ਨੀਤੀਆਂ ਲੱਭੋ

ਉਹਨਾਂ ਨੀਤੀਆਂ ਦੀ ਭਾਲ ਕਰੋ ਜੋ ਤੁਹਾਡੀ ਸੰਸਥਾ ਨੇ ਕਰਮਚਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਵਿਤਕਰੇ ਜਾਂ ਪਰੇਸ਼ਾਨੀ ਤੋਂ ਬਚਾਉਣ ਲਈ ਲਾਗੂ ਕੀਤੀਆਂ ਹਨ।



ਅੰਦਰੂਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ

ਜੇਕਰ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੇ ਕੰਮ ਵਾਲੀ ਥਾਂ 'ਤੇ ਅੰਦਰੂਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ।



ਬਾਹਰੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ

ਜੇਕਰ ਪੁੱਛਿਆ ਜਾਵੇ, ਤਾਂ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਯੂਨੀਅਨ, ਜਾਂ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ ਕੋਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਵਾਉਣ ਵਿੱਚ ਉਹਨਾਂ ਦੀ ਮਦਦ ਕਰੋ।



ਆਪਣੇ ਅਧਿਕਾਰ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ

ਜੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਅਧਿਕਾਰ ਹਨ, ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਆਲੇ ਦੁਆਲੇ ਸਮੱਸਿਆ ਵਾਲੇ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਹੱਲ ਕਰਨ ਲਈ ਇਸਦੀ ਸਮਝਦਾਰੀ ਨਾਲ ਵਰਤੋਂ ਕਰੋ।



ਜੁੜੋ

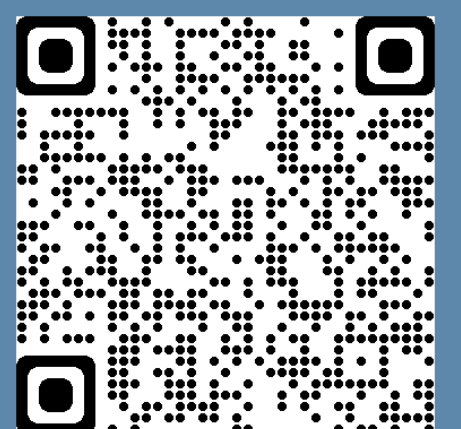
ਭੇਦਭਾਵ ਦੀ ਗਵਾਹੀ ਪਰੇਸ਼ਾਨ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਭਾਈਚਾਰੇ ਤੋਂ ਮਦਦ ਮੰਗੋ। ਇਹ ਰਾਹਤ ਪ੍ਰਾਪਤ ਕਰਨ ਲਈ ਇੱਕ ਕੀਮਤੀ ਸਰੋਤ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।



ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭੋ

ਸੰਕਟ ਸਮੇਂ ਹੈਲਪ ਲਾਈਨਾਂ, ਸਥਾਨਕ ਸਰੋਤਾਂ, ਕਾਨੂੰਨੀ ਪਰਿਭਾਸ਼ਾਵਾਂ ਅਤੇ ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਲੱਭਣ ਲਈ, ਨਸਲਵਾਦ ਅਤੇ ਨਫ਼ਰਤ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਰਿਸਪਾਂਸ ਪ੍ਰੋਟੋਕੋਲ 'ਤੇ ਜਾਓ।

ਇੱਥੇ QR ਸਕੈਨ ਕਰੋ



Greater Victoria
Local Immigration
Partnership



Inter-Cultural
Association
of Greater Victoria

Funded by / Financé par:



Immigration, Refugees
and Citizenship Canada

Immigration, Réfugiés
et Citoyenneté Canada



Anti-Racism
Network



ResilienceBC