Australian Human Rights Commission

सहायता कहाँ से प्राप्त करें

यदि कार्यस्थल पर आपके साथ यौन उत्पीड़न किया गया है?

कार्यस्थल पर यौन उत्पीड़न **गैर-कानूनी** है।

कार्यस्थल पर यौन उत्पीड़न के परिणामस्वरूप आप **असहज**, **शर्मिंदा** या **असुरक्षित** महसूस कर सकते हैं।

कार्यस्थल पर यौन उत्पीड़न में ***कभी भी पीड़ित की गलती नहीं होती है।***

यदि आपको लगता है कि हो सकता है कि कार्यस्थल पर आपके साथ यौन उत्पीड़न किया गया है, तो **आप सहायता प्राप्त कर सकते हैं**।

कार्यस्थल के बाहर

अपनी भावनाओं के बारे में बात करने के लिए किसी काउंसलर (सलाहकार) से सहायता प्राप्त करें।

1800 RESPECT
1800 737 732
वेबचैट: 1800respect.org.au

FullStop Australia
1800 385 578 fullstop.org.au

13YARN (एबोरिजिनल एवं टोरेस स्ट्रेट आइलैंडर 24/7 संकटकालीन सहायता)
13 92 76 13yarn.org.au

Kids Helpline
1800 55 1800
वेबचैट: kidshelpline.com.au

FullStop Rainbow Helpline
(LGBTIQ+ सहायता एवं रेफरल सेवा)
1800 497 212 fullstop.org.au

000 पर कॉल करें।

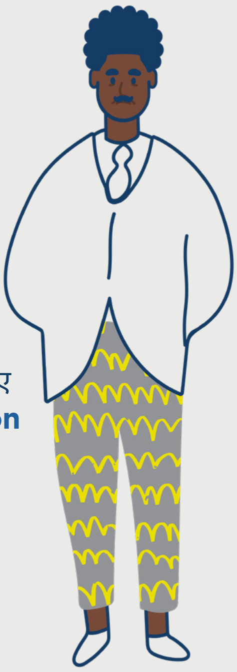
यदि यह कोई आपातकालीन स्थिति है, आप किसी जोखिम में हैं या आपको तत्काल चिकित्सीय सहायता की आवश्यकता है।

ये सेवाएँ निशुल्क एवं गोपनीय हैं।

आप अपनी नज़दीकी किसी परामर्श सेवा से निशुल्क एवं निजी रेफरल प्राप्त करने के लिए the **Respect@Work Information Service** से भी संपर्क कर सकते हैं।

फ़ोन 1300 656 419 या ईमेल respect@humanrights.gov.au.

किसी वकील से निशुल्क सहायता प्राप्त करें।



वकील निम्नलिखित काम कर सकता है:

- आपके मामले को सुनना
- आपकी जानकारी को गोपनीय रखना
- कानून के बारे में बताना
- आपको खुद के लिए बोलने में मदद देना
- आपके नियोक्ता से बात करना
- आपको इन संगठनों के साथ आपके विकल्पों के बारे में जानकारी प्रदान करना - Fair Work Commission (फेयर वर्क कमीशन), Fair Work Ombudsman (फेयर वर्क ओम्बड्समैन), कार्य स्वास्थ्य और सुरक्षा नियामक, भेदभाव-विरोधी एजेंसियों (Australian Human Rights Commission सहित) या आपको कर्मचारी मुआवजे के विकल्प बताना
- कानूनी रिपोर्ट बनाने में आपकी मदद करना।

कई निशुल्क कानूनी सेवाएँ उपलब्ध हैं। अपनी नज़दीकी किसी निशुल्क कानूनी सेवा से निशुल्क एवं निजी रेफरल प्राप्त करने के लिए **Respect@Work Information Service** से संपर्क करें।.

फ़ोन 1300 656 419 या
ईमेल respect@humanrights.gov.au

आप निम्नलिखित तरीकों से भी सहायता प्राप्त कर सकते हैं:

- अपने डॉक्टर से बात करके, जो आपको सहायता के लिए रेफर कर सकते हैं, आपको किसी मानसिक स्वास्थ्य देखभाल योजना के बारे में जानकारी दे सकते हैं और बाद में किसी कर्मचारी मुआवज़े के दावे में समर्थन प्रदान कर सकते हैं।
- अपने किसी भरोसेमंद मित्र, जीवनसाथी (पार्टनर) या परिवार के सदस्य को बता कर।
- यदि आप किसी यूनियन के सदस्य हैं, तो अपने यूनियन प्रतिनिधि को बता कर।

इन सेवाओं पर कॉल करने में सहायता के लिए:

- **अनुवाद और दुभाषिया सेवा (Translating and Interpreting Service)** (13 14 50), जो किसी अन्य भाषा में बातचीत करने में सहायता के लिए टेलीफ़ोन दुभाषिया सेवा से जोड़ती है।
- **राष्ट्रीय रिले सेवा (The National Relay Service)** (13 36 77), जो बधिर लोगों या सुनने या बोलने के विकार से ग्रस्त लोगों की मदद के लिए संपर्क प्रदान करती है

कार्यस्थल के भीतर

यदि आप चाहें तो:

- आप अपने कार्यस्थल पर किसी को बता सकते हैंहैं, जैसे कि अपने **नियोक्ता**, **मैनेजर** या **मानव संसाधन** (HR) को
- आप कार्यस्थल पर यौन उत्पीड़न से निपटने के लिए अपनी कार्यस्थल नीति के बारे में काम पर किसी से पूछ सकते हैं।

यदि आप कार्यस्थल पर किसी को बताते हैं, तो उन्हें आपकी बात सुननी चाहिए और आपसे पूछना चाहिए कि आप क्या चाहते हैं कि आपकी सहायता या समर्थन कैसे किया जाए।

वे आपसे पूछ सकते हैं कि क्या आप घटना की **रिपोर्ट करना** चाहते हैं।

रिपोर्ट वह तरीका है जिससे आप कार्यस्थल पर अपने साथ घटित मामले का रिकार्ड रख सकते हैं, और ऐसे व्यवहार पर रोक लगाने के लिए कह सकते हैं, एवं कार्यस्थल में बदलाव लाकर ऐसे मामलों को दोबारा घटित होने से रोक सकते हैं।

यदि आप अपने कार्यस्थल द्वारा की गई प्रतिक्रिया से, रिपोर्टिंग प्रक्रिया से या जाँच प्रक्रिया से संतुष्ट नहीं हैं, तो आप नि:शुल्क एवं निजी जानकारी और रेफरल प्राप्त करने के लिए **Respect@Work Information Service** से संपर्क कर सकते हैं।

फ़ोन 1300 656 419 या ईमेल
respect@humanrights.gov.au

Australian Human Rights Commission