

MY BODY = मेरी सगभिडी

ร่างกายของฉัน = ความยินยอมของฉัน  
MY BODY = MY CONSENT

나의 몸 = 나의 동의  
MY BODY = MY CONSENT

meu corpo = meu consentimento  
私の身体 = 私の同意

بدن من = رضایت من

# MY BODY = MY CONSENT

mi cuerpo = mi consentimiento  
my body = my consent

MY BODY = CƠ THỂ CỦA TÔI  
MY CONSENT = 我的身体 = 我的许可

私の身体 = 同意  
私 = SỰ ĐỒNG Ý CỦA TÔI

MEU CORPO = MEU CONSENTIMENTO  
MY BODY = MY CONSENT

मेरा सरीर = मेरी सगभिडी  
MY BODY = MY CONSENT

MEU CORPO = بدن من  
MEU CONSENTIMENTO



Multicultural Families Organisation (MFO) is a non-government, not-for-profit organisation that has supported Culturally And Linguistically Diverse (CALD) families and communities on the Gold Coast for the past 23 years. We aim to empower individuals and communities through a variety of programs and services including settlement support, disability services, domestic and family violence support, community development and youth programs. We work closely with various cultural communities to foster a more accepting, safe, and cohesive society where everyone, regardless of their cultural background, gender, or faith, feels safe, respected, and welcomed.

Sexual Violence is a taboo subject that is often very difficult for many communities to speak about. It can also be an extremely traumatic and soul-destroying experience for victims and the shame and stigma can be a huge barrier for seeking help. Through this booklet we hope to empower individuals and communities to understand what Sexual Violence is, what their rights are and where to seek support.

MFO would like to sincerely thank the Queensland Government for funding this project. We would also like to thank the Gold Coast Centre Against Sexual Violence for their important contribution to this project.

**Together we can end Sexual Violence.**

Funded by



Photography by the artistic team of Nasrin Vaziri & Maziar Kazemi.

Designed by Ignite Art & Design.

# CONTENTS

## What is Sexual Violence? Facts about Sexual Violence.

- 1 English
- 3 Arabic العربية
- 5 Farsi فارسی
- 7 Japanese 日本語
- 9 Korean 한국어
- 11 Mandarin 中文
- 13 Portuguese Português
- 15 Punjabi ਪੰਜਾਬੀ
- 17 Spanish Español
- 19 Thai ไทย
- 21 Vietnamese Tiếng Việt
- 22 Important Contact Numbers





English

**You have the right to make decisions about your life, your relationships and your body. No one can touch you or force you to do anything without your consent.**

### **What is Sexual Violence?**

Sexual Violence is any sexual behaviour that is unwanted or that you don't consent to. It can make you feel scared, uncomfortable, or threatened. Sexual Violence is a crime that can happen to anyone, in any location. Sexual Violence can include:

- unwanted touching
- rape within marriage or de facto relationship
- sexual harassment including unwanted texts, comments or photos
- taking, sharing or threatening to share intimate photos/videos without consent
- being pressured to watch pornography
- any sexual act without consent

### **What is consent?**

Consent is when someone agrees or gives permission for something, usually sexual. This consent must be given freely and enthusiastically, which means it can't be forced, manipulated, or tricked. Consent also must be ongoing which means you can change your mind at any time.

### **Know your rights**

Sexual Violence is a crime in Australia and you have the right to:

- make choices about your own body
- get legal protection and assistance
- have access to free and confidential support services

# FACTS ABOUT SEXUAL VIOLENCE

## **Women of all ages, regardless of what they are wearing, can be sexually assaulted**

Sexual Violence is an act of power and control and has nothing to do with the way a woman looks or what she wears. Women of all ages, appearances, cultures, races, and religions can be a victim of Sexual Violence.

## **Sexual Violence is not only perpetrated by strangers**

A woman is most likely to be assaulted by someone she knows, or even loves and trusts, such as her boyfriend, husband, family member, friend, acquaintance, or co-worker.

## **Only YES means YES**

Everyone has the legal right to say no to sex and change their mind at any point. If the other person does not stop, they are committing a crime. Sexual Violence is never the victim's fault and the victim should never be blamed.

## **Women can react very differently to incidents of Sexual Violence**

Most women experience a 'freeze' type response. Just because she does not fight back, yell, scream or run away, doesn't mean she is consenting.

## **A man does not have the right to a woman's body just because they are in a relationship**

Even when the woman is married to someone or in a long-term relationship with them, that person still needs the woman's consent for any sexual act. There is no consent if the woman feels forced or pressured to say yes.

## **Technology can be used to commit Sexual Violence**

Sexual Violence doesn't have to involve touch. If someone is being pressured to take or send sexual photos, or they are receiving unwanted sexual messages by text or social media, that too is Sexual Violence. Image Based Abuse happens when a person takes or shares a sexual photo or video of someone without their permission.





من حقك اتخاذ القرارات المتعلقة بحياتك وعلاقاتك  
وجسدك، ولا يحق لأحد أن يلمسك أو يجبرك على القيام  
بأي أمر دون موافقتك.

### ما هو العنف الجنسي؟

العنف الجنسي هو أي سلوك جنسي لا ترغبين فيه أو لا توافقين عليه، وقد يشعرك بالخوف أو يضايقك أو  
بأنك مهددة. العنف الجنسي جريمة قد يتعرض لها أي شخص في أي مكان كان، ومن مظاهره  
الملازمة غير المرغوب فيها

- الاغتصاب ضمن العلاقة الزوجية أو عرفية
- التحرش الجنسي بما فيه الرسائل أو التعليقات أو الصور غير المرغوب فيها
- التقاط الصور أو الفيديوهاات الحميمية والتشارك بها أو التهديد بالتشارك بها بدون موافقتك
- التعرض للضغوط الرامية لإجبارك على مشاهدة المواد الإباحية
- أي تصرف ذو طابع جنسي يحدث بدون موافقتك

### ما هي الموافقة؟

الموافقة هي الرضا عن أو السماح بأمر ما يكون عادة ذو طابع جنسي. يجب أن تعطى الموافقة بحرية  
وعن رغبة أي أنه لا يجوز الحصول عليها قسراً أو من خلال التلاعب أو خداع الشخص. ويجب أن تكون  
الموافقة مستمرة بمعنى أن من حقك تغيير رأيك في أي لحظة

### اعرفي حقوقك

العنف الجنسي جريمة في القانون الأسترالي ولديك الحق في التالي

- اتخاذ القرارات المتعلقة بجسدك
- الحصول على الحماية والمساعدة القانونية
- النفاذ إلى خدمات الدعم المجانية التي تحافظ على خصوصيتك





# حقائق عن العنف الجنسي

يمكن أن تتعرض النساء من مختلف الأعمار للاعتداء الجنسي بغض النظر عما يرتدينه فالعنف الجنسي يتعلق بالتسلط والسيطرة ولا علاقة له بشكل المرأة أو بما ترتديه. يمكن أن تقع أي امرأة في أي سن ومظهر وخلفية ثقافية أو عرقية أو دينية ضحية للعنف الجنسي.

العنف الجنسي لا يرتكبه الغرباء فقط إذ على الأغلب تتعرض النساء للاعتداء الجنسي من قبل أشخاص يعرفونهم، أو حتى يحبونهم ويثقن بهم، من أمثال الإصدقاء أو الأزواج أو أحد أفراد أسرتهن أو رفقاتهن أو معارفهن أو زملاتهن في العمل.

لا شيء يعني الموافقة إن لم تصاحبه كلمة نعم لأي شخص الحق القانوني في رفض العلاقة الجنسية أو تغيير رأيه في أي وقت خلالها. فإن لم يتوقف الطرف الآخر عما يفعله فهو يرتكب جريمة. العنف الجنسي ليس في أي حال من الأحوال ذنب الضحية ويجب عدم لومها مطلقاً على حدوثه.

تختلف ردود فعل النساء تجاه العنف الجنسي اختلافاً كبيراً ويستجيب معظم النساء له بعدم الحركة التام. ولا يعني عدم المقاومة أو الصراخ أو الهروب أن المرأة موافقة على ما يحدث.

ليس لرجل الحق في جسد امرأة لمجرد أن بينهما علاقة فحتى عندما تكون المرأة متزوجة من شخص ما أو في علاقة معايشة به منذ فترة طويلة، لا يزال هذا الشخص بحاجة إلى موافقتها على القيام بأي فعل جنسي. ولا تعتبر المرأة موافقة عليها إذا شعرت بانها ترغم أو تطالب بذلك.

يمكن استخدام التقنية لارتكاب العنف الجنسي ليس من الضروري أن تشكل الملامسة جزءاً من العنف الجنسي. إذا تم الضغط على شخص ما لالتقاط صور جنسية له أو إرسالها، أو إذا كان يتلقى رسائل جنسية لا يرغب فيها عبر الرسائل النصية أو وسائل التواصل الاجتماعي، فهذا يعد عنفاً جنسياً أيضاً. تحدث إساءة المعاملة بالصورة عندما يلتقط شخص صوراً أو مقطع فيديو ذو طابع جنسي لشخص آخر أو يتشارك بها دون إذنه.



## شما حق دارید در مورد زندگی، روابط، و بدن خود تصمیم بگیرید. هیچکس نمیتواند شما را لمس کند، و یا مجبور نماید کاری را بدون رضایتان انجام دهد.

### خشونت جنسی چیست؟

خشونت جنسی عبارتست از هرگونه رفتار ناخواسته جنسی یا رفتاری که مورد رضایت شما نیست. میتواند در شما احساس ترس، ناراحتی یا تهدید ایجاد نماید. خشونت جنسی جرمی است که میتواند برای هرکس، و در هر محل بوجود بیاید. خشونت جنسی میتواند شامل موارد زیر باشد:

- لمس کردن ناخواسته
- تجاوز در محدوده ازدواج یا روابط *de facto* (با هم زندگی کردن بدون ازدواج رسمی)
- ایذا و مزاحمت جنسی شامل پیامها، نظریه ها یا عکسهای ناخواسته
- تهیه عکسها/ ویدئوها از صحنه های خیلی خصوصی، و به یگران نشان دادن یا تهدید به نشان دادن بدیگران
- تحت فشار قرار دادن برای دیدن چیزهای مستهجن
- هرگونه رفتار سکسی بدون رضایت

### رضایت دادن چیست؟

رضایت موقعی است که یک نفر برای چیزی، که معمولاً مربوط به سکس میباشد موافقت میکند یا اجازه میدهد. این رضایت باید آزادانه و مشتاقانه باشد بدین معنی است که نمیتواند با اجبار، تحت نفوذ درآوردن، یا حيله گری انجام شود رضایت همچنین باید مستمر باشد یعنی اینکه شما بتوانید هر وقت که بخواهید نظر خود را عوض کنید

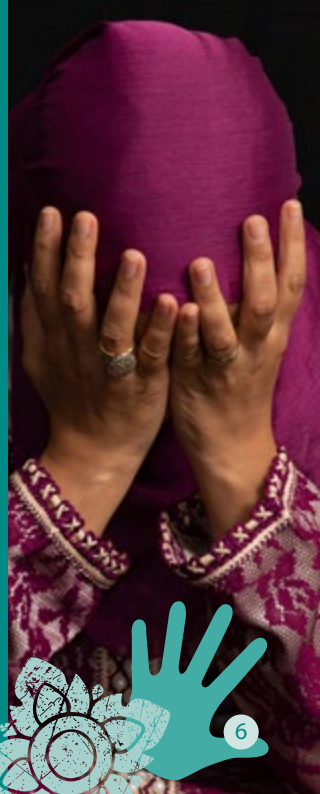
### حقوق خود را بدانید

- خشونت جنسی در استرالیا جرم است و شما حق دارید که:
- در مورد بدنتان انتخاب با خودتان باشد
  - حفاظت و کمک قانونی کسب کنید
  - به خدمات حفاظت محرمانه و رایگان دسترسی داشته باشید





# حقایق در مورد خشونت جنسی



خانمها در هر سنی که هستند، قطع نظر از اینکه چه میپوشند،

ممکن است مورد حمله جنسی قرار گیرند

خشونت جنسی یک عمل قدرت و کنترل می باشد و ارتباطی به اینکه یک خانم چگونه بنظر می آید و چه میپوشد ندارد. خانمها در هر سنی که باشند، بخاطر ظاهرشان، فرهنگ، نژاد، و مذهب ممکن است که مورد خشونت جنسی قرار گیرند

**خشونت جنسی فقط بوسیله افراد بیگانه و غریب ارتکاب نمیشود**

یک خانم به احتمال قوی ممکن است بوسیله شخصی که میشناسد، و یا حتی کسی را که دوست دارد و مورد اطمینان اوست مانند دوست پسر، شوهر، عضوی از فامیل، دوست، آشنا یا همکار مورد حمله قرار گیرد

**فقط بله یعنی بله**

هرکس قانوناً حق دارد که به عمل جنسی نه بگوید و در هر لحظه ای نظرش را عوض کند. اگر شخص دیگر متوقف نمیکند مرتکب جرم میشود. خشونت جنسی هرگز خطای شخص مورد حمله نیست و او هرگز نباید مورد سرزنش قرار گیرد. خانمها میتوانند خیلی متفاوت نسبت به خشونت جنسی عکس العمل نشان دهند

**اکثر خانمها یک نوع "خشک شدن" یا مات و مبهوت شدن را تجربه**

میکند، فقط چون دعوا نمیکند، فریاد نمیکند، جیغ نمیزنند یا فرار نمیکند. معنی آن این نیست که به این کار رضایت دارند

**یک مرد فقط به این علت که با زن رابطه دارد حقی نسبت به بدن او ندارد**

حتی وقتی خانمی با کسی ازدواج نموده و یا مدت زیادی با او رابطه داشته آن شخص هنوز ملزم است برای عمل جنسی رضایت زن را جلب نماید. اگر زن احساس فشار کند و یا تحت فشار قرار گیرد که بله بگوید این رضایت محسوب نمیشود

**تکنولوژی میتواند برای ارتکاب خشونت جنسی مورد استفاده قرار گیرد**

خشونت جنسی قرار نیست که شامل دست زدن و تماس باشد. اگر کسی تحت فشار قرار گیرد که عکسهای جنسی بگیرد یا ارسال کند، یا پیامهای سکسی ناخواسته از طریق text یا رسانه های جمعی دریافت نماید نیز خشونت جنسی میباشد. تصویر مبتنی بر ضایع کردن، وقتی است که یک نفر عکس و یا ویدئوی کسی را بدون اجازه او تهیه میکند.





Japanese 日本語

貴方には、自らの人生、人間関係、身体に関して意思決定する権利があります。誰でも、貴方の同意なしに身体的接触をしたり、貴方に強制的に何かをさせることはできません。

### セクシャル・バイオレンスとは何でしょうか

セクシャル・バイオレンスは、貴方が望まない、または同意していない性的行為です。それは貴方に、恐怖や、不快や、脅威を感じさせたりします。セクシャル・バイオレンスは、誰にでも、何処でも起こり得る犯罪です。セクシャル・バイオレンスには以下のものが含まれます。

- ・ 望まない身体的接触
- ・ 婚姻関係や事実上婚姻関係におけるレイプ望まないメール、コメントや写真を用いたセクシャル・ハラスメント
- ・ 同意なしに性的な写真やビデオを撮ったり、公表したり、または公表すると言って脅すことポルノを見るように強制すること
- ・ 同意なしの性的行為

### 同意とは何でしょうか

ここでいう同意とは、誰かが（通常性的な）何かに対して同意したり許可することです。この同意は、自主的かつ積極的になされたものでなければなりません、つまり強制されたり、操られたり、だまされたりした結果のものであってはならないということです。また同意は継続的のものでなくてはなりません、つまり貴方は自らの意思をいつでも変えることができるということです。

### 貴方の権利を知りましょう

オーストラリアではセクシャル・バイオレンスは犯罪であり、貴方には以下の権利があります。

- ・ 貴方自身の身体に関して意思決定をすること
- ・ 法的保護や支援を受けること
- ・ 無料で内密の支援サービスを利用すること

# セクシャル・バイオレンスに関する事実

**年齢や服装に関わりなく、全ての女性が性的暴行を受ける可能性があります**

セクシャル・バイオレンスは力や支配の行為であり、女性の外観や服装とは全く関係ありません。年齢・外見・文化・人種・宗教に関わりなく、全ての女性がセクシャル・バイオレンスに遭う可能性があります。

**セクシャル・バイオレンスは全くの他人が犯すものだけではありません**

女性は、知り合いだったり、ましてや愛していたり信頼していたりする人物（例えば、恋人、夫、家族、友人、知人または同僚）から暴行を受けることが最も多いのです。

**イエスだけがイエスという意味です**

全ての人はセックスに対して拒否したり、いつでも自らの意思を変えたりする法的権利があります。もし拒否しているのに相手がやめなければ、その相手は犯罪を犯していることとなります。セクシャル・バイオレンスは、決して被害者の落ち度ではなく、被害者は決して非難されるべきではありません。

**セクシャル・バイオレンスにあった時、女性はそれぞれ非常に異なる反応をすることがあります**

多くの女性は、身動きができなくなるといった反応を経験します。女性が抵抗したり、大声や悲鳴を上げたり、逃げたりしないからといって、それは同意していることにはなりません。

**たとえ親密な関係にある相手でも、男性は女性の身体に対して何の権利もありません**

たとえ婚姻関係や長い関係にある相手であっても、男性は性的行為に対して女性の同意を得なければなりません。もし女性が同意するように強制されたと感じるならば、それは同意したことにはなりません。

**セクシャル・バイオレンスにはテクノロジーが使われることがあります**

セクシャル・バイオレンスには身体的接触が含まれないことがあります。もしある人が性的な写真を撮ることや送ることを強制されたり、望まない性的なメッセージをメールやソーシャルメディアで受け取ったりしたら、それもセクシャル・バイオレンスです。画像を用いた虐待は、誰かが他の人の性的な写真やビデオを、許可なしに撮ったり公表した時に起こります。





## Korean 한국어

여러분은 자신의 삶, 자신의 관계, 자신의 몸에 대해 스스로 결정을 내릴 권리를 가집니다. 어느 누구도 여러분의 동의 없이 여러분의 몸에 손을 대거나 여러분이 어떤 행동을 하도록 강요할 수 없습니다.

### 성폭력이란 무엇인가요?

성폭력이란 여러분이 동의하지 않거나, 원치 않는 모든 종류의 성적 행동을 말합니다. 이것은 여러분을 무섭게 하거나, 불편하게 하거나, 위협감을 들게 할 수 있습니다. 성폭력은 언제 어디서나 어느 누구에게도 일어날 수 있는 범죄입니다. 성폭력에는 다음이 포함될 수 있습니다:

- 원치 않는 터치
- 부부 또는 사실혼 관계에서 일어나는 강간
- 성적 희롱 (원치 않는 문자, 코멘트 또는 사진 포함)
- 본인의 동의없이 신체 부위가 드러나는 사진/비디오 등을 찍거나, 공유하거나, 공유하겠다고 위협하는 경우
- 포르노를 볼 것을 강요하는 경우
- 기타 동의 없는 모든 성적 행위

### 동의란 무엇인가요?

동의란 일반적으로 성적인 행동에 응하거나 허락하는 것을 말합니다. 이 동의는 반드시 자유의지로, 자발적으로 주어져야 합니다. 따라서 이것은 강요되거나, 조작되거나 속임수로 이루어져서는 안 됩니다. 동의는 반드시 지속적이어야 합니다. 이 말은 언제든지 원하면 마음을 바꿀 수 있다는 것입니다.

### 여러분의 권리를 알아 두세요

성폭력은 호주에서는 범죄입니다. 여러분은 다음과 같은 권리를 가집니다:

- 여러분 자신의 몸에 대해 스스로 결정을 내릴 권리
- 법적 보호 및 지원을 받을 권리
- 기밀이 보장되는 무료 지원 서비스를 받을 권리

# 성폭력에 대한 사실

모든 연령의 여성들은 입고 있는 옷에 상관없이 성적 폭력을 당할 수 있습니다

성폭력은 권력과 통제의 행위로서 여성의 외모나 의복과는 전혀 무관합니다. 연령, 외모, 문화, 인종 및 종교에 관계없이 모든 여성들은 성폭력의 피해자가 될 수 있습니다.

성폭력은 모르는 사람한테 당하는 건만은 아닙니다

오히려 여성들은 남자친구, 남편, 가족, 친구, 직장 동료 같이 자신이 알고 있거나, 사랑하거나 신뢰하는 사람들로부터 성폭력을 당할 가능성이 더 높습니다.

예라고 했을 때만 예입니다

모든 사람은 성행위에 대해 아니오라고 말할 수 있는 법적 권리와 언제라도 마음을 바꿀 수 있는 법적 권리를 가지고 있습니다. 상대방이 멈추지 않는다면, 그 사람은 범죄를 저지르는 것입니다. 성폭력은 결코 피해자의 잘못이 아니며 피해자에게 책임을 물어서는 결코 안됩니다.

여성들은 성폭력에 대해 매우 다르게 반응할 수 있습니다

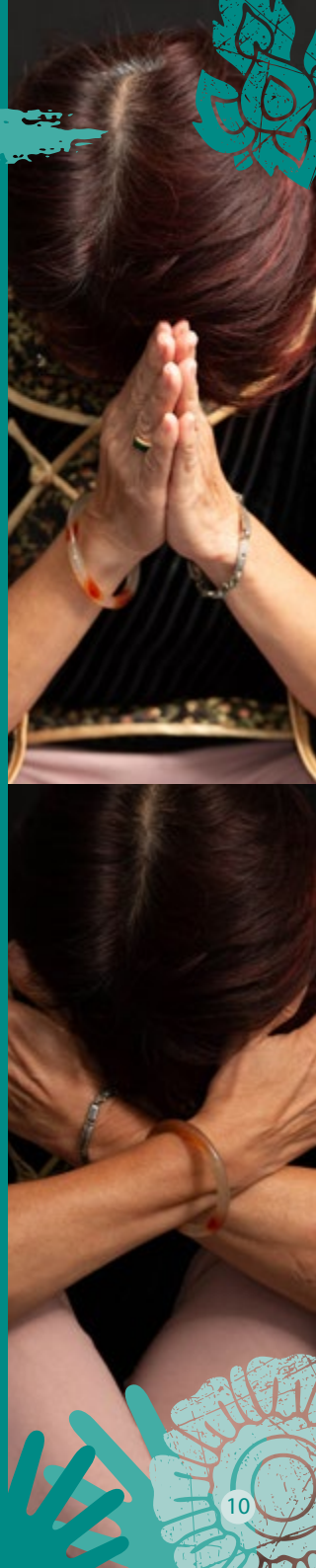
대부분의 여성들은 '몸이 얼어버리는' 종류의 반응을 경험합니다. 여성이 저항하거나, 고함을 지르거나, 도망가지 않는다고 해서 동의하는 것은 아닙니다.

부부나 연인 관계라고 해서 남성이 여성의 몸에 대해 권리를 가지는 것은 아닙니다.

부부 관계나 오랫동안 연인 관계에 있는 경우에도, 성적 행위를 할 경우, 남성은 반드시 여성의 동의를 구해야 합니다. 여성이 예라고 말하도록 강요받거나 압박을 받는다면 그것은 동의가 아닙니다.

성폭력을 저지르는데 테크놀로지가 사용될 수 있습니다

성폭력이라고 해서 반드시 인체 부위의 터치가 있어야 되는 아닙니다. 성적인 사진을 찍거나 보낼 것을 강요 받거나, 원하지 않는 성적인 메시지를 문자나 소셜 미디어로 받는다면, 그것도 성폭력입니다. 이미지 관련 학대는 상대방의 동의 없이 성적인 사진이나 비디오를 찍거나 공유할 때 발생합니다.





Mandarin 中文



您对自己的生活、恋爱关系和身体有决定权。未经许可，没有人能触摸或强迫您做任何事情。



### 什么是性暴力？

性暴力指违背意愿或您不许可的性行为。它会让您感到恐惧、难受、或受到威胁。性暴力是一种可能发生在任何人身上、在任何地点发生的犯罪行为。性暴力可包括：

- 违背意愿的身体触摸
- 婚内或同居关系内的强奸
- 性骚扰，包括骚扰短信、评论或照片
- 未经许可拍摄、分享或威胁要分享私密照片/视频
- 被施压要求看色情内容
- 任何未经许可的性行为

### 什么是许可？

许可指某人同意或允许做某事，通常指性行为。这种许可应该是个人自愿和十分愿意提供的，意即该个人不应该受到逼迫、操纵、或欺骗。许可还必须持续的，即您可以随时改变主意。

### 了解您的权利

在澳大利亚，性暴力是一种犯罪，以及您有权利：

- 做出有关自己身体的决定
- 获得法律保护和协助
- 使用免费和保密的支持服务



# 有关性暴力的信息

任何年龄的女性无论她们穿什么衣服都可能被性侵犯。性暴力是一种强权和控制行为，与女性的外表或衣着无关。无论其年龄、长相、文化背景、族裔、和宗教信仰是什么，任何女性都可能成为性暴力的受害者。

## 不只是陌生人会施行性暴力

女性最可能受到她认识的人、或甚至是她爱恋和信任的人的侵犯，例如她的男朋友、丈夫、家人、朋友、熟人、或同事。

## 只有“是”的意思是“是”

每个人都有法律权利对性行为说“不”以及随时改变主意。如果另一方不停止其行为，则其正在犯罪。性暴力从来都不是受害者的错，以及受害者绝不应该受到责备。

## 女性面对性暴力事件可能会有非常不同的反应

大多数女性会有一种“冰冻型”反应。虽然她们没有反击、吼叫、尖叫或逃跑，但这并不意味着她们许可这样的行为。


## 男性并不能因其身处恋爱关系就有权掌握女性的身体

即使女性与某人结婚或处于长期恋爱关系中，该个人仍然需要获取女性的许可才可有任何性行为。如果女性感觉受逼迫或被施压而同意性行为，则其中不存在许可。

## 科技可用于实施性暴力

性暴力不一定需要包括身体触摸。如果某人被施压拍摄或发送色情照片，或者她们通过短信或社交媒体收到骚扰信息，这些也属于性暴力。未经许可拍摄或分享某人的色情照片或视频属于影像滥用。





Portuguese Português

**Você tem o direito de tomar decisões sobre sua vida, seus relacionamentos e seu corpo. Ninguém pode tocá-la ou forçá-la a fazer qualquer coisa sem seu consentimento.**

### **O que é violência sexual?**

Violência sexual é qualquer comportamento sexual que é indesejado ou que ocorre sem o seu consentimento. Pode fazê-la sentir-se amedrontada, desconfortável, ou ameaçada. A violência sexual é um crime que pode acontecer a qualquer pessoa, em qualquer lugar. A violência sexual pode incluir:

- toques não desejados
- estupro no casamento ou na união estável
- assédio sexual, incluindo mensagens, fotografias ou comentários indesejados
- tirar, compartilhar ou ameaçar compartilhar fotos/vídeos íntimos sem consentimento
- ser coagida a assistir pornografia
- qualquer ato sexual sem consentimento

### **O que é consentimento?**

Consentimento é quando alguém concorda ou dá permissão para algo, normalmente de natureza sexual. Este consentimento deve ser dado livre e entusiasmamente, o que significa que não pode ser obtido através de coerção, manipulação ou artifício. O consentimento também deve ser contínuo, o que quer dizer que você pode mudar de ideia a qualquer momento.

### **Conheça os seus direitos**

Violência sexual é crime na Austrália e você tem o direito de:

- fazer escolhas em relação ao seu corpo
- obter proteção e assistência jurídica
- ter acesso a serviços de apoio gratuitos e confidenciais



# FATOS SOBRE A VIOLÊNCIA SEXUAL

## **Mulheres de todas as idades, independentemente de como estão vestidas, podem sofrer violência sexual**

A violência sexual é um ato de poder e controle e não tem nenhuma relação com a aparência de uma mulher ou as roupas que ela veste. Mulheres de todas as idades, aparências, culturas, raças e religiões podem ser vítimas de violência sexual.

## **A violência sexual não é cometida apenas por desconhecidos**

É mais provável que uma mulher seja agredida por alguém que ela conhece, ou até mesmo ama e confia, como seu namorado, marido, parente, amigo, conhecido, ou colega de trabalho.

## **Apenas SIM quer dizer SIM**

Todos têm o direito legal de dizer não ao sexo e mudar de ideia a qualquer momento. Se a outra pessoa não para, está cometendo um crime. A violência sexual nunca é culpa da vítima e a vítima nunca deve ser responsabilizada.

## **As mulheres podem reagir de formas muito diferentes a episódios de violência sexual**

A violência sexual provoca uma resposta de paralisia temporária na maioria das mulheres. O simples fato dela não lutar, gritar, berrar ou fugir não significa que ela esteja consentindo.



## **Um homem não tem direito ao corpo de uma mulher simplesmente porque estão em um relacionamento**

Ainda que uma mulher seja casada, ou esteja em uma união estável com alguém, esta pessoa ainda precisa do seu consentimento para qualquer ato sexual. Não há consentimento se a mulher se sente coagida, ou pressionada a dizer sim.

## **Tecnologia pode ser usada para cometer violência sexual**

A violência sexual não precisa envolver toque. Se alguém está sob pressão para tirar ou enviar fotografias de natureza sexual, ou recebendo mensagens indesejadas pelo telefone, e-mail ou mídia social, também está sofrendo violência sexual. O Abuso Sexual Baseado em Imagens acontece quando uma pessoa tira ou compartilha fotos ou vídeos de natureza sexual de outra pessoa sem a sua permissão.





## Punjabi ਪੰਜਾਬੀ

ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਆਪਣੇ ਜੀਵਨ, ਆਪਣੇ ਰਿਸ਼ਤਿਆਂ ਅਤੇ ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਨਾਲ ਜੁੜੇ ਫੈਸਲੇ ਲੈਣ ਦਾ ਹੱਕ ਹੈ। ਕੋਈ ਵੀ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਛੂਹ ਨਹੀਂ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜ਼ੋਰ-ਜਬਰਦਸਤੀ ਕਰਕੇ ਤੁਹਾਡੇ ਤੋਂ ਕੋਈ ਕੰਮ ਨਹੀਂ ਕਰਵਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

### ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ (ਸੈਕਸੂਅਲ ਵਾਇਲੈਂਸ) ਕੀ ਹੈ?

ਕਿਸੇ ਅਜਿਹੇ ਜਿਨਸੀ ਵਿਹਾਰ ਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਕਹਿੰਦੇ ਹਨ ਜੋ ਅਣਚਾਹਿਆ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਸ ਲਈ ਤੁਸੀਂ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਦਿੰਦੇ ਹੋ। ਇਸਨਾਲ ਤੁਸੀਂ ਡਰੇ ਹੋਏ, ਬੇਚੈਨ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਨੂੰ ਅਜਿਹਾ ਲਗ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਿ ਤੁਹਾਨੂੰ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ। ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਇੱਕ ਜ਼ੁਰਮ ਹੈ ਜੋ ਕਿਸੇ ਵੀ ਥਾਂ ਉੱਤੇ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਵਿੱਚ ਹੇਠਾਂ ਲਿਖੇ ਵਿਹਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਅਣਚਾਹੇ ਤੌਰ 'ਤੇ ਛੂਹਣਾ
- ਵਿਆਹ ਜਾਂ ਡੀ ਫੈਕਟੋ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਜਬਰਜਨਾਹ
- ਅਣਚਾਹੇ ਟੈਕਸਟ, ਇੰਪਲੀਆਂ ਜਾਂ ਫੋਟੋਵਾਂ ਸਮੇਤ ਜਿਨਸੀ ਛੇੜਛਾੜ
- ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਸੰਘਣੀਆਂ ਫੋਟੋਵਾਂ/ਵੀਡੀਓ ਲੈਣਾ, ਸ਼ੇਅਰ ਕਰਨੀ ਜਾਂ ਸੇਅਰ ਕਰਨ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦੇਣਾ
- ਪੌਰਨੋਗ੍ਰਾਫੀ ਦੇਖਣ ਲਈ ਜਬਰਦਸਤੀ ਕਰਨਾ
- ਸਹਿਮਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਕੋਈ ਜਿਨਸੀ ਹਰਕਤ


### ਸਹਿਮਤੀ ਕੀ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਸਹਿਮਤੀ ਤਦੋਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਕਿਸੇ ਕੰਮ, ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਜਿਨਸੀ (ਸੈਕਸੂਅਲ) ਲਈ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਜਾਂ ਇਜ਼ਾਜ਼ਤ ਦਿੰਦਾ ਹੈ। ਇਹ ਸਹਿਮਤੀ ਬੇਰੋਕ ਅਤੇ ਉਤਸ਼ਾਹ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਜਾਣੀ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਜਿਸਦਾ ਇਹ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਇਸਦੇ ਲਈ ਜ਼ੋਰ-ਜਬਰਦਸਤੀ, ਹੇਰਾਫੇਰੀ ਜਾਂ ਧੋਖਾਧੜੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਵੀ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ ਕਿ ਸਹਿਮਤੀ ਲਗਾਤਾਰ ਹੋਵੇ ਜਿਸਦਾ ਇਹ ਮਤਲਬ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਦਲ ਸਕਦੇ ਹੋ।



### ਆਪਣੇ ਹੱਕਾਂ ਤੋਂ ਜਾਣੂ ਰਹੋ

ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਆਸ਼ਫ਼ੋਲੀਆ ਵਿੱਚ ਇੱਕ ਜ਼ੁਰਮ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਕੋਲ ਹੱਕ ਹੈ ਕਿ ਤੁਸੀਂ:

- ਆਪਣੇ ਸਰੀਰ ਬਾਰੇ ਫੈਸਲੇ ਲਵੋ
  - ਕਾਨੂੰਨੀ ਸੁਰੱਖਿਆ ਅਤੇ ਸਹਾਇਤਾ ਲਵੋ
  - ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੋਪਨੀਯ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾਵਾਂ ਤਕ ਪਹੁੰਚ ਪਾਪਤ ਕਰੋ
- 

# ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ (ਸੈਕਸੁਅਲ ਵਾਇਲੈਂਸ) ਬਾਰੇ ਤੱਥ

**ਸਾਰੀ ਉਮਰ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲੇ ਦੀ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ  
ਭਾਵੇਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੇ ਕਿਸੇ ਪ੍ਰਕਾਰ ਦੇ ਕੱਪੜੇ ਪਾਏ ਹੋਣ**

ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਤਾਕਤ ਅਤੇ ਨਿਯੰਤਰਨ ਵਿਖਾਉਣ ਦੀ ਇੱਕ ਹਰਕਤ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਇਸ ਗੱਲ ਨਾਲ ਕੁੱਝ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਹੋ ਜਿਹੀ ਦਿਖਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਉਸਨੇ ਕਿਹੋ ਜਿਹੇ ਕਪੜੇ ਪਾਏ ਹਨ। ਸਾਰੀ ਉਮਰ, ਰੂਪ, ਸਭਿਆਚਾਰ, ਜਾਤੀ, ਅਤੇ ਧਰਮ ਦੀਆਂ ਔਰਤਾਂ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ।

**ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਸਿਰਫ ਅਜਨਬੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਹੀ ਨਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾਂਦੀ ਹੈ**

ਇਸ ਗੱਲ ਦੀ ਵੱਧ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕਿਸੇ ਔਰਤ ਨੂੰ ਜਿਨਸੀ ਹਮਲੇ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਦੁਆਰਾ ਬਣਾਇਆ ਜਾਵੇ ਜਿਸਨੂੰ ਉਹ ਜਾਣਦੀ ਹੈ, ਜਾਂ ਇੱਥੋਂ ਤਕ ਕਿ ਪਿਆਰ ਕਰਦੀ ਹੈ ਜਾਂ ਜਿਸਤੇ ਉਹ ਭਰੋਸਾ ਕਰਦੀ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਉਸਦਾ ਬੁਆਏਫਰੈਂਡ, ਪਤੀ, ਪਰਿਵਾਰ ਦਾ ਸਦੱਸ, ਦੋਸਤ, ਸਾਥੀ ਜਾਂ ਸਹਿ-ਕਰਮਚਾਰੀ।

**ਸਿਰਫ ਹਾਂ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹਾਂ ਹੈ**

ਹਰ ਕਿਸੇ ਨੂੰ ਸੈਕਸ ਤੋਂ ਨਾ ਕਹਿਣ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ ਆਪਣਾ ਮਨ ਬਦਲਣ ਦਾ ਕਾਨੂੰਨੀ ਹੱਕ ਹੈ। ਜੇ ਦੂਜਾ ਵਿਅਕਤੀ ਇਸਨੂੰ ਕਰਨਾ ਬੰਦ ਨਹੀਂ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਤਾਂ ਉਹ ਇੱਕ ਜੁਰਮ ਕਰ ਰਿਹਾ ਹੁੰਦਾ ਹੈ। ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਕਦੇ ਵੀ ਇਸਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਗਲਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਇਸਦਾ ਦੋਸ਼ ਉਸ ਉੱਤੇ ਕਦੇ ਵੀ ਨਹੀਂ ਲਾਇਆ ਜਾਣਾ ਚਾਹੀਦਾ ਹੈ।

**ਔਰਤਾਂ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਦੀਆਂ ਹਰਕਤਾਂ ਤੇ ਬਹੁਤ ਵੱਖਰੇ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ  
ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ**


ਜਿਆਦਾਤਰ ਔਰਤਾਂ 'ਸਥਿਰ' ਹੋ ਜਾਣ ਦੀ ਪ੍ਰਤੀਕਿਰਿਆ ਦਾ ਅਨੁਭਵ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ। ਸਿਰਫ ਇਸਲਈ ਕਿ ਉਹ ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਛੁੜਾਉਣ ਲਈ ਹੱਥ-ਪੈਰ ਨਹੀਂ ਮਾਰਦੀ ਹੈ, ਚੀਕਦੀ-ਚਿਲਾਉਦੀ ਜਾਂ ਨੱਠ ਨਹੀਂ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਇਸਦਾ ਇਹ ਮਤਲਬ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਉਸ ਇਸ ਕੰਮ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਰਹੀ ਹੈ।

**ਕਿਸੇ ਪੁਰਸ਼ ਦਾ ਕਿਸੇ ਔਰਤ ਦੇ ਸਰੀਰ ਉੱਤੇ ਸਿਰਫ ਇਸਲਈ ਹੱਕ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦਾ  
ਹੈ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਇੱਕ ਰਿਸ਼ਤੇ ਵਿੱਚ ਹਨ**

ਭਾਵੇਂ ਜੇ ਕੋਈ ਔਰਤ ਕਿਸੇ ਪੁਰਸ਼ ਨਾਲ ਵਿਆਹੀ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਲੰਬੀ-ਮਿਆਦ ਤੋਂ ਉਸਨਾਲ ਉਸਦਾ ਰਿਸ਼ਤਾ ਹੋਵੇ, ਤਾਂ ਵੀ ਉਸ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਕਿਸੇ ਜਿਨਸੀ ਵਿਹਾਰ ਲਈ ਉਸ ਔਰਤ ਦੀ ਸਹਿਮਤੀ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਔਰਤ ਹਾਂ ਕਹਿਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਜ਼ੋਰ-ਜਬਰਦਸਤੀ ਕੀਤੀ ਜਾਂ ਦਬਾਓ ਪਾਇਆ ਜਾਣਾ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ।

**ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਕਰਨ ਲਈ ਟੈਕਨੋਲੋਜੀ ਦੀ ਵਰਤੋਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ**

ਜ਼ਰੂਰੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਕਿ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਵਿੱਚ ਫੂਹਣਾ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਵੇ। ਜੇ ਕੋਈ ਜਿਨਸੀ ਫੋਟੋ ਜਾਂ ਲੈਣ ਜਾਂ ਭੇਜਣ ਲਈ ਆਪਣੇ ਉੱਤੇ ਦਬਾਓ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਨ ਰਿਹਾ ਹੋਵੇ, ਜਾਂ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਟੈਕਸਟ ਜਾਂ ਸੋਸ਼ਲ ਮੀਡੀਆ ਤੋਂ ਅਣਚਾਹੇ ਸੈਕਸੁਅਲ ਮੈਸੇਜ ਮਿਲ ਰਹੇ ਹੋਣ, ਤਾਂ ਉਹ ਵੀ ਜਿਨਸੀ ਹਿੰਸਾ ਹੁੰਦੀ ਹੈ। ਤਸਵੀਰ ਆਧਾਰਤ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਉਸ ਸਥਿਤੀ ਵਿੱਚ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਦੂਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਦੀ ਮਨਜ਼ੂਰੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾਂ ਉਸਦੀ ਸੈਕਸੁਅਲ ਫੋਟੋ ਜਾਂ ਵੀਡੀਓ ਬਣਾਉਣ ਜਾਂ ਸ਼ੇਅਰ ਕਰਦਾ ਹੈ।



Spanish Español

**Usted tiene derecho de tomar decisiones acerca de su vida, sus relaciones y de su cuerpo. Nadie puede tocarle o forzarle a hacer algo sin su consentimiento.**

### **¿Qué es la violencia sexual?**

La violencia sexual es cualquier comportamiento no deseado o al cual usted no da consentimiento. Puede hacer que uno se sienta asustado, incomodo o amenazado. La violencia sexual es un crimen que le puede suceder a cualquiera, en cualquier lugar. La violencia sexual puede incluir:

- Contacto no deseado
- Violación dentro del matrimonio o pareja de hecho
- El acoso sexual que incluye mensajes de texto, comentarios o imágenes no deseadas
- El tomar, compartir o amenazar a compartir imágenes/videos íntimos sin consentimiento
- Sentirse presionado a mirar pornografía
- Cualquier acto sexual sin consentimiento

### **¿Qué es el consentimiento?**

El consentimiento es cuando uno está de acuerdo o da permiso para algo, por lo general sexual. Este consentimiento se debe dar libremente y con entusiasmo, lo que significa que no puede ser forzado, manipulado o engañado. Este consentimiento debe ser continuo, o sea, uno puede cambiarse de opinión en cualquier momento.

### **Conozca sus derechos**

La violencia sexual es un crimen en Australia y usted tiene derecho de:

- Tomar decisiones con respecto a su cuerpo
- Obtener protección y ayuda legal
- Tener acceso a servicios de apoyo confidenciales gratuitos

# HECHOS ACERCA DE LA VIOLENCIA SEXUAL

## **Las mujeres de toda edad pueden ser agredidas sexualmente, independientemente de cómo estén vestidas.**

La violencia sexual es un acto de poder y control y no tiene nada que ver con la apariencia de una mujer o cómo esté vestida. Las mujeres de toda edad, apariencia, cultura, raza y religión pueden ser víctimas de la violencia sexual.

## **La violencia sexual no solo la cometen los extraños**

Es más factible que una mujer sea agredida por un conocido, inclusive por alguien a quien ella quiera y a quien le tenga confianza, como ser, su novio, esposo, un familiar, amigo, conocido o compañero de trabajo.

## **Solo Sí quiere decir Sí**

Todos tenemos el derecho legal de decir no al sexo y de cambiarnos de idea en cualquier momento. Si la otra persona no para, está cometiendo un crimen. La violencia sexual jamás es la culpa de la víctima y jamás se debe culpar a la víctima.

## **Las mujeres pueden reaccionar de maneras muy distintas frente a incidentes de violencia sexual**

Muchas mujeres se paralizan frente a esta experiencia. El hecho que ella no grite, pelee o huya no indica que esté dando su consentimiento.

## **El hombre no tiene derecho al cuerpo de una mujer solo porque tenga una relación con ella**

Aún cuándo la mujer está casada o en una relación a largo plazo, la otra persona aún necesita el consentimiento de la mujer para realizar cualquier acto sexual. No hay consentimiento si la mujer se siente forzada o presionada a decir que sí.

## **La tecnología puede ser usada para cometer la violencia sexual**

La violencia sexual no solo tiene que ser con tocamientos. Si uno se siente presionado a tomar o a mandar imágenes sexuales o si están recibiendo mensajes sexuales por medio de textos o redes sociales, esto también se determina como violencia sexual. El abuso basado en imágenes sucede cuando una persona toma o comparte imágenes o videos sexuales de otra persona sin su permiso.





## Thai ไทย

คุณมีสิทธิในการตัดสินใจเกี่ยวกับชีวิตของคุณ ความสัมพันธ์ของคุณ และร่างกายของคุณ ไม่มีใครสามารถแต่ะต้องคุณ หรือบังคับให้คุณทำอะไรก็ตามโดยที่คุณไม่ยินยอม

### ความรุนแรงทางเพศคืออะไร?

ความรุนแรงทางเพศ คือพฤติกรรมทางเพศที่ไม่เป็นที่ต้องการ หรือที่คุณไม่ยินยอม อาจเป็นพฤติกรรมที่ทำให้คุณรู้สึกกลัว อึดอัด หรือถูกคุกคาม ความรุนแรงทางเพศเป็นอาชญากรรมที่สามารถเกิดขึ้นได้กับทุกคน ไม่ว่าจะป็นในสถานที่ใดก็ตาม ความรุนแรงทางเพศอาจรวมถึง:

- การแต่ะต้องสัมผัสที่ไม่เป็นที่ต้องการ
- การข่มขืนที่เกิดขึ้นในชีวิตสมรสหรือในความสัมพันธ์โดยพฤตินัย
- การล่วงละเมิดทางเพศ ได้แก่ การส่งข้อความ การออกความคิดเห็น หรือภาพถ่ายที่ไม่เป็นที่ต้องการ
- การถ่ายภาพ การส่งต่อภาพถ่าย หรือการข่มขู่ว่าจะมีการส่งภาพถ่าย/วิดีโอที่เป็นภาพส่วนตัวมาก ๆ โดยไม่ได้รับความยินยอม
- การถูกกดดันให้ดูสื่อลามก
- การกระทำทางเพศใด ๆ โดยไม่ได้รับความยินยอม

### ความยินยอมคืออะไร?

ความยินยอม คือการที่เราตกลงยินยอม หรืออนุญาตให้กระทำ โดยปกติในเรื่องเกี่ยวกับทางเพศ การให้ความยินยอม จะต้องกระทำโดยเสรีและด้วยความกระตือรือร้น ซึ่งหมายความว่า จะไม่สามารถเป็นการบังคับ ชักใย หรือหลอกล่อ ความยินยอมนั้นจะมีความต่อเนื่อง ซึ่งหมายความว่า คุณสามารถเปลี่ยนใจได้ตลอดเวลา

### รู้สิทธิของคุณ

ความรุนแรงทางเพศ เป็นอาชญากรรมในออสเตรเลีย และคุณมีสิทธิที่จะ:

- ตัดสินใจเกี่ยวกับร่างกายของคุณเอง
- ได้รับความคุ้มครองและความช่วยเหลือทางกฎหมาย
- เข้าถึงบริการเพื่อขอความช่วยเหลือได้ฟรีและเป็นความลับ

## ข้อเท็จจริงเกี่ยวกับความรุนแรงทางเพศ

### ผู้หญิงทักวียไม่ว่าจะสวมใส่ชุดอะไร ก็ถูกทำร้ายทางเพศได้

ความรุนแรงทางเพศเป็นการกระทำที่เกี่ยวกับการใช้อำนาจและการควบคุม และไม่เกี่ยวข้องกับรูปลักษณ์ของผู้หญิงหรือสิ่งที่ผู้หญิงสวมใส่ ผู้หญิงทักวีย ทูกรูปร่างกายตา ทุกวัฒนธรรม ทุกเชื้อชาติ และทุกศาสนา อาจตกเป็นเหยื่อของความรุนแรงทางเพศได้

### ความรุนแรงทางเพศไม่ได้เป็นการกระทำจากเพียงคนแปลกหน้าเท่านั้น

ผู้หญิงมักจะถูกทำร้ายโดยคนที่เธอรู้จัก หรือแม้กระทั่งจากคนที่ผู้หญิงรักและไว้ใจ เช่น แฟน สามีสมาชิกในครอบครัว เพื่อน คนรู้จัก หรือเพื่อนร่วมงาน

### ต้องเป็นคำว่าใช่ เท่านั้น ที่จะหมายถึงใช่

ทุกคนมีสิทธิ์ตามกฎหมายที่จะปฏิเสธเรื่องเพศ และมีสิทธิ์ที่จะเปลี่ยนใจได้ทุกเมื่อ หากอีกฝ่ายไม่หยุด นั่นแสดงว่า เขากำลังก่ออาชญากรรม ความรุนแรงทางเพศไม่มีทางที่จะเป็นความผิดของเหยื่อ และเหยื่อไม่ควรจะเป็นผู้ถูกตำหนิกล่าวโทษ

### ผู้หญิงมีปฏิกริยาตอบสนองต่อเหตุการณ์ความรุนแรงทางเพศแตกต่างกัน

ผู้หญิงส่วนใหญ่มีปฏิกริยาตอบสนองแบบ “ตัวแข็งทำอะไรไม่ถูก” และเพียงเพราะเธอไม่ต่อสู้ ตะโกน กรีดร้อง หรือวิ่งหนี ก็ไม่ได้หมายความว่า เธอยินยอม

### ผู้ชายไม่มีสิทธิ์ในร่างกายของผู้หญิงเพียงเพราะพวกเขามีความสัมพันธ์กัน

แม้ว่าผู้หญิงจะแต่งงานกับใคร หรือมีความสัมพันธ์ระยะยาวกับใครก็ตาม คน ๆ นั้นยังต้องได้รับความยินยอมจากผู้หญิงสำหรับการกระทำทางเพศ หากผู้หญิงรู้สึก ว่า ถูกบังคับ หรือกดดันให้ตอบตกลง สิ่งนั้นไม่เรียกว่า ความยินยอม

### มีการนำเทคโนโลยีมาใช้ ในการกระทำความรุนแรงทางเพศ

ความรุนแรงทางเพศไม่จำเป็นต้องเกี่ยวข้องกับการแตะต้องสัมผัส หากมีใครที่ถูกกดดันให้ถ่ายหรือส่งรูปภาพที่มีการแสดงออกทางเพศให้ หรือ หากใครได้รับข้อความเกี่ยวกับทางเพศที่เขาไม่ต้องการทาง การส่งข้อความ หรือทางโซเชียลมีเดีย สิ่งเหล่านี้ถือเป็นความรุนแรงทางเพศ เช่นเดียวกัน การล่วงละเมิดโดยใช้รูปภาพ เกิดขึ้นเมื่อใครก็ตามถ่ายภาพ หรือส่งต่อภาพถ่าย หรือวิดีโอที่เกี่ยวข้องกับทางเพศของบุคคลอื่น โดยไม่ได้รับอนุญาต





## Vietnamese Tiếng Việt

**Bạn có quyền đưa ra những quyết định về cuộc sống, các mối quan hệ và cơ thể của mình. Không ai có thể chạm vào bạn hoặc ép buộc bạn làm bất cứ điều gì mà không được sự đồng ý của bạn.**

### **Bạo lực tình dục là gì?**

Bạo lực tình dục là bất kỳ hành vi tình dục nào mà không mong muốn hoặc bạn không đồng ý. Nó có thể khiến bạn cảm thấy sợ hãi, khó chịu hoặc bị đe dọa. **Bạo lực tình dục là một tội ác có thể xảy ra cho bất kỳ ai, ở bất kỳ địa điểm nào. **Bạo lực tình dục có thể bao gồm:****

- sự đụng chạm không mong muốn
- việc hiếp dâm trong hôn nhân hoặc mối quan hệ ngoài giá thú
- sự quấy rối tình dục bao gồm các tin nhắn, lời bình luận hoặc hình ảnh mà bạn không mong muốn.
- việc chụp, chia sẻ hoặc đe dọa chia sẻ ảnh/video thân mật mà không được sự đồng ý
- bị ép buộc xem nội dung khiêu dâm
- bất kỳ hành động tình dục nào mà không có sự đồng ý

### **Sự đồng ý là gì?**

Đồng ý là khi ai đó bằng lòng hoặc cho phép điều gì đó, thường là về tình dục. Sự đồng ý này phải được đưa ra một cách tự do và nhiệt tình, có nghĩa là nó không thể bị ép buộc, thao túng hoặc lừa gạt. Sự đồng ý cũng phải tiếp diễn có nghĩa là bạn có thể đổi ý vào bất cứ lúc nào.



### **Biết quyền lợi của bạn**

Ở Úc bạo lực tình dục là một tội ác và bạn có quyền:

- đưa ra những lựa chọn về cơ thể của chính bạn
- được sự bảo vệ và hỗ trợ về pháp lý
- tiếp cận các dịch vụ hỗ trợ miễn phí và bảo mật



# Thực Trạng về Bạo lực Tình dục

## **Phụ nữ ở mọi lứa tuổi, bất kể họ đang mặc gì, đều có thể bị tấn công tình dục**

Bạo lực tình dục là một hành động của quyền lực và sự kiểm soát và không liên quan gì đến ngoại hình hay trang phục của một phụ nữ. Phụ nữ ở mọi lứa tuổi, ngoại hình, văn hóa, chủng tộc và tôn giáo đều có thể là nạn nhân của bạo lực tình dục.

## **Bạo lực tình dục không chỉ do người lạ gây ra**

Một người phụ nữ có nhiều khả năng bị tấn công bởi người mà cô ấy biết, hoặc thậm chí yêu thương và tin tưởng, chẳng hạn như bạn trai, chồng, thành viên gia đình, bạn bè, người quen hoặc đồng nghiệp của cô ấy.

## **Chỉ CÓ nghĩa là CÓ**

Mọi người đều có quyền hợp pháp để nói không với tình dục và đổi ý của họ vào bất kỳ thời điểm nào. Nếu người kia không dừng lại, thì họ đang phạm tội. Bạo lực tình dục không bao giờ là lỗi của nạn nhân và chúng ta đừng bao giờ đổ lỗi cho nạn nhân.

## **Phụ nữ có thể phản ứng rất khác nhau đối với các sự cố bạo lực tình dục**

Hầu hết phụ nữ trải nghiệm phản ứng kiểu 'bị điếng'. Chỉ vì cô ấy không chống trả, la lên, hét to hoặc bỏ chạy, không có nghĩa là cô ấy đồng ý.

## **Đàn ông không có quyền đối với cơ thể của phụ nữ chỉ vì họ đang ở trong một mối quan hệ**

Ngay cả khi phụ nữ đã kết hôn với ai đó hoặc có mối quan hệ lâu dài với họ, người đó vẫn cần sự đồng ý của phụ nữ cho bất kỳ hành vi tình dục nào. Không có sự đồng ý nếu người phụ nữ cảm thấy bị ép buộc hoặc bị áp lực phải nói đồng ý.

## **Công nghệ có thể được sử dụng để thực hiện hành vi bạo lực tình dục**

Bạo lực tình dục không nhất thiết phải liên quan đến việc sờ chạm. Nếu ai đó đang bị áp lực chụp hoặc gửi ảnh khiêu dâm, hoặc họ đang nhận được những thông điệp tình dục bằng tin nhắn hoặc phương tiện truyền thông xã hội, đó cũng là bạo lực tình dục. Lạm dụng dựa trên hình ảnh xảy ra khi một người chụp hoặc chia sẻ ảnh hay video khiêu dâm của một ai đó mà không được người đó cho phép.



# **EMERGENCY ASSISTANCE 000**

for police, fire or ambulance

## **Australia-Wide Services**

### **Life Line - 13 11 14**

24/7 free phone crisis counselling & support

### **1800RESPECT - 1800 737 732**

24/7 free phone counselling support for women

### **MensLine Australia - 1300 789 978**

24/7 free phone support & counselling for men

### **E-Safety Commissioner**

[www.esafety.gov.au/women/domestic-family-violence](http://www.esafety.gov.au/women/domestic-family-violence)

### **Translating & Interpreting Service (TIS) - 131 450**

Free translating and interpreting service  
[www.tisnational.gov.au](http://www.tisnational.gov.au)

## **Queensland Services**

### **Police Emergency - call 000**

### **Police Link - 131 444**

Non-emergency call Police Link

### **Sexual Assault Helpline - 1800 010 120**

Free phone support & information

### **DV Connect Women's Line - 1800 811 811**

24/7 free DV support for women

### **DV Connect Men's line - 1800 600 636**

Free support for men

### **Queensland Sexual Assault Network**

[qsan.org.au](http://qsan.org.au)

# Gold Coast Services



## Gold Coast Centre Against Sexual Violence

**07 5591 1164**

Free and confidential counselling & support for women  
[www.stopsexualviolence.com](http://www.stopsexualviolence.com)



## SARA Program

**0452 556 760**

Free and confidential domestic and family violence counselling & support for the Culturally and Linguistically Diverse (CALD) women  
[intake@saraprogram.org.au](mailto:intake@saraprogram.org.au)



## Multicultural Families Organisation

**07 5571 0381**

Free support for Gold Coast multicultural individuals, families and communities  
[www.mfo.org.au](http://www.mfo.org.au)

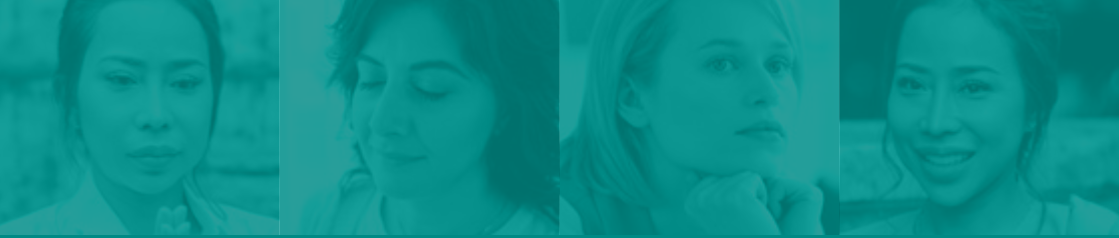


## Domestic Violence Prevention Centre

**5532 9000**

Free and confidential domestic and family violence support for women  
[www.domesticviolence.com.au](http://www.domesticviolence.com.au)





# YOU ARE NOT ALONE

