जातिवाद विरोधी

रिपोर्टिङ र सहायता सेवाहरू

जातिवाद के हो?

कसैलाई उनीहरूको जाति, छालाको रंग, जातीयता वा धर्मको कारण अन्याय गरिन्छ भने त्यसलाई जातिवाद भनिन्छ।

उदाहरणका लागि:

पसलहरूमा वा सेवाहरू प्रयोग गर्दा:	असजिलो महसुस गर्नु, सेवा नपाउनु वा सुरक्षा पालकले निगरानी गर्नु।
काममा:	तपाईंको जाति, छालाको रंग, जातीयता वा धर्मको कारण जागिरको अन्तर्वार्ता वा पदोन्नति प्राप्त नगर्नु।
सार्वजनिक रूपमा:	विभिन्न उपनाम दिएर बोलाउनु, आक्रामक व्यवहार, अरुलाई छोडेर तपाईंलाई मात्र रेल वा ट्राम टिकट देखाउन भन्नु।
विद्यालयमा:	तपाईं कस्तो देखिनुहुन्छ, के खानुहुन्छ वा के लगाउनुहुन्छका आधारमा तपाईंलाई गिज्याउनु, अन्य विद्यार्थीहरू भन्दा फरक महसुस गराउनु वा त्यस्तो अवस्थामा शिक्षकहरू जातिवादको बिरूद्ध खडा नहुनु।
आवास:	तपाईंको जात, छालाको रंग, जातीयता वा धर्मको कारण घरको भाडा वा बिक्री अस्वीकार गरिनु।
अनलाइन:	सामाजिक सन्जालमा सन्देश वा पोष्टहरूमा घृणाका पोस्ट, नस्लवादी सामग्रीहरू भएको ईमेलहरू प्राप्त गर्नु।

अष्ट्रेलियाली मानव अधिकार आयोग (Australian Human Rights Commission) बाट प्राप्त जानकारी

जातिवाद रिपोर्ट गर्नुहोस्। सहायता प्राप्त गर्नुहोस्।

तपाईंको अवस्थाको आधारमा, जातिवाद रिपोर्ट गर्ने वा आफ्नो वा जातिवादको सामना गरिरहेका अरू कसैको लागि सहयोग खोज्ने विभिन्न तरिकाहरू छन्।

तपाईंलाई घटनाको बारेमा सकेसम्म धेरै जानकारी सङ्कलन गर्न प्रोत्साहित गरिन्छ। यद्यपि, सहायता खोज्न वा गुनासो गर्न तपाईंसँग सबै जानकारी हुनु आवश्यक छैन। कुनै घटनाको समयमा तपाईंको सुरक्षा र कल्याण सधैं प्राथमिकतामा हुनुपर्छ।

जस्तै →	अब के गर्ने? →	सहायता खोज्नुहोस् वा गुनासो राख्नुहोस्।
यदि तपाईंले रेस्टुरेन्ट, बैंक र खुद्रा जस्ता पसलहरूमा अनुचित व्यवहारको अनुभव गर्नुभयो भने	लेख्नुहोस्: • यो कहाँ र कहिले भयो • को संलग्न थिए (नाम, भूमिका, व्यक्तिको विवरण) • साक्षीहरू र उनीहरूको सम्पर्क जानकारी	• पसल वा केन्द्र व्यवस्थापन (सम्भव भएसम्म) • तपाईंको स्थानीय सामुदायिक कानुनी केन्द्र • VEOHRC वा जातिवाद विरोधी सहायता सेवा
यदि तपाईंले काममा वा कामको खोजी गर्दा अनुचित व्यवहार भोग्नुभयो भने	निम्न जानकारी सङ्कलन गर्नुहोस्: • यो कहाँ र कहिले भयो • यस्तो कति पटक भयो • को संलग्न थिए (नाम, कर्मचारीको भूमिका) • साक्षीहरू र उनीहरूको सम्पर्क जानकारी	• तपाईंको प्रबन्धक वा मानव संसाधन विभाग (यदि तपाईं कर्मचारी हुनुहुन्छ भने) • VEOHRC वा जातिवाद विरोधी सहायता सेवा • निष्पक्ष कार्य आयोग (Fair Work Commission) वा तपाईंको युनियन (यदि तपाईं कर्मचारी हुनुहुन्छ भने) • तपाईंको स्थानीय सामुदायिक कानुनी केन्द्र

जस्तै	अब के गर्ने?	सहायता खोज्नुहोस् वा गुनासो राख्नुहोस्।
यदि तपाईंले सार्वजनिक यातायातमा (रेल, ट्राम, बस, ट्याक्सी, एयरलाइन्स) हिंसा वा भेदभाव भोग्नुपर्यो भने	लेख्नुहोस्: • यो कहाँ र कहिले भयो • को संलग्न थिए (नाम, भूमिका, व्यक्तिको विवरण) • रेल लाइन वा ट्राम मार्ग, बस वा ट्याक्सी नम्बर • साक्षीहरू र उनीहरूको सम्पर्क जानकारी	• STOPIT लाई 0499 455 455 मा टेक्स्ट गर्नुहोस् (बस, ट्रेन र ट्राम मात्र) • सार्वजनिक यातायात सञ्चालक (सम्भव भएसम्म) • सार्वजनिक यातायात लोकपाल (बस, रेल र ट्राम मात्र) • तपाईंको स्थानीय सामुदायिक कानुनी केन्द्र • VEOHRC वा जातिवाद विरोधी सहायता सेवा
यदि तपाईंले शारीरिक आक्रमण वा हिंसा, सम्पत्तिमा क्षति, उत्पीडन, घृणाको अनुभव गर्नुभयो भने	निम्न जानकारी सङ्कलन गर्नुहोस्: • यो कहाँ र कहिले भयो • को संलग्न थिए (नाम, भूमिका, व्यक्तिको विवरण) • थप जानकारी जस्तै सवारी दर्ता, मेक र मोडेल • साक्षीहरू र उनीहरूको सम्पर्क जानकारी	• अपराधको रिपोर्ट गर्नुहोस् • आपतकालीन अवस्थामा ट्रिपल जिरो (000) प्रयोग गर्नुहोस् • प्रहरी सहायता लाइन (131 444) • स्थानीय प्रहरी कार्यालयहरू • अपराध रोक्न अज्ञात रिपोर्टिङको लागि (1800 333 000)

जातिवाद विरोधी रिपोर्टिङ र सहायता सेवाहरू

भिक्टोरियाको समान अवसर तथा मानव अधिकार आयोग (Victorian Equal Opportunity & Human Rights Commission) (VEOHRC)

सामान्य जानकारीको लागि वा छानबिन गरिने औपचारिक उजुरी गर्न; VEOHRC ले समस्या समाधान गर्न निःशुल्क मेलमिलाप सेवा प्रदान गर्न सक्छ।

1300 292 153

www.humanrights.vic.gov.au/complaints/make-a-complaint

VEOHRC सँग आफ्नो अनुभव साझा गर्न समुदाय रिपोर्टिङ उपकरण प्रयोग गर्नुहोस्; तपाईं अज्ञात रहन सक्नुहुन्छ वा सहायता अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ।

www.humanrights.vic.gov.au/get-help/community-reporting-tool

ICV इस्लामोफोबिया सहायता सेवा (Islamophobia Support Service)

इस्लामोफोबियाको महसुस गरेपछि रिपोर्ट गर्नुहोस् र व्यक्तिगत सहायता प्राप्त गर्नुहोस्।

(03) 9328 2067

www.icv.org.au/islamophobia-support

islamophobiasupport@icv.org.au

भिक्टोरिया सामुदायिक सुरक्षा समूह (The Victorian Community Security Group) (CSG)

घटना वा एन्टिसेमिटिज्म (antisemitism) कार्यको रिपोर्ट गर्नुहोस्।

1300 000 274 वा यहूदी आपतकालीन एप (JEAP - आपतकालीन समयमा सुरक्षा वा चिकित्सा प्रतिक्रिया प्रदान गर्दछ)।

उत्तरी सामुदायिक कानुनी केन्द्र (Northern Community Legal Centre)

उत्तरी सामुदायिक कानुनी केन्द्रले Hume, Merri-bek र Mitchell Shire का मानिसहरूलाई निःशुल्क कानुनी सेवाहरू प्रदान गर्दछ। यसले जातिवाद र भेदभावको बारेमा कसरी गुनासो गर्ने, र तपाईंले गुनासो गरेपछि के हुन सक्छ भन्ने बारे सल्लाह प्रदान गर्न सक्छ।

(03) 9310 4376

www.northernclc.org.au

admin@northernclc.org.au

मुस्लिम कल्याण केन्द्र (Centre for Muslim Wellbeing) (CMW)

CMW नेभिगेटरले समुदायका सदस्यहरूलाई स्वास्थ्य र सेवा प्रणाली पत्ता लगाउन तथा समुदायका सदस्यहरूलाई उपयुक्त र मान्यता प्राप्त सेवा प्रदायकहरूलाई रेफर गर्न मद्दत गर्दछ।

0472 668 010

www.cmw.org.au

admin@cmw.org.au

Whittlesea सामुदायिक सम्बन्ध (WCC)

WCC ले जातिवाद र भेदभाव घटनाको प्रतिक्रीया स्वरुप जानकारी, समर्थन र रेफरल प्रदान गर्न सक्छ।

कानूनी सेवाले जातिवाद र भेदभावको बारेमा कसरी गुनासो गर्ने तथा रिपोर्टिङ मार्गहरू कसरी पत्ता लगाउने भन्ने बारे सल्लाह प्रदान गर्न सक्छ।

(03) 9401 6666

www.whittleseacommunityconnections.org.au

admin@whittleseacc.org.au

Partners in Wellbeing

(हाल जुन 2026 सम्म अनुदान प्राप्त)

तपाईंको जीवनस्तर सुधार गर्न, समस्या सामना गर्ने रणनिती विकास गर्न र भावनात्मक सहयोग प्रदान गर्नका लागि फोन मार्फत कल्याणकारी कोचिंग सेवा।

1300 375 330

www.partnersinwellbeing.org.au/contact

निष्पक्ष कार्य आयोग (Fair Work Commission) (FWC)

FWC एक स्वतन्त्र न्यायाधिकरण हो जसले कार्यस्थल सम्बन्धका मुद्दाहरूलाई सम्बोधन गर्दछ। यसले मध्यस्थता, मेलमिलाप र मध्यस्थता मार्फत भेदभाव र धम्की लगायतका साझा विवादहरू समाधान गर्न मद्दत गर्दछ। केही मुद्दाहरूमा शुल्क लाग्न सक्छ।

1300 799 675

www.fwc.gov.au

melbourne@fwc.gov.au

सार्वजनिक यातायात लोकपाल (Public Transport Ombudsman)

सार्वजनिक यातायात लोकपाल (Public Transport Ombudsman) सार्वजनिक यातायातका गुनासोहरू समाधान गर्न र सबैका लागि प्रणालीलाई राम्रो बनाउन मद्दत गर्न एक निःशुल्क र स्वतन्त्र सेवा हो। तपाईंले समाधान नभएको वा असन्तुष्ट विवादहरूको लागि लोकपालककहाँ जानु अघि तपाईंले यातायात अपरेटरलाई उजुरी गर्नु पर्छ।

1800 466 865

www.ptovic.com.au/complaints/make-a-complaint

भिक्टोरियन लोकपाल (Victorian Ombudsman)

भिक्टोरियाको सार्वजनिक संस्थाले गरेको कार्य वा निर्णयको बारेमा उजुरी गर्नुहोस् जसले तपाईंको मानव अधिकार उल्लङ्घन गरेको छ वा तिनीहरूलाई राम्ररी विचार गरिएको छैन। यसमा स्थानीय परिषदहरू, सरकारी संगठनहरू, विश्वविद्यालयहरू तथा TAFEs (भिक्टोरिया प्रहरी बाहेक) समावेश छन्।

www.ombudsman.vic.gov.au/complaints

भिक्टोरिया प्रहरी (Victoria Police)

यदि तपाईंको जाति, जातीयता वा धर्म प्रति पूर्वाग्रह वा घृणाको कारण कुनै अपराध भएको छ भने प्रहरीलाई रिपोर्ट गर्नुहोस्। यसमा धम्कीपूर्ण व्यवहार, शारीरिक आक्रमण, हिंसा, र सम्पत्ति क्षति समावेश छन्।

तपाईंले www.police.vic.gov.au/prejudice-motivated-crime मा थप जानकारी पाउन सक्नुहुन्छ।

आपतकालिन अवस्थाका लागि, गतिमा भएको अपराध रिपोर्ट गर्न, वा तत्काल प्रहरी उपस्थितिको लागि

ट्रिपल जिरो **(000)**

गैर-आकस्मिक अपराधका लागि, तपाईं यहाँ जान सक्नुहुन्छ

क. स्थानीय प्रहरी कार्यालयहरू

www.police.vic.gov.au/police-station-location

ख. प्रहरी सहायता लाइन

131 444

ग. क्राईम स्टपर (Crime Stoppers)

1800 333 000 www.crimestoppersvic.com.au/report-a-crime

STOPIT

सार्वजनिक यातायातमा भएको यौन उत्पीडन र असामाजिक व्यवहारलाई सन्देश (text) मार्फत रिपोर्ट गर्ने सेवा। तपाईंले समस्याको अनुसन्धान गर्न सक्ने भिक्टोरिया पुलिसको समर्पित टोलीलाई थप विवरणहरू प्रदान गर्नको लागि एक लिङ्क प्राप्त गर्नुहुनेछ।

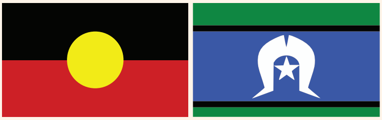
सन्देश पठाउनुहोस्: STOPIT लेखेर 0499 455 455 मा पठाउनुहोस्

ई - सुरक्षा आयुक्त (साइबर धम्कीका लागि)

eSafety ले गम्भीर अनलाइन दुर्व्यवहार, र अवैध तथा प्रतिबन्धित अनलाइन सामग्री हटाउन मद्दत गर्दछ।

www.esafety.gov.au/report/forms

राष्ट्रका प्रथम मानिसहरूका लागि सेवाहरू



भिक्टोरियाको समान अवसर तथा मानव अधिकार आयोग (Victorian Equal Opportunity & Human Rights Commission) (VEOHRC)

कर्मचारीहरूलाई सोधपुछ वा उजुरी गर्दा राष्ट्रका प्रथम मानिसहरूलाई सहयोग गर्न तालिम दिइन्छ। तपाईं राष्ट्रका प्रथम कर्मचारी सदस्यसँग कुरा गर्न अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ।

सामान्य जानकारीको लागि वा छानबिन गरिने **औपचारिक उजुरी** गर्न; VEOHRC ले समस्या समाधान गर्न निःशुल्क मेलमिलाप सेवा प्रदान गर्न सक्छ।

1300 292 153

www.humanrights.vic.gov.au/complaints/make-a-complaint

VEOHRC सँग आफ्नो अनुभव साझा गर्न समुदाय रिपोर्टिङ उपकरण प्रयोग गर्नुहोस्; तपाईं अज्ञात रहन सक्नुहुन्छ वा सहायता अनुरोध गर्न सक्नुहुन्छ।

www.humanrights.vic.gov.au/get-help/community-reporting-tool

कल ईट आउट (Call it Out)

मानिसहरूलाई राष्ट्रका प्रथम मानिसहरूप्रति जातिवाद र भेदभावका घटनाहरू रिपोर्ट गर्ने एक सरल र सुरक्षित तरिका।

register.callitout.com.au

13YARN

एक आदिवासी र टोरेस स्ट्रेट आइल्याण्डर्स (Aboriginal & Torres Strait Islanders) संकट सहायता लाइन, 24/7 उपलब्ध छ।

13 92 76

दार्दी मुनवुरो (Dardi Munwurro)

भाई-भाईको सहायता लाईन (Brother to Brother crisis line) ले त्यस्ता आदिवासी पुरुषहरूलाई फोन सहायता प्रदान गर्दछ जसलाई सम्बन्धका मुद्दाहरू, पारिवारिक हिंसा, अभिभावकत्व, लागुऔषध र मदिराका मुद्दाहरूको बारेमा कुरा गर्न कोही चाहिन्छ वा जो अन्य कारणहरूको लागि सामना गर्न संघर्ष गरिरहेका छन्।

1800 435 799

भिक्टोरियन आदिवासी स्वास्थ्य सेवाहरू (Victorian Aboriginal Health Services)

Yarning SafeNStrong आदिवासी र टोरेस स्ट्रेट आइल्याण्डर मानिसहरूका लागि निःशुल्क र गोप्य परामर्श सेवा हो। यो व्यक्ति र परिवारहरूको लागि उपलब्ध छ जसले आफ्नो कल्याणको बारेमा कसैसँग सम्बन्ध राख्न आवश्यक छ।

1800 959 563

ysns@vahs.org.au

यदि तपाईं वा अरू कसैले जातिवादको अनुभव गरेमा जातिवादको रिपोर्ट कसरी गर्ने वा सहायता कसरी प्राप्त गर्ने भन्ने बारे थप जानकारीको लागि तपाईं आफ्नो स्थानीय काउन्सिलमा जान सक्नुहुन्छ।

City of Whittlesea — (03) 9217 2170

HUME CITY COUNCIL — 0477 177 920

Merri-bek City Council — (03) 9240 1111

City of DAREBIN — the place to live — (03) 8470 8365

यस पुस्तिकामा दिइएको सबै जानकारी जुन 2025 सम्म अद्यावधिक छ।