क्या करें, क्या न करें

क्या करें

महिलाओं का सम्मान करें

सहकर्मी को महत्व दें

पेशेवर तरीके से बात करें

महिलाओं को ठीक से संबोधित करें

बातचीत करते समय उचित दूरी बनाएं रखें

पुरूष कर्मचारियों के लिए

ये न करें

मीठी बातें

महिलाओं को कार्यस्थल पर स्वीट्हॉर्ट, बेब्स,प्रिंसेस,डिअर,डार्लिंग,जैसे नामों से संबोधित करने पर गलत संदेश और संकेत जाता है।

गलत तरीके से छूना

पुरूषों को वर्कप्लेस पर माहिलाओं को छूने,गले लगाने,कंधे और कमर पर हाथ रखने जैसे आचरण नहीं करने चाहिए।

टिप्पणी

किसी व्यक्ति को उसके शरीर,यौन और लिंग के आधार पर टिप्पणी करना,ज़ोर से चुटकुले सुनाना,यौन गतिविधियों में शामिल होने का आग्रह करना, किसी महिला के पास से गानागुनगुनाते हुए गुजरना, किसी भी महिला की बेवजह तारीफ करने से बचे जैसे 'आपकी ड्रेस अच्छी है' आदि

धमकाना

किसी व्यक्ति के निजी जीवन,विवाहित और अविवाहित जीवन या यौन जीवन के बारे में अफवाहें फैलाना

बुरी और अश्लील भाषा का उपयोग करना

पोस्टर, फोटो,चित्र,स्क्रीन सेवर,कार्टून,ई–मेल या यौन पूर्ति जैसी बातों का उपयोग

घूरना–एकटक देखना

लगातार टकटकी लगाकर घूरना

बुरी नजर से देखना

गलत तरीके से देखना, वासनापूर्ण तरीके से देखना, मुड़ –मुड़ कर देखना

व्हाट्सएप संवाद

अनचाहा संदेश,अप्रिय चुटकुले सांझा करना, अपमान और धमकी भरे संदेश,स्माईली का अनुचित उपयोग, अश्लील वीडियो और लेख साझा करना

महिला कर्मचारी द्वारा गर्भ धारण किये जाने पर टिप्पणी

गर्भावस्था के बाद काम पर वापस आयी महिला कर्मचारी से उसके अगले गर्भ धारण के बारे में सवाल करना या महिला कर्मचारी द्वारा गर्भावस्था के दौरान लिये गए अवकाश पर टिप्पणी करना

महिला सहकर्मियों की 'हां' और 'ना' को समझें

जानिए क्या है उनकी सहमती और आपकी सीमा

- 'वेस्टर्न ड्रेस' पहनने का अर्थ 'हां' नहीं है
- 'चुटकुले सुनाने' का अर्थ 'हां' नहीं है
- 'मुस्कुराने' का अर्थ 'हां' नहीं है
- 'श्रृंगार करने' का अर्थ 'हां' नहीं है
- 'अकेले देर तक काम करने' का अर्थ 'हां' नहीं है
- 'व्यक्तिगत बातों का जवाब देने' का अर्थ 'हां' नहीं है
- 'नहीं' का अर्थ ये नहीं है कि 'मुझे मनाओ'
- 'नहीं' मतलब 'नहीं'
- 'रूको' का अर्थ है 'नहीं'
- 'दूर होने' का अर्थ है 'नहीं'
- 'आपको दूर धकेलने' का अर्थ है 'नहीं'
- 'मुझे ये सब पसंद नहीं है' का अर्थ है 'नहीं'
- 'मुझसे दूर हो जाओ' का अर्थ है 'नहीं'
- 'मत करो' का अर्थ है 'नहीं'
- 'नहीं, धन्यवाद' का अर्थ है 'नहीं'
- 'रोने' का अर्थ है 'नहीं'
- 'मौन' का अर्थ है 'नहीं'
- 'मुझे मत छुओ' का अर्थ है 'नहीं'
- 'व्हाट्सएप का कोई जवाब नहीं देने' का अर्थ है 'नहीं'

यौन उत्पीड़न करने वाला जरूरी नहीं की आपका बॉस ही हो,ये कोई भी हो सकता है जैसे सहकर्मी या आपका अधीनस्त यहां तक की चौकीदार,चपरासी या लिफटमैन भी हो सकता है।