

प्रश्न: यदि मैं पक्षपात जैसा पाप करता/करती हूँ तो मैं क्या कर सकता/सकती हूँ? करने के लिए पांच काम

- **रक्षात्मकता से बचें** : चुप रहें। यह सुनने का समय है। इरादा प्रभाव से अलग है।
- **इसे स्वीकार करें** : गैसलाइट न करें, नज़रअंदाज़ करें या इसे मिटाएँ नहीं। अपनी आवाज़ उठाएं।
- **माफ़ी मांगें** : "मैं माफ़ी चाहता/चाहती हूँ। [मेरा इरादा ____ था, लेकिन मैं पहचानता/पहचानती हूँ कि प्रभाव ____ था।] मेरा नुकसान करने का इरादा नहीं था, लेकिन मैं देख सकता/सकती हूँ कि मैंने यह किया, और इसकी ज़िम्मेवारी मुझ पर है। मुझे खेद है।"
- **खुद को शिक्षित करें** : यह आपके पीड़ित या किसी अन्य मित्र या व्यक्ति जो बी.आई.पी.ओ.सी, एल.जी.बी.टी.किऊ.आई.ए.2.एस+, विकलांग, धार्मिक अल्पसंख्यक, आप्रवासी, या शरणार्थी है की ज़िम्मेदारी नहीं है कि वह आपको शिक्षित करे या क्षमा करे/आशीर्वाद दे या यहाँ तक कि आपके साथ जुड़े। मौका आपके चारों ओर है।
- **कार्रवाई**: अपनी सुविधा का प्रयोग करें। आवाज़ दें। पैसे दे दें। समय दें। अपने परिवार/पड़ोसियों को पढ़ाएं। हार मान कर बैठ जाएं। सुझाव दें या स्टैकिंग(एक तकनीक है जो असमानता से सबसे अधिक प्रभावित समुदायों की आवाज़ों को प्राथमिकता देती है) शुरू करें।

जानना चाहते हैं कि नागरिक अधिकार
यूनिट क्या कर रही है? सोशल मीडिया पर
हमें फॉलो करें!



Oregon Department of Justice's

CIVIL RIGHTS UNIT