

16 choses que vous pouvez faire pour mettre fin à la violence contre les femmes et les filles

« Chaque femme a le droit à une vie sans violence »

- 1) Dites aux gens que la violence contre les femmes et les filles n'est pas acceptable.
- 2) Si vous soupçonnez qu'une femme proche de vous est abusée, écoutez-la et soutenez-la. Dites-lui qu'il y a des gens qui peuvent l'aider.
- 3) Croyez les femmes quand elles vous disent qu'elles ont été violées ou abusées. Ne posez pas de questions sur leur comportement et sur ce qu'elles portaient. Écoutez ce qu'elles disent sans les juger. Les femmes ne demandent jamais ni ne méritent d'être violées ou abusées.
- 4) Apprenez ce qu'est la violence contre les femmes et ce qui la provoque. Votre éducation est un outil pour mettre un terme à celle-ci !
- 5) Éduquez les garçons et les jeunes hommes à devenir des hommes respectueux envers les filles et les femmes. Conseillez-les en donnant l'exemple !
- 6) Encouragez et soutenez toutes les personnes de votre communauté qui travaillent à mettre fin à toutes les formes de violence contre les femmes et les filles.
- 7) Parlez aux membres de votre famille et de votre communauté de la manière dont la violence et la crainte de la violence affectent la vie quotidienne des femmes et des filles. Discutez les uns avec les autres pour mettre un terme à la violence.
- 8) Bannissez la violence de votre maison. Les enfants qui ont été témoins ou ont souffert de violence sont plus susceptibles de devenir des victimes et de commettre des abus plus tard dans leur vie.
- 9) Elevez de façon égalitaire vos fils et vos filles et apprenez-leur qu'il n'y a rien qu'un garçon peut faire qu'une fille ne puisse pas faire.
- 10) Portez-vous volontaire pour travailler aux programmes de prévention contre la violence à l'égard des femmes et des filles dans votre communauté !
- 11) Partagez la prise de décision avec les femmes qui vous entourent. Discutez des choses du quotidien avec votre partenaire et respectez ses avis.
- 12) Si vous êtes fâché, comptez jusqu'à 10 avant de réagir à quelque chose que vous entendez ou voyez.
- 13) Si un frère, un ami, un camarade de classe ou un co-équipier est irrespectueux ou abuse d'une femme ou d'une fille, ne fermez pas les yeux – au lieu de cela, trouvez une manière d'en parler avec lui. Rappelez-vous que le silence est un consentement – quand nous choisissons de ne pas nous prononcer sur la violence contre les femmes, nous l'encourageons.
- 14) Les mots sont très puissants, particulièrement quand ils sont dits par des personnes qui ont de l'ascendant sur les autres. Faites référence aux femmes comme étant vos égales et n'utilisez pas de termes injurieux !
- 15) Joignez-vous à la campagne des 16 jours d'activisme contre les violences s'adressant aux femmes, aux filles, aux hommes et aux garçons qui veulent s'exprimer contre les violences à l'égard des femmes et des filles.
- 16) Dites-nous ce que vous avez fait pour stopper la violence à l'égard des femmes et des filles. Nous voulons apprendre de votre exemple !