

हर स्पर्श सुरक्षा और देखभाल वाला नहीं होता! इसके अंतर को पहचानें



सुरक्षित स्पर्श

एक स्पर्श जिससे आपको खुशी और प्यार मिलता है,
आप सुरक्षित महसूस करते हैं

उदाहरण

मित्रता के तौर पर हाथ मिलाना और पीठ थपथपाना
आपको सुरक्षित महसूस कराते हैं



असुरक्षित स्पर्श

वह स्पर्श जो आपको असहज महसूस कराता है, जिससे आपको
असुविधाजनक, उदासी, डर, गुस्से या भ्रमित महसूस होता है

उदाहरण

जब कोई आपके निजी अंग को छूता है और आपसे इसे गुप्त
रखने के लिए कहता है और / या
आपको उपहार देता है

अगर आपको कोई गलत तरीके से स्पर्श करता है तो याद रखें:

उसे मना करें

जोर से और मजबूती के साथ बालिश को
मित्र / साथी / परिजन / रिश्तेदार

वहां से चले जायें

उस व्यक्ति से दूर चले जायें

इस बात को बतायें

अपने किसी भरोसेमंद

सचेत रहें और तुरंत आवाज़ उठायें

यह व्यक्ति आपका परिवार का या दोस्त भी हो सकता है

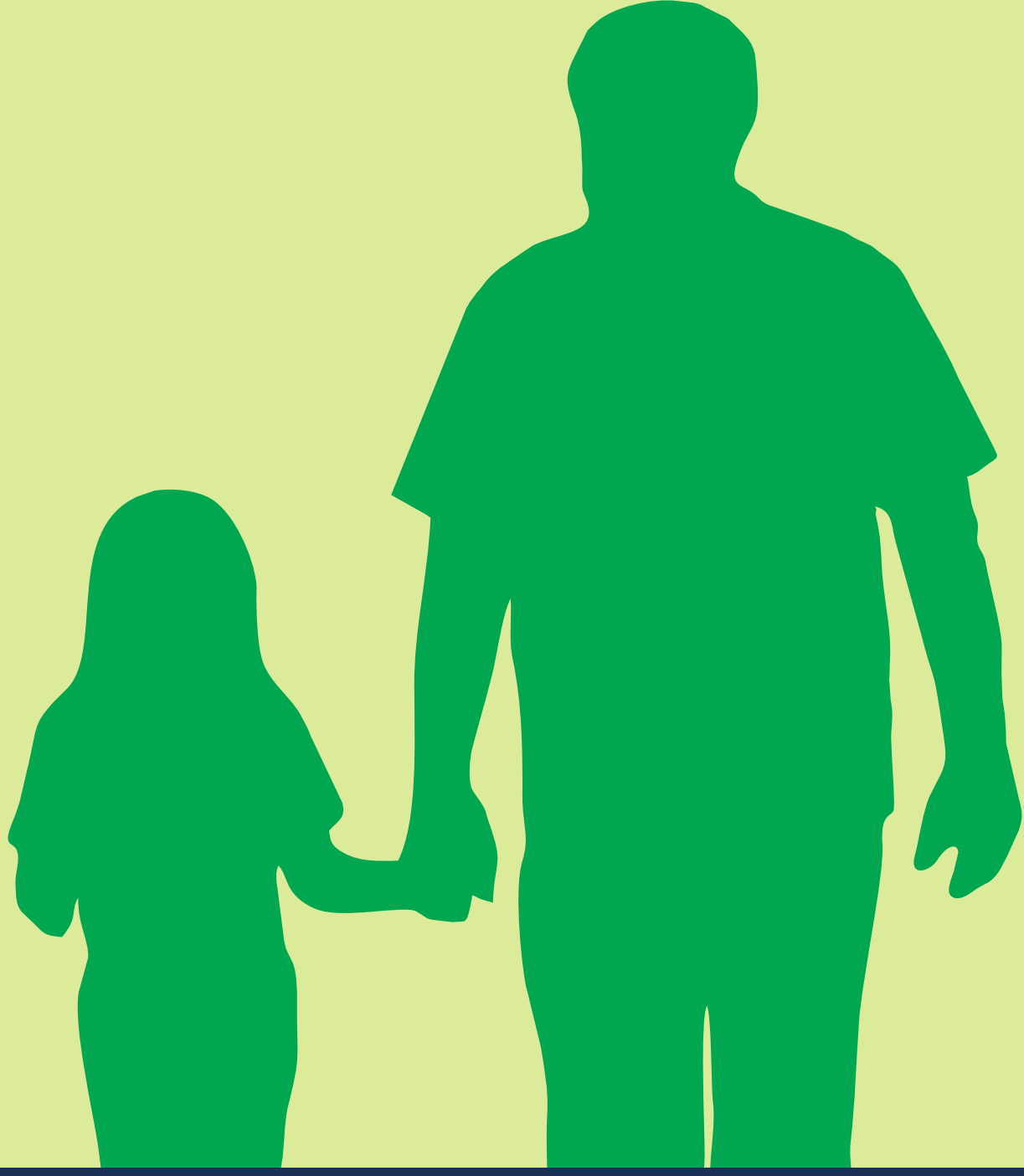
मदद मिलने तक आवाज़ उठाते रहें

आप सहायता के लिए 1098 पर भी कॉल कर सकते हैं

किसी भी स्वास्थ्य संबंधी परामर्श और जानकारी के लिए अपने निकटतम
किशोर स्वास्थ्य क्लिनिक या आयुष्मान भारत स्वास्थ्य एवं वेलनेस सेंटर पर जायें



हर स्पर्श सुरक्षा और देखभाल वाला नहीं होता! इसके अंतर को पहचानें



सुरक्षित स्पर्श

एक स्पर्श जिससे आपको खुशी और प्यार मिलता है,
आप सुरक्षित महसूस करते हैं

उदाहरण

मित्रता के तौर पर हाथ मिलाना और पीठ थपथपाना
आपको सुरक्षित महसूस कराते हैं



असुरक्षित स्पर्श

वह स्पर्श जो आपको असहज महसूस कराता है, जिससे आपको
असुविधाजनक, उदासी, डर, गुस्से या भ्रमित महसूस होता है

उदाहरण

जब कोई आपके निजी अंग को छूता है और आपसे इसे गुप्त
रखने के लिए कहता है और / या
आपको उपहार देता है

अगर आपको कोई गलत तरीके से स्पर्श करता है तो याद रखें:

उसे मना करें

जोर से और मजबूती के साथ बालिश को
मित्र / साथी / परिजन / रिश्तेदार

वहां से चले जायें

उस व्यक्ति से दूर चले जायें

इस बात को बतायें

अपने किसी भरोसेमंद

सचेत रहें और तुरंत आवाज़ उठायें

यह व्यक्ति आपका परिवार का या दोस्त भी हो सकता है

मदद मिलने तक आवाज़ उठाते रहें

आप सहायता के लिए 1098 पर भी कॉल कर सकते हैं

किसी भी स्वास्थ्य संबंधी परामर्श और जानकारी के लिए अपने निकटतम
किशोर स्वास्थ्य क्लिनिक या आयुष्मान भारत स्वास्थ्य एवं वेलनेस सेंटर पर जायें



हर स्पर्श सुरक्षा और देखभाल वाला नहीं होता! इसके अंतर को पहचानें



सुरक्षित स्पर्श

एक स्पर्श जिससे आपको खुशी और प्यार मिलता है,
आप सुरक्षित महसूस करते हैं

उदाहरण : मित्रता के तौर पर हाथ मिलाना
और पीठ थपथपाना आपको
सुरक्षित महसूस कराते हैं



असुरक्षित स्पर्श

वह स्पर्श जो आपको असहज महसूस कराता है,
जिससे आपको असुविधाजनक, उदासी, डर,
गुस्से या भ्रमित महसूस होता है

उदाहरण : जब कोई आपके निजी अंग को छूता है
और आपसे इसे गुप्त रखने के लिए कहता है
और / या आपको उपहार देता है

अगर आपको
कोई गलत तरीके से
स्पर्श करता है
तो याद रखें:

उसे मना करें

जोर से और मजबूती के साथ बालिका को
मित्र / साथी / परिजन / रिश्तेदार

वहां से चले जायें

उस व्यक्ति से दूर चले जायें

इस बात को बतायें

अपने किसी भरोसेमंद

सचेत रहें और तुरंत आवाज़ उठायें

यह व्यक्ति आपका परिवार का या दोस्त भी हो सकता है

मदद मिलने तक आवाज़ उठाते रहें

आप सहायता के लिए 1098 पर भी कॉल कर सकते हैं

किसी भी स्वास्थ्य संबंधी परामर्श और जानकारी के लिए अपने निकटतम
किशोर स्वास्थ्य क्लिनिक या आयुष्मान भारत स्वास्थ्य एवं वेलनेस सेंटर पर जायें

