



ඒබේ දුවට සහ ප්‍රතාට
මානාත්මකාවය උගෙන්වන්න.
මේ අමයින්ට කළහැකි තමුත්
ගැහැණු අමයින්ට කළ
තාහැකි කිසිවක් තැනි බවත්
මින්ම ගිරුණුන්න



ବି ପ୍ରତ୍ୟାମ ତୁଳ
ଅନ୍ତର ଜହାନ୍ତୁ
ଲିରେଣି ହିଂସନ୍ଦୟ
କେମେ ଲୁଚିଜିଲହନ୍ତ
ଜେବେବିଷ୍ଟାଲେନ୍ତ
ବ୍ୟାକ୍ରି ବିନ୍ଦୁନ

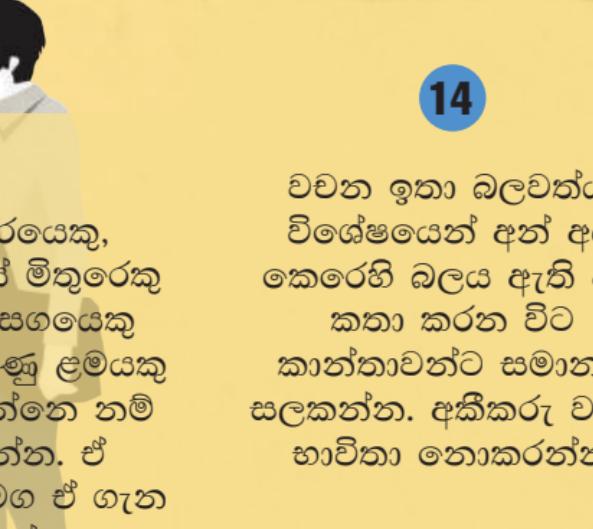
ଭବ ଗନ୍ଧା ତୀରଣ ଭବ
ଶ୍ଵିତଯେ କାନ୍ଦନ୍ତାଲନ
ଜମଗ ଲେଦ୍ବା ଗନ୍ଧନ. ଭବ
ଜହକାରିଯ ଜମଗ ଜ୍ଞାନବି
ତିରନ୍ତି ଦେଇଁ ଆହୁତି



කතා කර
ගන්න.
නියුත්
කිරීමකි
එරෙහි
කතා

12

බලට තරහ ගිය විට
ප්‍රතිත්වියා කිරීමට පෙර දහය
ප්‍රේම් මුද්‍රණ මාර්කෝ



An illustration showing two people sitting cross-legged on a light-colored mat. The person on the left is wearing a blue t-shirt and shorts, and is holding an open book. The person on the right is wearing a green t-shirt and dark pants. They appear to be engaged in a quiet activity, possibly reading or discussing the book.



බිත්වයට
 16
 ක්වත්න.
 ගැහැණු
 සිංසනයට
 මරන්න



କୁନ୍ତଳାବନ୍ଧୁ
ଦୂରେବନ୍ଧୁ
ତ୍ରୁପ୍ତବିନ୍ଦୁ
କଲକୁ ବିବିଧ ଗନ୍ଧକି



SAY NO UNiTE

TO END VIOLENCE AGAINST WOMEN

Say NO - UNiTE to End Violence against Women is a global platform for advocacy and action and records what individuals, organizations and governments worldwide are doing to end violence against women. Whether you organize workshops, reach out to students, advocate for better policies, or implement new laws, post your actions on saynotoviolence.org



කාන්තාවන්ට සහ ගැහැණු ප්‍රමයින්ට එරෙහි ප්‍රවණ්ඩත්වය කිසිසේත් පිළිගත නොහැකි බව ජනතාවට පවසන්න.



2

බඳ හොඳින් හඳුනන කාන්තාවක් අපයෝජනයට ලක්වී ඇතිබව සැක හිතුණුහොත්, ඇයට අභ්‍යමිකන් දෙන්න. ඇයට සහයෝගය දෙන්න. ඇයට උද්වි කිරීමට බොහෝ දෙනා සිරින බව පවසන්න.



3

කාන්තාවක් දුෂ්ඨයට හෝ අපයෝජනයට ලක්ව ඇති බව ඔබට පැවසුවෙන් ඇයට විශ්වාස කරන්න. ඇයගේ ක්‍රියාකලාපය හෝ ඇය ඇද සිරියේ කුමක්දැයි ප්‍රශ්න කිරීමට ලක් නොකරන්න.



4

කාන්තාවන්ට එරෙහි ප්‍රවණ්ඩත්වය සහ එසේ ඔවුන් කියන දෙයට සාධානව ඇඟුමිකන් දෙන්න. කාන්තාවක් කිසිවිට මෙවන් ක්‍රියාවලට ආරධනා කරන්නේ තැත.



5

පිරිමි ලමුන්ට සහ තරුණයන්ට, කාන්තාවන්ට එරෙහිව සිඛාක්රීමෙන් හෝ දුෂ්ඨයට ලක්ක්රීමෙන් සැබැං පිරිමියෙකු



8

බඳගේ තිවස ප්‍රවණ්ඩත්වයන් තොර තොවන බව කියාදෙන්න. ආදර්ශමත්ව එරෙහි ප්‍රවණ්ඩත්වය දැකී ඇති දරුවන් හෝ ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවිය



7

පවුලේ අය සහ ප්‍රජාවේ අය සමග, කාන්තාවන්ට පත්කරන්න. කුඩා කලදී ප්‍රවණ්ඩත්වය දැකී ඇති දරුවන් හෝ ස්ත්‍රී පුරුෂ සමාජභාවිය



කාන්තාවන්ට එරෙහිව සියලු දරුවන්ගේ සහ කාන්තාවන්ගේ එදිනෙදා දැනුවත් වන්න. ඔබේ දැනුවත්වීම ප්‍රවණ්ඩත්වය පිළිබඳ සාකච්ඡා කරන්න. අවසන් කිරීමට හොඳ මෙවලමකි.

කාන්තාවන්ට එරෙහිව සියලු දරුවන්ගේ එදිනෙදා දැනුවත් පසුකලකදී මුලිනුප්‍රටා දැමීම සඳහා ඔබගේ පිළිබඳ සාකච්ඡා කරන්න. ප්‍රජාව තුළ කටයුතුකරන අවසන් කිරීමට නොදු මෙවලමකි.

වින්දිතයන්ට හෝ ප්‍රවණ්ඩ පුද්ගලයන්ට උපරිම කාන්තාවන්ට සහය වීමට ගතයුතු ක්‍රියාමාර්ග පිළිබඳ එකිනෙකා සමග සාකච්ඡා කරන්න. මගින් සෞයාගෙන ඇති.