

# ਸਹਿਮਤੀ ਲਈ ਹੈ



ਸਹਿਮਤੀ (ਕੰਨਸੈਂਟ) ਕਾਮੁਕ ਸਰਗਰਮੀ ਵਿਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋਣ ਲਈ ਉਤਸ਼ਾਹ ਅਤੇ ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਰਜ਼ਾਮੰਦੀ ਹੈ

ਸਹਿਮਤੀ ਬਾਰੇ ਚੇਤੇ ਰੱਖਣ ਵਾਲੀਆਂ ਗੱਲਾਂ:



ਕਾਨੂੰਨ ਅਤੇ ਸਹਿਮਤੀ:



## ਮਰਜ਼ੀ ਨਾਲ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ (FREELY GIVEN)

ਇਹ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ ਜੇ ਧਮਕੀਆਂ ਦਿੱਤੀਆਂ ਗਈਆਂ ਹਨ, ਧੋਖਾ ਕੀਤਾ ਗਿਆ ਹੈ, ਜਬਰਦਸਤੀ, ਜਾਂ ਹੁਸ਼ਿਆਰੀ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ

## ਉਲਟਣਯੋਗ (REVERSIBLE)

ਸਹਿਮਤੀ ਕਿਸੇ ਵੇਲੇ ਵੀ ਵਾਪਸ ਲਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ

## ਸੋਝੀ ਵਾਲੀ (INFORMED)

ਸਾਰੀਆਂ ਧਿਰਾਂ ਨੂੰ ਇਹ ਜਾਣਨ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਕਿ ਉਹ ਕਿਸ ਚੀਜ਼ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦੇ ਰਹੇ ਹਨ

## ਉਤਸ਼ਾਹਪੂਰਨ (ENTHUSIASTIC)

ਜੇ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਸਾਰੀਆਂ ਧਿਰਾਂ ਉਸ ਬਾਰੇ ਉਤੇਜਿਤ ਅਤੇ ਦਿਲਚਸਪੀ ਰੱਖਦੀਆਂ ਹੋਣੀਆਂ ਚਾਹੀਦੀਆਂ ਹਨ

## ਵਿਸ਼ੇਸ਼ (SPECIFIC)

ਇਕ ਕਾਮੁਕ ਸਰਗਰਮੀ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦਾ ਮਤਲਬ ਹੋਰ ਰੂਪਾਂ ਦੇ ਕਾਮੁਕ ਸੰਪਰਕ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਹੈ

ਕਾਨੂੰਨੀ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਜੇ ਵਿਅਕਤੀ ਕਿਸੇ ਨਸ਼ੇ/ਸ਼ਰਾਬ ਦੇ ਅਸਰ ਥੱਲੇ ਹੈ, ਬੇਸੁਧ ਜਾਂ ਸੁੱਤਾ ਹੋਇਆ ਹੈ



ਕੈਨੇਡਾ ਵਿਚ ਕਾਮੁਕ ਸਰਗਰਮੀ ਲਈ ਸਹਿਮਤੀ ਦੀ ਕਾਨੂੰਨੀ ਉਮਰ

**16**

ਸਾਲ ਹੈ



ਉੱਥੇ ਸਹਿਮਤੀ ਨਹੀਂ ਦਿੱਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਜਿੱਥੇ ਇਕ ਧਿਰ ਇਤਬਾਰ, ਤਾਕਤ, ਜਾਂ ਅਹੁਦੇਦਾਰੀ ਦੀ ਸਥਿਤੀ ਦੀ ਦੁਰਵਰਤੋਂ ਕਰ ਰਹੀ ਹੋਵੇ



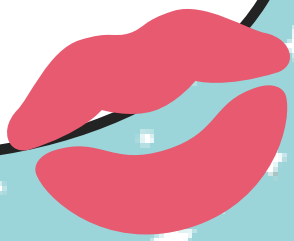
## ਸਹਿਮਤੀ ਮੰਗਣਾ:



“ਕੀ ਇਹ ਓਕੇ ਹੈ?”



“ਕੀ ਮੈਂ ਤੈਨੂੰ ਚੁੰਮ ਸਕਦਾਂ?”



“ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਪਸੰਦ ਕਰੋਗੇ ਜਦੋਂ ਮੈਂ...”



## ਨੋਟ:

- ਸਹਿਮਤੀ ਸਦਾ ਬੋਲ ਕੇ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ
- ‘ਹਾਂ’ ਦਾ ਸਦਾ ਮਤਲਬ ‘ਹਾਂ’ ਨਹੀਂ ਹੈ
- ਲਿੰਗ (ਜੈਂਡਰ) ਅਤੇ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਸ਼ਕਤੀਆਂ ਸਾਡੇ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਤਰੀਕੇ 'ਤੇ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦੀਆਂ ਹਨ
- ਸਦਾ ਸਾਰੀਆਂ ਧਿਰਾਂ ਤੋਂ ਚੈੱਕ ਕਰੋ

[www.plannedparenthood.org](http://www.plannedparenthood.org)  
[www.westcoastleaf.org](http://www.westcoastleaf.org)