

की

फले

विथ

प्राइड

पुस्तिका



# 1 हर कोई अलग अलग तरह से जेंडर/लिंग का अनुभव करता है

स्त्रीत्व और पुरुषत्व का मतलब अलग अलग व्यक्ति के लिए अलग होता है और हर कोई जेंडर या लिंग को अलग अलग तरह से अनुभव और अभिव्यक्त करते हैं। लोगो को पुरुष, महिला, दोनों में से कुछ नहीं या दोनों के रूप में पहचाना जा सकता है।



gender comes in all colours!



क्या जेंडर /लिंग केवल पुरुष या महिला होते हैं ? जेंडर/ लिंग सभी रंगों में आता है। जेंडर/लिंग एक तरल या फ्लूइड अवधारणा है जोकि हर व्यक्ति के लिए काफी निजी होती है। हमें हर व्यक्ति के जेंडर आइडेंटिटी या लिंग पहचान को स्वीकार एवं सम्मान करने की बहुत ज़रूरत है, चाहे वो कुछ भी हो और जैसे भी हो ! केवल हम ही खुदके जेंडर /लिंग को तय कर सकते हैं।

## 2 पूछने से डरिये नहीं

किसी और की जेंडर आइडेंटिटी या लैंगिक पहचान का खुदसे अनुमान ना लगाना बेहद ज़रूरी है , खास तौर से जैसे वे दिखाई देते है या जैसा भी नाम का वे उपयोग करते है | संदेह होने पर, किसी का भी नाम जो वे पसंद करते है , पूछने से डरिये नहीं |



हालाँकि यह पूरी तरह व्यक्ति पर निर्भर करता है की वह अपनी जेंडर आइडेंटिटी या लैंगिक पहचान आपको बताना चाहते है या नहीं | ऐसी स्थिति में उनके निर्णय का सम्मान करना एवं उसकी गोपनीयता बनाये रखना महत्वपूर्ण है |

# 3 अपनी भाषा के उपयोग के बारे में सोचिये

लैंगिक वाक्य जैसे "कम ऑन , बोइस " , "लेट्स गो, गर्ल्स " और "मेन मार्क" खेल की फिल्ड में आमतौर पर काफी सुनाई देते है । ऐसे वाक्य उन लोगो को अक्सर अलग कर देते है जो इन पहचानो में फिट या उपयुक्त नहीं होते ।



i wish they would acknowledge my gender...

great form, Charu!

c'mon team!

what a STAR!



i can DO IT !!

शब्दों एवं भाषा को जेंडर न्यूट्रल या लैंगिक उदासीन में बदलने से एक ऐसे वातावरण का निर्माण होता है जहा हर कोई वह बनने में सुखद महसूस करते है जो वे है ।

# 4 टीम के ढांचे को सक्रिय रूप से बेहतर बनाएं

क्या खेल या गतिविधियों के लिए एक समूह का बटवारा लिंग के आधार पर करना ज़रूरी है ? क्या ट्रांस/ नॉन बाइनरी खिलाड़ियों के लिए वाशरूम या चेंजिंग रूम बनवाये जा सकते हैं?



टीम को सक्रिय एवं स्पष्ट रूप से अपना सहयोग दिखाने की आवश्यकता है | ऐसी छोटी छोटी चीज़े एक खिलाड़ी के खेल का अनुभव तय करने में बहुत बड़ी भूमिका निभाते हैं |

# 5 टीम की एक सम्मिलित आचार संहिता बनाये

एक स्पष्ट आचार संहिता टीम के मूल्यों पर प्रकाश डालेंगी एवं टीम के लिए सोचने का एक अवसर प्रदान करती है की किस तरह खिलाड़ियों की भाषा, कोचिंग शैली, टीम कल्चर आदि के रूप में उनकी ज़रूरतों की बात की जाये |



यह एक प्रणाली हो सकती है जो की पूरी टीम (खिलाड़ियों, कोच समर्थन एवं कर्मचारी सहित ) को सोच विचार करने के लिए साथ में लाती है।

# सामान्य शब्दावली

यहां कुछ नियम और परिभाषाएं दी गई हैं जो आपको जेंडर/लिंग और उसके विभिन्न पहलुओं के बारे में बातचीत को नेविगेट/संचालित करने में आपकी मदद करेंगी

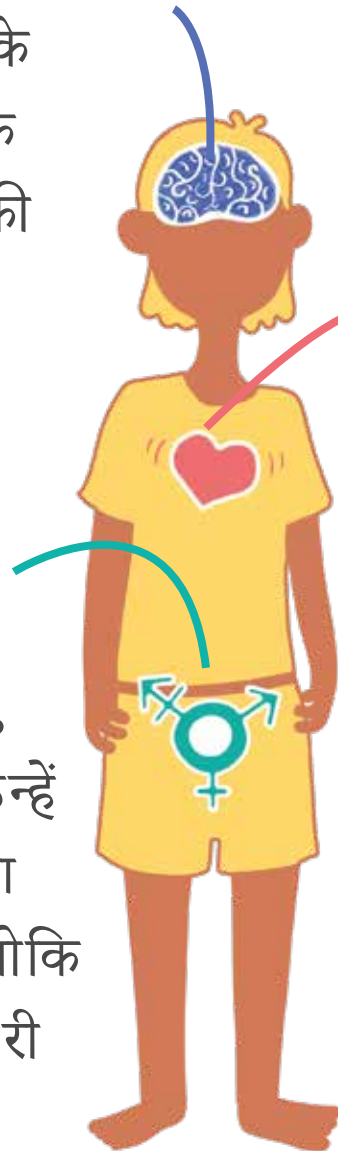
## जेंडर आइडेंटिटी / लैंगिक पहचान

किसी व्यक्ति द्वारा खुदके जेंडर/लिंग की आंतरिक एवं गहरी समझ जैसे की नॉन बाइनरी, औरत, आदमी, ट्रांसजेंडर आदि

## पैदाइशी लिंग

एक व्यक्ति का महिला, पुरुष या इंटरसेक्स जो उन्हें जन्म के आधार पर सौंपा गया है, में वर्गीकरण जोकि आमतौर पर उनके बाहरी शारीरिक रचना की दिखावट पर आधारित होता है |

पुरुष, महिला, इंटरसेक्स /अभयलिंगी आदि



## योन आकर्षण

एक व्यक्ति का किसी के लैंगिक या योनिक पहचान के आधार पर शारीरिक, रोमांटिक और/या भावनात्मक आकर्षण | उदाहरण के तौर पर समलैंगिक, विषमलैंगिक, उभयलिंगी, अलैंगिक आदि।

# दी प्ले विथ प्राइड

एक पहल जो LGTBQIA साथियों को खेल के सन्दर्भ में शामिल महसूस होने वाली भाषा के महत्व को हाईलाइट करता है! यह कार्य 4 चित्रित कहानिया जो की 4 क्वीर व्यक्तियों द्वारा साझा किये गए अनुभवों से ली गयी है , पर आधारित है। कहानिया पढ़ने के लिए [www.playwithpride.in](http://www.playwithpride.in) पर जाएँ।

## पीपल्स अल्टीमेट लीग (पीयूएल)

एक जमीनी स्तर की पहल जोकि उन व्यक्तियों के लिए काम करता है जिन्हे परंपरागत रूप से खेल से हतोत्साहित किया गया है। पीयूएल की अप्रोच "अल्टीमेट फ्रिसबी " पर आधारित है , जोकि एक मिश्रित लिंग, स्वयं संदर्भित, कम संपर्क और 85 देशों में खेले जाने वाला खेल है।

## ऑनसाइड फंड

ऑनसाइड फंड नारीवादी संगठनों एवं प्रत्यक्ष समाधानों का समर्थन करता है। समूह की पहुंच अप्रतिबंधित फण्ड तक करवाई जाती है जोकि लड़कियों ,औरतो एवं नॉन बाइनरी लोगो के खेलने के अधिकार को प्रयोग में लाने में समर्थन करते है , और इस प्रकार ऑनसाइड फंड सभी स्तरों ,जमीनी से वैश्विक तक ,खेल में लैंगिक न्याय को आगे बढ़ा रहा है।