sexual harassment

tips for young adults

November 2008

Published by:

JAGORI

B-114, Shivalik
Malviya Nagar
New Delhi-110017

Tel.: 91-11-26691219/20
Helpline: 91-11-26692700
Fax: 91-11-26691221

E-mail: safedelhi@jagori.org
Website: www.jagori.org

Illustrations : Bindia Thapar
Printed by : Chauhan Graphics

sexual harassment is

- Whistling
- Staring intently at another's body
- Unwelcome kissing, hugging and touching (brushing against another's body)
- Invading another's privacy and personal space, making the woman feel uncomfortable (standing very close to her or breathing down her neck)
- Passing lewd remarks or commenting on another's appearance or sexuality
- Making obscene telephone calls or sending obscene messages (including e-mails, letters, SMSes or MMSes)
- Inappropriately giving gifts of a sexual nature
- Stalking (repeatedly keeping a watch on or following someone)
- Exposing someone (against their will) to pornographic films, pictures, poems or stories
- Exposing another to sexist and insulting graffiti, jokes and cartoons, often demeaning to women
- Soliciting sexual services

TIPS FOR GIRLS

Reduce your vulnerability

DO♀'S

- ♀ **Learn to recognise harassment.** Anything that makes you feel ashamed, humiliated or frightened is harassment. It is not what the other person *intends* but what you *feel* that matters. If you feel harassed, you have the right to protest.

- ♀ **Say 'no' loudly and clearly.** Prepare a stock sentence (like "This is pathetic – don't be silly!"). Practise saying it to yourself until it becomes a reflex.

- ♀ **Communicate confidence in yourself.** Look straight at people who threaten you in any way and speak clearly and calmly in response. Show that you are aware of who you are and that you have a right to be where you are.

- ♀ **Make friends.** Isolation increases vulnerability. There are more chances of people coming to your aid if you ask for help. Similarly, be ready to respond in case anyone is being harassed in your presence.

- **Report the incident and make a formal request for action if the harassment persists.** Sexual harassment is a crime and should not be overlooked. It must be reported to the authorities and treated as a serious violation of University norms.

- **Be willing to respect boys who respect you.** Every boy is not a harasser. Being scornful or dismissive of boys because of their background, dress code or language, sends out a message about your own prejudices. Such behaviour can even invite retaliatory harassment from the objects of your dislike.

DON'T'S

- **Don't advertise your vulnerability.** When you are in a public space, don't look nervous, don't walk with your head bowed and don't refuse to answer if someone asks you a valid question.

- **Don't be afraid to ask for help.** Calling out loudly for help is itself a deterrent to most harassers. Often, people are not sure if you need help unless you ask for it.

TIPS FOR BOYS

Avoid mindless 'macho'ism

DO'S

- ♂ **Be aware of how you appear to girls.** Make sure you look, speak and behave like a person who respects others and expects respect in return. Learn to speak without using sexist slang and swear words. Avoid unnecessary display of muscle-power. Equally, avoid pushy familiarity.

- ♂ **Learn to treat girls as human beings, friends and colleagues.** Girls are often taught to avoid boys — over-friendliness in boys can seem threatening or aggressive. Practise ways of talking and behaving that are friendly, but not over-familiar. Ask a female friend to tell you about what girls find offensive or threatening about typical 'male' behaviour.

- ♂ **Wait to be asked before rushing in to help or protect girls from harassment.** Not all girls are helpless people needing your protection; in fact, some may even feel harassed by your unwanted 'help'. Be alert to possible harassment in your vicinity and be ready to help, but only if your help is needed. Often, your offer of help will be enough to deter the harasser.

DON'T'S

- ♂ **Don't assume that girls like being harassed.** Girls despise and avoid harassers. When they say "no", don't assume that they mean "yes". If you are not sure they are saying "yes" or "no", take the safe route and back off.

- ♂ **Don't assume that girls who dress "daringly" deserve to be harassed.** Boys and girls both have the right to dress as they want. You may not like what a girl is wearing, but that does not give you the right to show your anger or disapproval. Harassment is an offence and cannot be justified on any account.

- ♂ **Don't trivialise harassment.** Don't call it "eve teasing" or "joking". Sexual harassment is an aggressive and abusive act that causes hurt, trauma and pain. Calling it by another name doesn't change the fact that it is abuse.

- ♂ **Don't become a harasser just because other boys do it.** Following the herd might be the right thing for sheep and goats, but standing apart from the herd will earn you respect from people who are important to you.

When someone harasses me, first I feel scared. Slowly, this changes to irritation. Irritation then becomes anger.

You are making a huge issue out of nothing – girls do enjoy being teased.

The best way is to just ignore it. One day, they will stop it.

If girls wear clothes that show off their bodies, they have to be ready to face comments.

I don't touch girls, only pass comments about them. It feels good !

I respect my female friends, but we do tease them. What's the big harm in that?

When I walk down the road and men driving past roll down their windows to offer me a lift, it makes me livid !

I tried telling my friends I don't enjoy harassing girls, but they just call me names.

It haunts me all day..... a deep anger that I took it quietly. But what could I have done?

Women create a big fuss about eve-teasing by calling it sexual harassment. They should just keep their opinions to themselves.

Being touched by a known or unknown person against my will makes me angry and upset. It makes me feel unclean inside

A FINAL WORD FOR GIRLS

Don't fool yourself that "covering up" will protect you from harassment, or that Indian dress is safer than Western dress.

You have a right to wear what you want to wear; harassment is a crime regardless of what you are wearing.

Don't choose clothes you are not comfortable with just because everyone else is wearing them. Think through what you will do if other people react negatively to your attire.

If you are confident of handling unpleasant situations without harm to yourself, go ahead. If not, don't take the risk - wear something else.

A FINAL WORD FOR BOYS

A simple "harassment detector"

Before cracking a joke, passing a comment, playing a prank or making an advance to a girl, ask yourself these questions:

"How would I feel if this action was filmed and shown on reality TV?"
"How would my mother, sister or girlfriend react to this action?"
"Am I forcing my attention on her?"

If the answers make you uncomfortable – don't do it!
If she does not respond – it's time to stop NOW!

SEXUAL HARASSMENT ≠ FLIRTING

SEXUAL HARASSMENT	FLIRTING
Unwanted and unwelcome	Wanted and welcome
Happens between people in a position of "inequality"	Happens between people in a position of "equality"
Makes you feel "bad"	Makes you feel "good"
One-sided – you are unable to respond	Two-way – you are able to respond in the same tone
Feels degrading and demeaning	Feels flattering
Makes you feel powerless	Makes you feel empowered
Produces feelings of shame and low self-esteem	Produces positive feelings and high self-esteem

THE LAW SAYS...

Sexual harassment is not only a social offence, but is also a crime in the eyes of the law.

Harassers could face punishment under the following Sections of the Indian Penal Code (IPC):

- **Section 294:** Obscene gestures or songs
- **Section 354:** Outraging the modesty of a woman by using criminal force
- **Section 509:** Outraging a woman's modesty through obscene words or gestures

WHAT CAN YOU DO?

If you face harassment, you can:

- ♀ Take help from people around you (friends or strangers)
- ♀ Complain to the College Complaints Committee, or any such statutory body, if the harassment takes place in college or at the University
- ♀ Complain immediately to the police, if it happens in a public place
- ♀ Register a complaint with a women's organisation

The JAGORI Safe Delhi Campaign seeks to mobilise diverse sections of society to ensure women's safety in public places.

This information booklet on Sexual Harassment is a small attempt to make the public aware about the seriousness of this issue and how it affects women and girls. Getting a deeper understanding of the term could help young adults learn to respect members of the opposite sex, and help change aggressive behaviours.

You could carry this handy guide in your bag and share it with friends and colleagues. You can also join the Safe Delhi Campaign and help us disseminate this booklet in your college or your neighbourhood.

For more information or copies, contact us at safedelhi@jagori.org

B-114, Shivalik, Malviya Nagar, New Delhi-110017
Tel : 26691219/20, Helpline: 26692700, Fax : 26691221
E-mail: safedelhi@jagori.org
Website: www.jagori.org

यौन उत्पीड़न

युवाओं के लिए कुछ नुस्खे/सुझाव

जागोरी
JAGORI

नवम्बर 2008

प्रकाशक :

बी–114, शिवालिक
मालवीय नगर
नई दिल्ली–110017

टेलीफोन : 91–11–26691219/20
हेल्पलाइन : 91–11–26692700
फैक्स : 91–11–26691221

ई–मेल : safedelhi@jagori.org
वेबसाईट : www.jagori.org

चित्रांकन : बिंदिया थापर
मुद्रक : चौहान ग्राफ़िक्स

यौन उत्पीड़न होता है...

- सीटी बजाना
- घूरते रहना
- अनचाहा चुम्बन, गले लगाना या छूना (दूसरे व्यक्ति के शरीर से छू कर गुज़रना)
- किसी की प्राइवेसी और निजी दायरे में घुसपैठ करना, औरत को असहज व परेशान करना (जैसे, उसके बहुत नज़दीक खड़े हो जाना या उसकी गर्दन पर सांसे छोड़ना)
- भद्दी फब्तियां कसना या किसी के पहनावे अथवा यौनिकता पर टिप्पणियां करना, अश्लील टेलीफोन कॉल करना या अश्लील संदेश भेजना (ई-मेल, पत्र, एसएमएस या एमएमएस आदि)
- बेतुके अश्लील तोहफे देना
- पीछा करना (किसी पर लगातार नज़र रखना या उसके पीछे चलते जाना)
- किसी को उसकी इच्छा के विरुद्ध अश्लील फिल्में, तस्वीरें दिखाना, अथवा कविताएं, कहानियां आदि सुनाना
- किसी को अपमानजनक तस्वीरें दिखाना, लतीफे सुनाना और कार्टून दिखाना जिनमें प्रायः महिलाओं को लज्जित किया जाता है
- यौन सेवाओं के लिए फुसलाना, रिझाना।

लड़कियों के लिए नुस्खे/सलाह

खतरे को कम कीजिए

ऐसा करें...

- ♀ **उत्पीड़न को पहचानना सीखें।** अगर किसी चीज़ से आपको शर्मिंदगी या अपमान महसूस होता है तो वह आपका उत्पीड़न है। सवाल इस बात का नहीं है कि दूसरे व्यक्ति का **इरादा** क्या था। अहम बात यह है कि उसकी हरकतों से आपको कैसा **महसूस** होता है। अगर आपको उत्पीड़न का अहसास हो रहा है तो आपको विरोध करने का हक है।

- ♀ **जोर से और साफ-साफ 'नहीं' कहें।** ऐसी स्थितियों के लिए कोई जुमला तैयार रखिये (जैसे, "ये क्या हरकत है -- बदतमीजी मत करो!")। जब तक आप इस बात को स्वाभाविक रूप से कहने की आदतें डाल लें, इसकी अलग से प्रैक्टिस करती रहें।

- ♀ **आत्मविश्वास पैदा कीजिए।** जिनसे आपको किसी भी तरह का खतरा दिखाई देता है उनकी आंखों में आंखें डालकर देखिए और बोलना पड़े तो साफ और स्पष्ट जवाब दीजिए। यह बात जता दीजिए की आप अपनी स्थिति के बारे में खूब सचेत हैं और आपको इस जगह होने का अधिकार है।

- ♀ **दोस्त बनाइए।** अलग-थलग पड़ने पर खतरा बढ़ जाता है। अगर आप मदद मांगें तो आमतौर पर लोग मदद के लिए आगे आ जाते हैं। इसी तरह, अगर आपके सामने किसी का उत्पीड़न हो रहा है तो उसे रोकने के लिए भी तैयार रहिए।

♀ **अगर उत्पीड़न जारी रहता है तो उस घटना के बारे में संबंधित लोगों को जानकारी दें और उचित कार्यवाही के लिए शिकायत दर्ज कराएं।** यौन उत्पीड़न एक अपराध है। इसे नज़रअंदाज़ नहीं किया जाना चाहिए। इसे प्रशासन की जानकारी में लाना और विश्वविद्यालय नियमों के गंभीर उल्लंघन के रूप में देखना बहुत ज़रूरी है।

♀ **ऐसे लड़कों का सम्मान कीजिए जो आपको सम्मान देते हैं।** हर लड़का उत्पीड़क नहीं होता। केवल पृष्ठभूमि या पहनावे या भाषा के आधार पर लड़कों को दुत्कारते रहना या उनसे बचना इस बात का संकेत है कि आप खुद पूर्वाग्रह से ग्रस्त हैं। इस तरह का व्यवहार उन लड़कों की तरफ से जवाबी कार्रवाई की वजह भी बन सकता है जिन्हें आप नापंसद करती हैं।

ऐसा न करें...

♀ **अपनी कमज़ोरी का प्रचार न करें।** किसी सार्वजनिक स्थान पर नर्वस दिखाई न दें, सिर झुकाकर न चलें और अगर कोई आप से वाजिब सवाल पूछता है तो उसका जवाब ज़रूर दें।

♀ **मदद मांगने में न हिचकिचाएं।** **ज़्यादातर उत्पीड़कों की हिम्मत तोड़ने के लिए इतना ही काफ़ी रहता है कि आप मदद के लिए जोर से आवाज़ लगाएं। बल्कि अगर आप मदद न मांगें तो कई बार लोगों को अंदाज़ा भी नहीं होता कि आपको मदद की ज़रूरत है।**

लड़कों के लिए नुस्खे/सलाह

बेमतलब का 'मर्दानापन' न दिखाएं

क्या करें...

- ♂ **इस बात का खयाल रखें कि आप लड़कियों के सामने किस तरह पेश आते हैं।** आपको एक ऐसे व्यक्ति की तरह दिखना, बोलना और बर्ताव करना चाहिए जो औरों का सम्मान करता है तथा औरों से सम्मान की उम्मीद रखता है। फूहड़ अश्लील जुमलों और गालियों के बिना बोलने की आदत डालिए। बेवजह अपने बाहुबल का प्रदर्शन मत कीजिए। और हां, ज़बर्दस्ती की दोस्ती मत दिखाइए।

- ♂ **लड़कियों को भी एक इंसान, दोस्त और सहयोगी के रूप में देखना सीखिए।** लड़कियों को अक्सर लड़कों से बचने की सलाह दी जाती है। उन्हें बताया जाता है कि लड़कों से ज़्यादा दोस्ती नुकसानदेह हो सकती है। लिहाजा, ऐसी बातचीत और व्यवहार कीजिए जो दोस्ताना हो मगर ज़रूरत से ज़्यादा नज़दीकी मत जताइए। अपनी किसी महिला मित्र से पूछिए कि एक औसत 'पुरुष' के व्यवहार में लड़कियों को क्या डरावना या भयभीत करने वाला दिखता है।

- ♂ **लड़की को बचाने के लिए दौड़ पड़ने से पहले उसके बुलावे का इंतजार करें।** सारी लड़कियां इतनी कमज़ोर नहीं होतीं कि उन्हें आपकी हिफाजत की ज़रूरत हो। बल्कि कई लड़कियां तो आपकी अनचाही 'मदद' से ही उत्पीड़ित महसूस करने लगती हैं। लेकिन हां, अपने आसपास संभावित उत्पीड़न के बारे में चौकस रहें और अगर आपकी मदद की ज़रूरत हो तो मदद के लिए तैयार रहें। अक्सर, आपकी मदद का आश्वासन ही उत्पीड़क के हौसले पस्त करने के लिए काफ़ी होता है।

ऐसा न करें...

- ♂ **ये मानकर न चलें कि लड़कियों को उत्पीड़न पसंद है।** लड़कियां उत्पीड़कों से घृणा करती हैं और बचती हैं। जब वे 'नहीं' कहती हैं तो इसका मतलब 'हां' न मानें। अगर आपको यकीन नहीं है कि वे 'हां' कह रही हैं या 'नहीं', तो बेहतर यही है कि चुपचाप पीछे हट जाएं।

- ♂ **ये मानकर मत चलिए कि यदि कोई लड़की "भड़काऊ" कपड़े पहनती है तो उसका उत्पीड़न होना ही चाहिए।** लड़कों और लड़कियों, दोनो को ही अपनी मर्जी के कपड़े पहनने का हक है। हो सकता है आपको किसी लड़की के कपड़े अच्छे न लगें मगर इससे आपको अपना गुस्सा या नाराजगी जताने का हक नहीं मिलता। उत्पीड़न एक अपराध है जिसे किसी भी आधार पर वाजिब नहीं ठहराया जा सकता।

- ♂ **उत्पीड़न को हल्के से मत लीजिए।** इसे "छेड़खानी" या "हंसी-मजाक" मत कहिए। यौन उत्पीड़न एक आक्रामक और आपराधिक कृत्य है जिससे पीड़ित व्यक्ति को चोट, सदमा और दर्द पहुंचता है। इसे छोटा नाम दे देने से यह अपराध छोटा नहीं हो जाता। यह एक गंभीर अपराध है।

- ♂ **दूसरे लड़कों की देखादेखी आप उत्पीड़क व्यवहार न करें।** भेड़-बकरियों के लिए झुण्ड की नकल करना अच्छी बात होती होगी लेकिन इंसानों के लिए यह ठीक नहीं है। भेड़चाल में शाामिल न हों। अगर आप झुण्ड से अलग खड़े होते हैं तो आपको अपने आसपास के लोगों का ज़्यादा सम्मान मिलेगा।

जब मुझे उत्पीड़न का सामना करना पड़ता है तो पहले मैं डर जाती हूं धीरे-धीरे ये डर चिढ़ का रूप ले लेता है। फिर ये चिढ़ गुस्सा बन जाती है।

तुम तो बात का बतंगड़ बना रहे हो -- लड़कियों को तो छेड़खानी में मजा आता है।

सबसे अच्छा तरीका यही है कि चुपचाप नज़रअंदाज़ कर दो। एक दिन उसे अपने आप समझ में आ जाएगा।

अगर लड़कियां बदन-ऊघाड़ू कपड़े पहनती हैं तो उन्हें फब्तियां तो झेलनी ही पड़ेंगी।

मैं लड़कियों को नहीं छूता। मैं तो सिर्फ कमेंट करता हूं। मजा आता है!

मैं अपनी महिला मित्रों की इज्जत करता हूं लेकिन हम उन्हें छेड़ते भी हैं। इसमें भला क्या हर्जा है!

जब सड़क पर
बगल से गुजरती गाड़ियों
वाले लिफ्ट देने के लिए
शीशा उतार लेते हैं तो मेरा
मन कसैला
हो जाता है!

मैंने अपने
दोस्तों को कहा कि मुझे
लड़कियों को तंग करना
अच्छा नहीं लगता। पर वे तो
मुझे गालियां
बकने लगे!

मुझे ये बात
दिन भर कचौटती है....
दिन भर गुस्सा आता है कि
मैं खामोश क्यों रही। लेकिन
मैं कर भी क्या
सकती थी?

छेड़खानी को
यौन उत्पीड़न कहकर
औरतें तो तिल का ताड़ बना
देती हैं। उन्हें चाहिए कि नसीहत
देना बंद कर दें और अपनी
राय अपने पास ही रखें।

मेरी इच्छा
के बिना अगर कोई
जाना-अन्जाना व्यक्ति मुझे
छूता है तो मुझे गुस्सा आ
जाता है और गंदगी का
एहसास होता है।

लड़कियों के लिए एक आखिरी बात

इस गलतफहमी में मत रहिए कि “छुपाने” से आप उत्पीड़न से बच जाएंगी या कि भारतीय पोशाक पश्चिमी पोशाकों के मुकाबले ज़्यादा सुरक्षित है।

आपको मनचाहा पहनने का अधिकार है। आपने चाहे जो पहना हो, आपका उत्पीड़न एक अपराध है।

सिर्फ इस वजह से ऐसे कपड़े मत पहनिए कि ‘सबने ऐसे कपड़े पहने हैं’ जो आपको सुविधाजनक नहीं लगते। इस बात पर खुद सोचिए कि अगर दूसरे लोग आपके पहनावे पर नकारात्मक प्रतिक्रिया देंगें तो आपको कैसा लगेगा।

अगर आपको यकीन है कि आप खुद को नुकसान पहुंचाए बिना मुश्किल परिस्थितियों से निपट सकती हैं तो बेहिचक आगे बढ़िए। अगर नहीं, तो जोखिम न उठाएं – कुछ और पहन लें।

लड़कों से एक आखिरी बात

एक साधारण "उत्पीड़न मापक"

कोई चुटकुला सुनाने, टिप्पणी करने, ठिठोली/शरारत करने या किसी लड़की की तरफ बढ़ने से पहले खुद से
ये सवाल पूछिए :

"अगर इस हरकत को रिकॉर्ड करके रियेलिटी टीवी पर दिखाया जाता तो मुझे कैसा लगता?"
"इस तरह की हरकत पर मेरी मां, बहन या गर्ल फ्रेंड की प्रतिक्रिया क्या होती?"
"क्या मैं जबरदस्ती उसका ध्यान खींचने की कोशिश कर रहा हूं?"

अगर इन सवालों के जवाब आपको परेशान करते हैं
तो – ऐसा मत कीजिए!
अगर लड़की जवाब नहीं दे रही है – तो पीछे हट जाएं।

यौन उत्पीड़न ≠ फ़्लर्टिंग

यौन उत्पीड़न	फ़्लर्टिंग
अवांछित और अस्वीकार्य	इच्छित और स्वीकार्य
"गैरबराबरी" के दर्जे वाले लोगों के बीच होता है	"बराबरी" के दर्जे वाले लोगों के बीच होता है
आपको "बुरा" लगता है	"अच्छा" लगता है
एकतरफा -- आप प्रतिकार नहीं कर पातीं	दोतरफा -- आप भी बराबर की भागीदारी ले सकती हैं
अपमानजनक और घटिया लगता है	मज़ेदार लगता है
शक्तिहीनता का अहसास होता है	ताकत का अहसास मिलता है
शर्मिंदगी और स्वाभिमान पर ठेस का अहसास पैदा करता है	सकारात्मक भावनाओं और स्वाभिमान को बढ़ाता है

कानून की नज़र में...

यौन उत्पीड़न न केवल एक सामाजिक रूप से बल्कि कानून की नज़र में भी एक अपराध है।

यौन उत्पीड़क को भारतीय दंड संहिता (आईपीसी) की इन धाराओं के तहत सज़ा हो सकती है :

- ❖ **धारा 294 :** भद्दी भाव-भंगिमा/मुद्रा या गाने
- ❖ **धारा 354 :** जबरन किसी औरत के सम्मान को ठेस पहुंचाना
- ❖ **धारा 509 :** अश्लील शब्दों या मुद्राओं के जरिए किसी औरत के सम्मान को ठेस पहुंचाना

आप क्या कर सकती हैं?

अगर आपका उत्पीड़न होता है तो आप :

- ♀ आसपास के लोगों (चाहे दोस्त हों या अजनबी) से मदद ले सकती हैं
- ♀ अगर उत्पीड़न कॉलेज या विश्वविद्यालय के भीतर हुआ है तो कॉलेज शिकायत कमेटी अथवा किसी भी ऐसे वैधानिक निकाय में शिकायत दर्ज कराएं
- ♀ अगर सार्वजनिक स्थान पर ऐसा होता है तो फौरन पुलिस के पास शिकायत करें
- ♀ किसी महिला संगठन के पास शिकायत दर्ज कराएं

जागोरी "सुरक्षित दिल्ली अभियान" सार्वजनिक स्थानों पर महिलाओं की सुरक्षा के लिए समाज के विभिन्न तबकों को मोबिलाइज करने और उन्हें जागरूक बनाने के लिए चलाया जा रहा है।

यौन उत्पीड़न पर केंद्रित यह सूचना पुस्तिका जनता को इस मुद्दे की गंभीरता और इससे औरतों व लड़कियों पर पड़ने वाले प्रभावों से अवगत कराने के लिए हमारी एक छोटी सी कोशिश है। यदि हमारे युवा इस शब्द को सही अर्थों में समझ लें तो विपरीत लिंग के सदस्यों का सम्मान करने और अपने आक्रामक व्यवहार को बदलने के रास्ते ढूंढ सकते हैं।

आप इस छोटी सी पुस्तिका को अपने बैग में लेकर चल सकती/सकते हैं और अपनी सहेलियों व साथियों को पढ़वा सकती/सकते हैं। चाहें तो सुरक्षित दिल्ली अभियान में हमारी हमसफर बनें और अपने कॉलेज या पास-पड़ोस में इस पुस्तिका को बांटनें में हाथ बंटाएं।

और ज़्यादा जानकारी या प्रतियों के लिए संपर्क करें :

safedelhi@jagori.org

जागोरी
JAGORI

बी-114, शिवालिक, मालवीय नगर, नई दिल्ली-110017
टेलीफोन : 91-11-26691219/20, फैक्स : 91-11-26691221
हेल्पलाइन : 91-11-26692700
ई-मेल : safedelhi@jagori.org
वेबसाईट : www.jagori.org