



应对工作中的 种族歧视

美甲师指南



目击种族歧视时， 我该怎么办？

首先，确保自身安全！

然后，再采取“5D”
中的一种或多种方法



转移注意力
(Distract)



找人协助
(Delegate)



延后确认
(Delay)



保留证
(Document)



直接发声
(Direct)

当你目击种族歧视发生时的5种应对方法“5Ds”：

转移注意力 (Distract)：

转移受害人的注意力。比如：
向受害人问路或谈论天气。

寻求协助 (Delegate)：

向上级负责人寻求帮助，
比如你的经理。

延后确认 (Delay)：

待该事件结束后，主动询问受害
人是否需要举报或帮助。

保留证据 (Document)：

拍摄视频、照片或做笔记。未经
受害人同意，不得公布任何相关
内容。向受害人提供您的联系信
息和记录内容，以备受害人将来
需要证人作证。

直接发声 (Direct)：

在直接与行为人接触前请先评
估自身是否安全。告知行为人其
观点属于种族歧视言论。如果您
选择介入，请避免与对方争执或
造成状况升级。



两类种族歧视

公开的种族歧视

因种族而对他人实施明显的伤害行为

隐性的种族歧视

难以察觉的种族歧视行为

公开的种族歧视

这种歧视就像我们能看得见的冰山顶部, 包括:

- 仇恨犯罪
- 嘲笑口音
- 口头攻击, 比如: 辱骂或传播错误信息:

中国病毒
(China virus) !
功夫流感
(Kung Flu) !

滚回去! 你们不属于这里!

中国佬 (Chink) !
小日本 (Jap) !

隐性的种族歧视

这种歧视就如深藏水下的冰山底部, 包括:

- 看似“正面”的种族歧视言论:
“所有亚洲人都擅长做指甲”
- “你们的食物闻起来很怪!”
- 否认种族歧视的存在
- 认为英语优于其他语言
- 将“加拿大经验”作为任职要求

相关方包括哪些人?



目标人群:

遭受种族歧视的人



行为人:

进行种族歧视的人



旁观者:

目击事件但却没有直接介入的人

遭受种族歧视时我该怎么办？

请记住：

- 处理这种情况不存在对错之分
- 确保自身安全
- 照顾好自己
- 借助社区资源的帮助或事后去推动社会改变(比如:告知社会服务机构或媒体;了解自身的法律权利)

您能做的事情包括：

- 对峙行为人
- 请旁观者介入一起对峙行为人
- 保持沉默并走开
- 讲个笑话或谈论其他来转移注意力
- 用手机记录交流过程
- 如在工作, 请告知您的经理并且进行投诉

资源

维权服务

美甲师网络:

416-703-8482 x2308

全加华人平权会多伦多分会:

416-596-0833

反对新冠疫情中的种族歧视项目:

www.covidracism.ca

法律援助

华越柬寮法律援助中心:

416-971-9674

安大略无偿法律服务:

1-855-255-7256

心理健康

康福心理健康协会:

416-493-4242



本文件的目的在于帮助美甲师应对日常工作中所经历的种族歧视。

我们认识到制度性种族主义确实存在,所以我们需要采取重要行动来消除它。

我们与下述机构建立了合作:



PARKDALE
QUEEN WEST
Community
Health Centre



Chinese Canadian National Council
TORONTO CHAPTER

全加華人協進會(平權會)多倫多分會



CSALC
CHINESE AND SOUTHEAST ASIAN
LEGAL CLINIC

華越東南亞法律服務中心

Trung Tâm Hướng Dẫn Luật Pháp Hoa-Việt-Khmer-Lào

ສູນກຳລັງກົດໝາຍສຳລັບຊາວໄທ ລາວ ຈີນ ແລະ ວຽດ

多伦多越南人联盟教会