



Paano makakukuha ng suporta laban sa karahasan sa pamilya sa panahon ng coronavirus (COVID-19)

Kung ikaw o ang isang kakilala mo ay nasa agarang panganib tumawag sa **CALL 000**

Kung ligtas itong gawin, para sa tulong at suporta, kontakín ang: **safe steps, ang serbisyong suporta laban sa karahasan sa pamilya sa Victoria sa 1800 015 188 (24 oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo)**

Kung kailangan mo ng interpreter, tawagan ang **TIS National sa 131 450** at hilingin sa kanila na iugnay ka sa **safe steps** o alinmang mga serbisyong nakalista dito.

Ikaw ba o ang isang kakilala mo ay nakararamdam na hindi ligtas sa bahay?

Ang mga serbisyo laban sa karahasan sa pamilya ay gumagana at magagamit upang suportahan ka sa panahon ng pandemyang coronavirus (COVID-19).

Ang karahasan sa pamilya ay pang-aabuso sa damdamin, pag-abuso sa pananalapi, pisikal o sekswal na karahasan. Maaari rin itong pamumuwersa, pagkontrol o emosyonal o sikolohikal na mapang-abusong pag-uugali mula sa isang tao sa iyong pamilya o sa isang nakakatalik na partner.

Maaaring pinipigilan ng taong ito ang iyong paggalaw o inihihwalay ka sa iyong mga kaibigan o pamilya. Maaaring ginagamit niya ang panganib na mahawahan ng coronavirus (COVID-19) bilang pagbabanta laban sa iyo.

Manatiling konektado at magkaroon ng plano sa kaligtasan

Manatiling konektado sa mga taong mapagtitiwalaan mo, magpasiyang gumamit ng isang ' ligtas na salita ' o hudyat para sa malalapit na kaibigan o kapamilya. Kapag ginamit mo ang salitang ito, malalaman nila na kailangan mo ng tulong at maaari nilang tawagan ang mga serbisyo ng pulis o emerhensiya.

Ikaw ay pinapayagang lumabas sa iyong tahanan upang humingi ng tulong. Hindi ka pagmumultahin kung gagawin mo ito. Kung ikaw ay pinahinto ng pulis, sabihin sa kaniya na nararamdaman mong hindi ka ligtas sa bahay at tutulungan ka niya.

Subalit, kung kailangan mo ng tulong sa pagpaplanong upang makaalis, kung magagawa mo nang ligtas, makipag-ugnay sa **safe steps sa 1800 015 188** (24 oras sa isang araw, 7 araw sa isang linggo) o sa pamamagitan ng email: safesteps@safesteps.org.au

Humingi ng tulong

Ang mga serbisyo laban sa karahasan sa pamilya, kabilang ang tirahang pang-krisis, pulisya at mga korte ay patuloy na gumagana sa panahon ng pandemyang coronavirus (COVID-19).

Bisitahin ang website na **The Orange Door** (<https://orangedoor.vic.gov.au/other-languages>) para sa impormasyon tungkol sa tulong na makukuha kung ikaw ay nakararamdam na hindi ligtas, kailangan ng higit pang suporta sa pangangalaga ng mga bata o nag-aalala kung paano ka tinatrato ng isang taong malapit sa iyo.

Tawagan ang InTouch, Multicultural Centre Against Family Violence, sa **1800 755 988** para sa impormasyon tungkol sa karahasan sa pamilya at tulong. Maaari nilang asikasuhin na mabigyan ka ng serbisyo ng interpreter kung kailangan mo nito.

Ang Victoria Police ay narito upang tukuyin ang mga panganib at gawin ang nararapat na aksyon upang panagutin ang mga nagkasala at panatilihing ligtas ang mga biktima.

Ang paghihiwalay ng tao sa lipunan (social isolation) ay hindi dahilan para sa karahasan o pang-aabuso. Patuloy na nagbibigay ng tulong at suporta ang [Men's Referral Service](#) sa mga taong nag-aalala tungkol sa kanilang sariling pag-uugali sa **1300 766 491**.

Pang-aabuso sa matatanda

Ang pang-aabuso sa matatanda ay anumang gawain na nakasasakit sa isang matanda at isinasagawa ng isang taong kilala at pinagkakatiwalaan niya, karaniwan ay miyembro ng pamilya o tagapag-alaga. Ang pang-aabuso ay maaaring pisikal, sosyal, pinansyal, sikolohikal at/o seksuwal at maaaring kabilangan ng pang-aabuso at pagpapabaya. Para sa tulong, tawagan ang:

Seniors Rights Victoria – 1300 368 821

Elder Rights Advocacy – 1800 700 600

Office of the Public Advocate – 1300 309 337

Upang makatanggap ng lathalaing ito sa format na madaling ma-access, mag-email sa [Emergency Management Communications](mailto:em.comms@dhhs.vic.gov.au) <em.comms@dhhs.vic.gov.au>.

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Australia, Department of Health and Human Services, April 2020.

ISBN 978-1-76069-381-7 (pdf/online/MS word)

Makukuha sa [About Coronavirus \(COVID-19\)](https://www.dhhs.vic.gov.au/family-violence-crisis-response-and-support-during-coronavirus) <<https://www.dhhs.vic.gov.au/family-violence-crisis-response-and-support-during-coronavirus>>

How to get family violence support during coronavirus (COVID-19) – Tagalog