

Adira

Multikultural na Sentro para sa Kaligtasan ng mga Kababaihan at Pamilya ng NSW

Kayo ba ay isang babaing migrante o refugee na nasa peligro, o nakakaranas ng karahasan sa tahanan, pamilya o sekswal?

Kung kayo ay nasa agarang panganib, mangyaring tumawag kaagad sa 000.

- Kung kailangan mo ng interpreter, humingi ng isang kawika mo kapag nakikipag-usap sa emergency operator. Kung kailangan mo na pumunta kaagad ang pulisya sa iyong bahay, maghandang ibigay ang iyong address sa wikang Ingles upang malaman nila kung nasaan ka.

Kung kayo ay nakakaranas ng karahasan, mangyaring kontakin kami upang kausapin ang aming pangkat na Adira. Maaari kayong humingi ng isang interpreter.

- Kami ay nakabukas mula Lunes hanggang Biyernes, ika-9 ng umaga hanggang ika-5 ng hapon.
- Kung kayo ay tumatawag mula sa labas ng mga oras na ito, mangyaring mag-iwan ng mensahe at ang iyong detalye ng kontak at tatawagan ka namin.

Ano ang karahasan sa tahanan, pamilya o sekswal?

Kabilang ito ng malawak na hanay ng mga mapang-abusong pag-uugali o pagbabanta, maging marahas man at di-marahas, na nangyayari sa loob ng may matalik na mga ugnayan (ka-partner o asawa) o kapamilya, kasama ang:

- Mga ibang miyembro ng pamilya o sambahayan
- Mga kaugnayan sa pangangalaga
- Mga kaugnayan sa kultura at kamag-anakan
- Mga kaugnayan sa pangangalaga sa bahay ampunan
- Mga kadugo na kamag-anak na magkakahiwalay ng tirahan.

Mga halimbawa ng mga karahasang ito

- Pang-aabusong emosyonal
- Pang-aabusong pisikal
- Pang-aabusong sekswal
- Pang-aabuso sa pagsasalita
- Pang-aabusong pinansyal
- Pang-aabusong gamit ang teknolohiya
- Pang-aabuso sa pag-iisip
- Mga pag-uugaling panghihigpit.

Mga halimbawa ng mapang-abusong pag-uugali ng ka-partner o mga miyembro ng pamilya

- Tinatawag ka gamit ang mga masasamang pangalan o mga masasamang salita
- Pisikal kang sinasaktan
- Binabantaan ka na makakansela ang iyong visa, at papauwiin kang pabalik sa iyong bansa
- Hindi ka pinapayagan na magkaroon ng sariling pera
- Binubusisi ang iyong telepono o hindi ka pinapayagan na nakikipag-usap sa mga kaibigan at pamilya
- Binabantaan ka na ang iyong mga anak ay aalisin sa piling mo o masasaktan
- Pinupwersa kang gumawa ng mga sekswal na bagay na ayaw mo
- Hindi ka pinapayagan na isagawa ang iyong relihiyon o kultura.

Maaari kaming tumulong sa iyo at ang iyong mga anak

Gawin ang mahalagang hakbang ng pakikipag-ugnayan para sa suporta. Magpapalapit sa iyo nito sa isang mas ligtas at mas malusog na hinaharap para sa iyo at mga anak.

Kontakin kami sa Adira

02 8111 7077 o

safetycentre@ssi.org.au

Adira

NSW Multicultural Centre
for Women's and Family Safety

***Note for service providers:**
Please consider your clients' safety when
providing them with printed copies of this brochure

Are you a migrant or refugee woman at risk of, or experiencing, domestic, family or sexual violence?

**If you are in immediate danger,
please call 000.**

- If you need an interpreter, request one in your language when speaking to the emergency operator. If you need police to attend your home immediately, have your address in English ready to inform them where you are.

If you are experiencing violence, please contact us to speak to our Adira team. You can request an interpreter.

- We are open Monday to Friday, 9am–5pm.
- If you are calling outside of these hours, please leave a message and your contact information, and we will call you back.

What is domestic, family and sexual violence?

It includes a wide range of abusive behaviors or threats, both violent and non-violent, that occur within intimate (partner or spouse) or other family relationships, including:

- Other family or household members
- Carer relationships
- Cultural and kinship relationships
- Foster care relationships
- Blood relatives who do not live together.

Examples of this violence

- Emotional abuse
- Physical abuse
- Sexual abuse
- Verbal abuse
- Financial abuse
- Technology facilitated abuse
- Psychological abuse
- Controlling behaviours.

Examples of abusive behaviour by a partner or family members

- You are being called names or being spoken to in a cruel or offensive way
- You are physically harmed or hurt
- You are threatened that your visa will be cancelled, and you will be sent back home
- You are not allowed to have your own money
- Your phone is checked or you are stopped from talking to friends and family
- You are threatened that your children will be taken away from you or will be hurt
- You are forced to do sexual things you do not want to do
- You are not allowed to practice your religion or culture.

We can help you and your children

Take the important step of reaching out for support. This brings you closer to a safer and healthier future for you and your children.

Contact us at Adira

02 8111 7077 or
safetycentre@ssi.org.au