

کیا آپ گھر میں محفوظ محسوس کرتے ہیں؟ گھریلو تشدد کے سلسلے میں مدد حاصل کریں

محفوظ رہیں

اگر آپ گھر میں غیر محفوظ محسوس کرتے ہیں تو آپ مدد کے لیے پولیس کو
131 444 پر کال کر سکتے ہیں۔
بنگامی صورتحال میں 000 پر کال کریں۔



کسی سے بات کریں

کسی کو یہ بتانے سے فائدہ ہو سکتا ہے کہ آپ پر کیا گزر رہی ہے۔ دن یا رات کو
کسی بھی وقت مفت معلومات، ریفریلز (مدد کے لیے رابطوں) اور کاؤنسلنگ
(ماہرانہ مشورہ) کے لیے 1800 737 732 پر 1800RESPECT کو کال کریں۔



منصوبہ بنائیں

اس بارے میں منصوبہ بنانا اہم ہے کہ آپ گھر میں کیسے زیادہ محفوظ رہ سکتے
ہیں یا اگر آپ نے گھر چھوڑنے کا فیصلہ کیا تو آپ کیا کریں گے۔ آپ کسی کاؤنسلر
یا امدادی کارکن کی مدد سے منصوبہ بنا سکتے ہیں۔



بنگامی رہائش

اگر آپ کو جلدی میں گھر چھوڑنا پڑے اور آپ کے پاس کوئی ٹھکانا نہ ہو تو آپ
قیام کے انتظام کے لیے Link2Home کو فون کر سکتے ہیں - 1800 152 152
پر کال کریں۔



قانونی مشورہ

مفت قانونی معلومات، ریفریلز اور مشورے کے لیے آپ ملٹی کلچرل لیگل سروس
سے رابطہ کر سکتے ہیں۔ یہ سروس بہت سے مختلف معاملات میں مدد کر
سکتی ہے جن میں عائلی قانون، پروٹیکشن آرڈرز اور مظلوم افراد کی مدد کے لیے
دعوے شامل ہیں۔



ویسٹرن سڈنی کمیونٹی لیگل سنٹر لمیٹڈ میں ملٹی کلچرل لیگل سروس سے رابطہ کریں



mls@wsclc.org.au
پر ای میل کریں



0401 936 582 پر کال کریں



آن لائن فارم کے لیے
یہاں سکین کریں