

# MAY KAKILALA KA BA NA KINOKONTROL KUNG PAANO MO GAGASTUSIN ANG IYONG PERA, TINATANGGALAN KA NG KALAYAANG MAKITA ANG IYONG PAMILYA AT MGA KAIBIGAN, O SINISIGAWAN AT PISIKAL NA SINASAKTAN KA?

Ang NSW **Ageing** and **Disability** Abuse Helpline (Linya ng Tulong sa Pang-aabuso ng Matatanda at mga May-kapansanan sa NSW) ay para kaninuman upang makipag-usap tungkol sa mga alalahanin ng isang **mas matanda** o adulto na **may kapansanan** na inaabuso at pinagmamalupitan ng isang tao na kilala nila sa kanilang bahay o sa kanilang komunidad.

Tumawag sa  
**1800 628 221**  
(M-F, 9-5).

 Kung kailangan mo ng interpreter tumawag sa **131 450**.

Ikaw ay may karapatang makaramdam na ligtas at tratuhin nang may dangal at paggalang sa iyong bahay at sa iyong komunidad.

Sa pamamagitan ng pakikipag-ugnay sa helpline, maaari kang:

1. Kumuha ng impormasyon tungkol sa mga serbisyo na magagamit upang makatulong.
2. Makipag-usap sa isang sinanay na propesyonal tungkol sa iyong mga alalahanin.
3. Suportahan upang gumawa ng hindi nakikilalang pag-ulat, at pakikinggan nang walang paghatol.



Magtanong sa online anumang oras sa

[ageingdisabilitycommission.nsw.gov.au](https://ageingdisabilitycommission.nsw.gov.au)



Sa isang emerhensiya, laging tumawag sa 000 o Lifeline 13 11 14 para sa suporta sa krisis  
National Relay Service 1800 555 660 | Text Telephone 133 677