

## Ano ba ang Domestic Violence

Ang karahasan sa tahanan ay isang dumadami ang pattern ng pang-aabuso na kung saan ang isang partner sa isang matalik na kaugnayan na mga kontrol sa iba sa pamamagitan ng puwersa, pananakot, o pagbabanta ng karahasan. Ang karahasan sa tahanan ay walang hangganan. Ito ay nakakaapekto sa lahat ng edad, parehong sexes, lahat ng kultura, lahat ng relihiyon, ang lahat ng mga propesyon, at ang mga tao mula sa lahat ng mga antas ng kita.

## Pag-unawa sa Pang-aabuso

Ang karahasan sa tahanan ay tungkol sa kapangyarihan at control at kabilang ang maraming iba't-ibang uri ng pang-aabuso. Ito ay higit pa ang mga bruises at basag na buto madalas na kaugnay ng pisikal na pang-aabuso. Ang karahasan sa tahanan ay maaari ring isama ang sekswal, sikolohikal o emosyonal, pinansyal at pang-aabuso.

## Sa isang emergency

Kung ikaw ay natatakot para sa iyong kaligtasan CALL 9-1-1. Sabihin sa despatsador iyong buhay ay nasa panganib at kailangan mo ng tulong kaagad.

Kung hindi mo makuha sa isang telepono tumawag sa 9-1-1, iwanan. Ang unang bagay na dapat mong gawin ay ilagay ang iyong sarili sa labas ng paraan makasama at makapunta sa isang ligtas na lugar o sa isang pampublikong lugar kung saan ang iba ay maaaring nakikita mo.

## Tulong Makukuha

Kung ikaw o ang isang kakilala mo ay sa isang mapang-abusong relasyon at nangangailangan ng tulong o gusto mong makipag-usap sa isang tao tungkol sa domestic violence, kompidensiyal na tulong ay magagamit ng 24 oras sa isang araw sa pamamagitan ng pagtawag sa aming mga krisis na linya sa 425-746-1940. Ang aming mga kawani ay inihanda upang makatulong sa mga tumatawag sa paghahanda ng mga plano sa kaligtasan, tumugon sa pangkalahatang mga katanungan tungkol sa domestic violence, magbigay ng sanggunian, at ibahagi ang mga karagdagang impormasyon tungkol sa aming mga programa at mga serbisyo.

Krisis ng aming linya ay maaaring tinawag na sa parehong isang ordinaryong telepono o sa isang teletipo aparato (TTY). Ito ay magagamit ng mga tao sa pagsasalita at pakikinig kapansanan, Lunes - Biyernes sa pagitan ng oras ng 8:00 at 5:00.

Kahit sino Maaari Maging isang biktima  
Ang karahasan sa tahanan ay maaaring mangyari sa sinuman anuman  
ang lahi, edad, sexual orientation, relihiyon, o kasarian. Ang  
karahasan sa tahanan nakakaapekto sa mga tao ng lahat ng  
socioeconomic pinanggalingan at pag-aaral na antas. Ang  
karahasan sa tahanan ay nangyayari sa parehong kabaligtaran-sex  
at parehong-kasarian ng mga relasyon at maaaring mangyari sa  
matalik na kaibigan kasosyo na mga asawa, buhay na sama-sama, o  
dating.

Kung ikaw ay inaabuso, tandaan --  
Ikaw ay hindi nag-iisa  
Ito ay hindi mo kasalanan  
Tulong ay makukuha