



Pagkilala sa Pang-aabuso at Kapabaya

May karapatan kang madama na ikaw ay ligtas.

Hindi tama para sa isang tao na saktan ka o ang iba.

Kung ikaw o isang kakilala mo ay inaabuso o napapabaya, ipagbigay-alam ito.

Paano mo malalaman kung nakakaranas ka ng pang-aabuso o kapabaya?

Nangyayari **ang pang-aabuso** kapag ang isang tao ay:

- Binubugbog o sinasampal ka;
- Gumagamit ng sandata (tulad ng patpat, baril, o kutsilyo) para takutin ka o saktan ka;
- Pinipigilan ka o tinatali ka;
- Nagdudulot sa iyo ng takot, galit, o kalungkutan sa pamamagitan ng pagbabansag sa iyo ng mga katawagang nakakasakit o or pagsasalitaan ka ng masasakit o masasama;
- Hinahawakan ka sa parteng natatakpan ng iyong bathing suit nang walang pahintulot mo;
- Pinipilit kang makipagtalik, halikan sila, o hawakan sila sa parteng natatakpan ng kanilang bathing suit kahit ayaw mo;
- Kinukuha o ginagamit ang iyong pera nang walang pahintulot mo para bumili ng mga bagay na hindi para sa iyo;
- Pinaparusahan ka sa pamamagitan ng hindi pagbigay sa iyo ng pagkain o maiinom; o
- Hindi ka pinapayagang humarap sa mga bisita, tumanggap ng tawag o tumawag sa telepono, o tumanggap ng sulat.

Kapag tungkulin ng isang tao ang suportahan ka, maaaring mangyari ang pagpapabaya kung:

- Iniiwan kang mag-isa nang matagal na walang sinumang makakatulong sa iyo;
- Hindi ka tinutulungang makapunta sa doctor o ospital kapag ikaw ay lubhang nasaktan;
- Hindi ka pinapayagang maligo, maghugas, o panatilihing malinis ang sarili, o hindi ka tinutulungan kung nangangailangan ka ng tulong;
- Hindi tinitiyak na mayroon kang sapat na pagkain o damit;
- Hindi ka dinadala sa doktor o ospital kung ikaw ay nasaktan o may masamang pakiramdam o nangangailangan ng pangangalaga; o
- Hindi tinitiyak na ang iyong tahanan ay malinis, ligtas, at komportable, at walang mga pagtagas o maraming insekto o daga (tulad ng mga bubwit).

Kung ang alinman sa mga bagay na ito ay nangyayari sa iyo, o nakikita mong nangyayari sa iba, ipagbigay-alam sa taong pinagkakatiwalaan mo. Walang dapat mang-abuso o magpapabaya sa iyo.

