



Pag-ulat Pang-aabuso at Kapabayaang

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 napapabayaang, ito ang maaari mong gawin:

Makipag-usap sa taong pinagkakatiwalaan mo!

Sino ang maaari mong kausapin o tawagan?

- Pamilya
- Kaibigan
- Staff
- Tagasanay sa trabaho o Boss
- Doktor
- Tagapag-ugnay ng serbisyo (Service Coordinator)
- Tumawag sa 9-1-1 para sa mga emergency



Maaaring hindi alam ng unang taong nakausap mo kung paanong tumulong. Huwag kang mawalan ng pag-asa! Patuloy na humingi ng tulong hanggang sa makuha mo ito.

Ano ang mga itatanong kapag humingi ka ng tulong?

- Ano ang nangyari sa iyo?
- Kailan ito nangyari? Kung hindi mo matandaan ang petsa, isipin kung ano pa ang nangyari sa araw na iyon upang matulungan kang matandaan.
- Ano ang pangalan ng taong nanakit o umabuso sa iyo? Paano mo sila nakilala? Kung hindi mo alam ang pangalan nila, ilarawan mo sila.
- Nangyari na ba ito dati?
- Saan naganap ang pang-aabuso? Nangyari ba ang pang-aabuso sa bahay?
- Nakatira ba kasama mo ang taong nanakit sa iyo? May iba bang nasa paligid?
- Nakatira ka ba kasama ng sinumang pinagkakatiwalaan mo at kumpanteng masasabihan ng kung ano ang nangyayari?
- Sino ang mga tao at tauhang pinagkakatiwalaan mo?



Bakit mo dapat ipaalang ang pang-aabuso at kapabayaang?

- Maaari kang matulungang makalayo sa taong nanakit sa iyo.
- Maaari kang matulungang makaalis sa isang mapang-abusong sitwasyon o relasyon.
- Maaari kang makakuha ng mga espesyal na serbisyo para sa mga taong inabuso o sinaktan.
- Maaari kang makatulong na mapigilan ang pang-aabuso sa ibang tao.

Sino ang maaaring tawagan para ipaalang ang pang-aabuso?

- Kung nakatira ka sa isang pasilidad na lisensyado ng estado sa pangangalaga ng komunidad, tumawag sa 844-538-8766
- Kung nakatira ka sa isang pasilidad sa pangangalagang pangkalusugan, maaari kang magsampa ng reklamo dito: [Reklamo](#)
- Kung ang isang bata, wala pang 18 taong gulang ay inaabuso at pinapabayaang, gamitin ang website na ito upang hanapin ang tatawagang numero ng telepono: [I-ulat ang Pang-aabuso sa Bata](#)
- Kung ang isang taong may kapansanan na 18 taong gulang pataas ay inaabuso o pinapabayaang, makipag-ugnay sa [Serbisyon Pamproteksyon sa May Sapat na Edad](#), tawagan ang **1-833-401-0832**, ibigay ang iyong zip code kapag hiningi upang makakonekta sa Adult Protective Services (Mga Serbisyon Pamproteksyon sa Nasa Hustong Gulang) sa iyong county, 7 araw sa isang linggo, 24 na oras sa isang araw.



Ang mga Bulletin hinggil sa Kalusugan at Kaligtasan ay ginawa ng Kagawaran ng Mga Serbisyo sa Pag-unlad upang alertuhan ka at ang iyong pamilya ukol sa mga partikular na panganib.