

Mga Mapagkukunan para sa Albertans

Nakakaranas ng Karahasan Batay sa Kasarian

Ang karahasan na batay sa kasarian ay isang karahasang laban sa isang tao batay sa kanyang pagkakakilanlan sa kasarian, ekspresyon ng kasarian o mahiwatigang kasarian. Ang karahasan ay madalas na tumataas sa panahon ng mga emerhensiya at oras ng paghihirap sa ekonomiya. Nakalista sa ibaba ang mga pangunahing mapagkukunang magagamit upang suportahan ang mga indibidwal at pamilya na nakakaranas ng karahasan sa Alberta.

Mga Serbisyo ng Emergency

Ambulansya, Sunog at Pulis.
Tumawag: **911** (24/7)
Laging tumawag sa 911 kapag may emergency

211 Alberta

Kung hindi ka sigurado kung sino ang tatawagan o kung anong serbisyo ang kailangan mo, ang impormasyon at linya ng referral na ito ay makakatulong sa iyo na matukoy kung ano ang kailangan mo, at ikonekta ka sa naaangkop na serbisyong panlipunan, kalusugan o gobyerno, kasama ang isang naaangkop na linya ng suporta sa krisis.

Tawagan: **211** (24/7, 170+ mga wika)
Text: **211**
Online chat: ab.211.ca (24/7 Ingles lamang)

Serbisyo sa Pang-aabusong Sekswal

One Line for Sexual Violence ng Alberta

Kung nakaranas ka ng anumang uri ng karahasang sekswal at kailangan ang suporta sa krisis o kung kailangan mo ang tulong sa paghahanap ng mga serbisyong suporta sa sekswal na pag-atake sa Alberta.

Call: **1-866-403-8000** (toll-free, 9:00 am to 9:00 pm Daily, 170+ languages)
Online chat: aasas.ca

Mga Serbisyong Lokal para sa Sekswal na Pang-aabuso

Kung nakaranas ka ng anumang uri ng karahasang sekswal at kailangan ang suporta o payo sa krisis. Website: aasas.ca/get-help/

Karahasan sa Pamilya

Linya ng Impormasyon sa Karahasan sa Pamilya

Tumawag kung ikaw o ang isang kakilala ay nakakaranas ng karahasan sa pamilya o pang-aabuso at kung mayroon kang mga katanungan o nais malaman tungkol sa mga programa, mapagkukunan, at serbisyo.
Call: **310-1818** (24/7, 170+mga wika)
Online chat: alberta.ca/SafetyChat (8:00 am hanggang 8:00 pm sa Ingles lamang)

Alberta Helpline sa Pang-aabuso

Tulong sa higit na 100 na wika sa sinumang nakakaranas ng karahasan o pang-aabuso sa pamilya
Tawagan: **1-855-4HELPAB (1-855-443-5722)**
(toll-free 7:30 hanggang 8:00 pm, Lunes hanggang Byernes, 170+ mga wika)

Mga Sertipiko ng mas ligtas na lugar upang Tapusin ang Pag-upa

Help is available, alberta.ca/violence-against-women.aspx

©2020 Government of Alberta | Published: May 2020 |



Maaaring wakasan ng mga nangungupahan ang kanilang kasunduan sa pag-upa nang walang parusa sa pananalapi sa pamamagitan ng pagkuha ng sertipiko na nagpapatunay na sila ay biktima ng karahasan sa tahanan. Mag-apply para sa isang sertipiko sa online: alberta.ca/SaferSpaces

Mga Kanlungan

Ang mga Kanlungan ay maaaring magbigay sa iyo ng lugar na matutuluyan kung kailangan mong makatakas sa karahasan sa pamilya o nakakaranas ng kawalan ng tirahan. Para sa isang listahan ng mga emergency na kanlungan ng kababaihan, mga pangalawang yugto ng kanlungan, mga tanggapan ng emerhensiya para sa seniors, mga tirahan ng walang tirahan at suportadong pabahay, bisitahin ang alberta.ca/Shelters.

Alberta Council of Women's Shelters

Para sa mga indibidwal at pamilya na tumatakas sa karahasan sa pamilya o pagharap sa kawalan ng tirahan.

Tumawag: 1-866-331-3933 at pindutin ang 1 (walang bayad)

Website: acws.ca/shelters

Suportang Pampinansyal

Tulong sa Mga Gastos sa Pag-iwan ng isang Mapang-abusong Sitwasyon

Para sa mga nangangailangan ng tulong sa mga gastos at iba pang mga suporta upang makaligtas at makapagsimula ng isang bagong buhay.

Website: <https://www.alberta.ca/family-violence-costs-leave.aspx>

Helplines sa mga Bata

Help Phone sa mga Bata

Counselling Line sa mga Kabataan

Libre, anonimo, kumpidensyal na suporta sa krisis sa telepono at pagpapayo para sa mga kabataan sa Canada. Magagamit din ang suporta sa krisis sa pamamagitan ng text o online chat.

Tumawag: 1-800-668-6868 (walang bayad, 24/7) Text: **CONNECT to 686868** or

<https://kidshelpphone.ca/text/>

Online chat: <https://kidshelpphone.ca/live-chat/>

Website: www.kidshelpphone.ca

Hotline ng Batang Naabuso

Tumawag kung sa palagay mo ang isang bata ay inaabuso, napabayaang o sinamantala ng sekswal.

Tumawag: 1-800-387-KIDS (5437) (walang bayad, 24/7)

Pang-aapi

Bullying Helpline

Pang-aapi Helpline

Upang makakuha ng anonimo o hindi nagpapakilalang tulong sa pang-aapi sa higit ng 170 mga wika.

Tumawag: 1-888-456-2323 (walang bayad, 24/7)

Website: alberta.ca/Bullying

Bullying Helpline Chat

Pang-aapi Helpline Chat

Upang makakuha ng anonimong tulong mula 8:00 am hanggang 8:00 pm, 7 araw sa isang linggo sa Ingles.

Online chat: alberta.ca/BullyingChat

Mga Serbisyo sa Biktima at Mga Suportang Lugal

Mga Serbisyo sa Biktima (Suporta sa Biktima at Paghahanda ng Hukuman)

Ang suporta sa biktima ng krimen at mga serbisyo sa paghahanda ng korte ay maaaring matamo sa pamamagitan ng iyong lokal na ahensya ng pulisya o sa pamamagitan ng telepono.

Tumawag: 310-0000 (walang bayad, 24/7)

Website: www.victims.alberta.ca

Mga Lokal Yunit ng Serbisyo sa Biktima

Para sa mga nangangailangan ng tulong sa pagpipigil at mga order ng proteksyon o iba pang mga suporta para sa mga biktima ng krimen.

Website: <https://victimservicesalberta.com/victim-service-units/>

Mga Serbisyonang Lugal na Tulong

Kung kailangan mo ang tulong sa mga ligal na isyu Tumawag: 1-866-845-3425 (walang bayad, 8:15 ng umaga hanggang 4:15 ng hapon, Lunes hanggang Biyernes)

Website: <https://www.legalaid.ab.ca/contact/Pages/default.aspx>

Independent Legal Advice (ILA) para sa Mga Nakaligtas sa Karahasang Sekswal (Elizabeth Fry Society of Edmonton)

Help is available, alberta.ca/violence-against-women.aspx

Bukas ang ILA sa mga may sapat na gulang (18+) ng anumang kasarian na nakatira sa Alberta at nakaranas ng karahasang sekswal sa Alberta.
Call: **780-784-2213**
Email: legal_advice@efryedmonton.ab.ca
Website: <https://www.efryedmonton.ab.ca/independent-legal-advice.html>

Trafficking ng tao

National Human Trafficking Hotline ng Canada

Ang Canadian Human Trafficking Hotline ay isang kumpidensyal, multilingual na serbisyo na bukas ng 24/7 upang ikonekta ang mga biktima at mga nakaligtas, sa mga serbisyong panlipunan, nagpapatupad ng batas, at mga serbisyong pang-emergency; tumatanggap din sila ng mga tip mula sa publiko tungkol sa mga hinihinalang kaso ng human trafficking.
Tumawag: 1-833-900-1010 (24/7)
Online chat: <https://www.canadianhumantraffickinghotline.ca/chat/>
Website: <https://www.canadianhumantraffickinghotline.ca/>

Suporta sa mga Katutubo

Ang First Nation at Inuit Hope para sa Linya ng Tulong sa Kaayusan

Mayroong pagpapayo sa Ingles at Pranses, at kapag hiniling sa Cree, Ojibway at Inuktitut.
Tumawag: 1-855-242-3310 (24/7)
Online chat: <https://www.hopeforwellness.ca/>

Mga Katutubong Serbisyo sa Pagpapayo ng Alberta

Kung kailangan mo ng tulong sa mga proseso ng korte o Mga Serbisyo sa Bata, o pagkonekta sa mga suporta ng kabataan at iba pang mga mapagkukunan ng komunidad.
Website: <http://www.ncsa.ca/>

Alberta Native Friendship Centres Association

Nagbibigay ng koneksyon sa mga lokal na sentro ng pagkakaibigan na nakabatay sa komunidad (local community-based friendship centres) na nagbibigay ng mga serbisyo at referral.
Website: <http://anfca.com/>

Serbisyo para sa Métis at Mga Katutubong Bata

Humanap ng isang tanggapan na nagbibigay ng serbisyo para sa Métis at Mga katutubong bata, kabataan at pamilya.
Website: <https://www.alberta.ca/metis-and-indigenous-childrens-services-offices.aspx>

Delegated First Nations Agencies

Mga serbisyo sa interbensyon para sa mga bata sa mga Komunidad ng First Nations.
Website: <https://www.alberta.ca/delegated-first-nation-agencies.aspx>

LGBTQ2S+¹ Supports

LGBT Youthline

Kumpidensyal, hindi mapanghusga at may kaalaman sa LGBTQ2S + suporta sa kapwa
Tumawag: 1-800-268-9688 (2 - 7:30 pm MST Linggo-Biyernes)
Teksto: 647-694-4275
Online chat: <https://www.youthline.ca/>

Trans Lifeline

Ang trans-led organisasyon na nag-uugnay ng mga trans people sa komunidad ay nagbibigay ng suporta, at mga mapagkukunan na kailangan nila upang mabuhay at umunlad.
Tumawag: 1-877-330-6366 (24/7)
Website: <https://www.translifeline.org/>

1 Tomboy, Bakla, Bisexual, Transgender, Queer o Nagtatanong, at Dalawang Diwa. Kinikilala ng plus ang mga pagkakakilanlan na hindi malinaw na nakalista.

Proteksyon para sa Mga Tao sa “Care Reporting Line” o Linya ng Pag-uulat ng Pangangalaga

Tumawag upang iulat ang pang-aabuso sa isang may sapat na gulang na tumatanggap ng mga serbisyo sa pangangalaga o suporta mula sa mga nagbibigay ng serbisyo na pinondohan ng publiko tulad ng mga ospital, mga tuluyan ng mga nakatatanda, mga bahay ng pag-aalaga, mga pasilidad sa kalusugang pangkaisipan, mga kanlungan, bahay ng pangkat, addictions treatment centres, o iba pang lugar para sa suportadong pamumuhay.
Phone: 1-888-357-9339

Health Helplines

Helplines para sa Kalusugan

Alberta Health Link

Libreng payo na nauugnay sa kalusugan at pangkalahatang impormasyon sa kalusugan na ibibigay ng isang nars.

Telepono: 811 (24 na oras)

Mga website:

<https://myhealth.alberta.ca/>

<https://www.albertahealthservices.ca/assets/healthinfo/link/index.html>

Mental Health Helpline

Kalusugang Pangkaisipan Helpline

Nag-aalok ng tulong para sa mga Albertans na nakakaranas ng mga pag-aalala sa kalusugan ng isip.

Tumawag: 1-877-303-2642 (walang bayad, 24/7)

24-Hour Distress Line

24-Hour na Linya ng Pagkakabalisa

Kumpidensyal, hindi mapanghusga at panandaliang interbensyon sa krisis, suportang pang-emosyonal at mapagkukunan ng mga taong nakakaranas ng krisis sa kalusugan o kaisipan, pagkakabalisa, kasama na ang suporta sa pamilya, mga kaibigan at tagapag-alaga ng mga taong nasa krisis.

Edmonton

Call: **780-482-HELP (4357)** (24/7)

Website: <https://edmonton.cmha.ca/programs-services/distress-line/>

Online crisis chat: <https://edmonton.cmha.ca/online-crisis-chat/>

Calgary

Call: 403-266-HELP (4357) (24/7, 200+ languages)

Hearing impaired: 403-543-1967

Online crisis chat:

<https://www.distresscentre.com/need-help/>

Addiction Helpline

Isang kumpidensyal na serbisyo na nagbibigay ng suporta at referral sa mga serbisyo para sa mga may problema sa alkohol, tabako, iba pang mga gamut, at pagsusugal.

Tumawag: 1-866-332-2322 (walang bayad, 24/7)

Help is available, alberta.ca/violence-against-women.aspx

©2020 Government of Alberta | Published: May 2020 |

