



# ਹਿੰਸਾ ਨੂੰ ਰੋਕਣਾ

ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਅਤੇ ਬਹੁਸਭਿਆਚਾਰਕ ਮਦਦ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ



ਉਨ੍ਹਾਂ ਔਰਤਾਂ ਲਈ ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਅਤੇ ਮਦਦ ਦੀਆਂ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਜਿਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਸੰਬੰਧਾਂ ਵਿਚ ਬੁਰੇ ਵਰਤਾਉ, ਧਮਕੀਆਂ, ਹਿੰਸਾ, ਕਾਮੁਕ ਹਮਲੇ ਜਾਂ ਬਚਪਨ ਦੇ ਸਦਮੇ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰਨਾ ਪੈ ਰਿਹਾ ਹੈ।

ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ ਵਿਚ ਇਹ ਸ਼ਾਮਲ ਹਨ:

## ਮਦਦ ਦੀਆਂ ਸੇਵਾਵਾਂ

- ਤੁਹਾਡੇ ਹੱਕਾਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ
- ਵਸੀਲਿਆਂ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਕਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ
- ਫਾਰਮ ਭਰਨ ਵਿਚ ਮਦਦ

## ਸਲਾਹ-ਮਸ਼ਵਰੇ ਦੀ ਮਦਦ

- ਹਿਮਾਇਤ (ਐਡਵੋਕੇਸੀ)
- ਸੇਫਟੀ ਦੀ ਵਿਉਂਤਬੰਦੀ
- ਸੰਕਟ ਵਿਚ ਦਖਲਅੰਦਾਜ਼ੀ
- ਗਰੁੱਪ ਸਹਾਇਤਾ

ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਇਨ੍ਹਾਂ ਜ਼ਬਾਨਾਂ ਵਿਚ ਦਿੱਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ:  
ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ, ਕੈਂਟੋਨੀਜ਼, ਮੈਂਡਾਰਿਨ, ਪੰਜਾਬੀ ਅਤੇ ਹਿੰਦੀ

ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਹਾਇਤਾ ਦੀ ਲੋੜ ਹੈ ਤਾਂ ਅਸੀਂ ਮਦਦ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਾਂ!  
604-254-9626 'ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਕਿਸੇ ਵਰਕਰ ਨਾਲ ਗੱਲ ਕਰੋ  
ਸੋਮਵਾਰ ਤੋਂ ਸ਼ੁਕਰਵਾਰ, ਸਵੇਰ ਦੇ 9 ਵਜੇ ਤੋਂ ਬਾਅਦ ਦੁਪਹਿਰ 5 ਵਜੇ ਤੱਕ  
1720 ਗਰਾਂਟ ਸਟਰੀਟ, ਵੈਨਕੂਵਰ ਬੀ ਸੀ | [www.mosaicbc.com](http://www.mosaicbc.com)

ਪ੍ਰੋਗਰਾਮ ਨੂੰ ਫੰਡ ਦੇਣ ਵਾਲੇ:

