

MAHALAGANG PAALALA

KUNG IKAW AY INAABUSO...

Nandito ka ba dahil may nambubugbog sa iyo o binantaan ka ng iyong asawa, katipan, kasuyo, kamag-anak o kakilala? Ikaw ba ay ginahasa ng isa mong kakilala?

Habang binabasa mo ito, nakakaramdam ka ba ng pagkalito, takot, lungkot, galit o kakahiyaan?

Hindi ka nag-lisa! Ang nangyari sa iyo ay nangyari rin sa marami. Ang pambubugbog ay di nawawala ng basta-basta. Habang tumatagal ito, laho itong lumalala. **May mga taong maaaring makatulong sa iyo.**

Kung gusto mong may maka-usap tungkol sa iyong suliranin, o nangangailangan ka ng isang ligtas na tirahan at kung kailangan mo ng payo ng isang manananggol, tawagan kaagad-agad ang mga ahensiyang nakalista sa likod ng papel na ito.

HABANG IKAW AY NASA KLINIKA...

- Pag-isipang mabuti kung walang panganib pagumuwi ka sa bahay mo. Kung mapanganib, tawagan ang isang ahensiya na nakalista sa likod ng papel na ito, o makitira ka muna sa isang kamag-anak o kaibigan.
- Binigyan ka ng tagubilin kung papaano pangangalagaan ang iyong mga kapansanan at uminon ka na ng gamot. Kung binigyan ka ng "trankilayser," makakatulong ito para ka makapagpahinga nguni't hindi ito makakalutas ng suliranin mo sa pambubugbog.
- Ang pambubugbog ay isang krimen. Mayroon kang karapatan laban dito sangayon sa batas. Kinakailangan mong tumawag ng pulis upang matutungan ka. (Tingnan ang mga impormasyon sa likod ng papel na ito). Maaari ka ring kumuha ng utos mula sa hukuman upang pagbawalan ang iyong asawa/kasuyo sa pagkikipag-alam sa iyo sa anumang paraan (harapan o telepono). Makipag-alam sa lokal na programa laban sa pambubugbog o sa isang manananggol para makakuha ka ng impormasyon na kailangan mo.
- Paki-usapan ang nars o doktor na kunan ng litrato ang iyong mga kapansanan at gawing bahagi ito ng iyong "medical record."

PAGBALIK MO SA BAHAY ...

- Gumawa ka ng planong pang-alis biglaan kung kinakailangan para sa iyo at sa iyong mga anak. Alamin mong mabuti kung saan ka maaaring pumunta at kung papaanong puntahan ang lugar na ito kahit anong oras ng gabi.
- Mag-impake ng isang maliit na maleta para nakahanda na ito kung kailangan mong umalis ng biglaan sa iyong tahanan. Itago o ipakitago sa isang kaibigan.
 - mag-impake ng mga gamit pang-banyo, gamot, susi sa bahay at kotse, mga damit para sa iyo at iyong mga anak. Lagyan rin ito ng mga paboritong laruan ng iyong mga anak.
 - maglaan ng pera at sinsilyo para pantawag sa telepono. Itago rin o ipatago sa isang kaibigan any iyong checkbook o libre-tong pang-bangko.
 - isama ang mga mahahalagang papeles at ulat pang-pinansya, tulad ng social security card, birth certificate, green card, pasaporte, work authorization at iba pang mga papeles pang imigrasyon, voter registration card, medical card at medical record, lisensiyang pang-maneho, resibo sa renta, titulo sa kotse at pruwera ng insurance at iba pa.
- Tandaang mabuti, kung mapanganib ang iyong kalagayan, umalis kaagad dahil wala kang inihandang planong pang-alis biglaan.

ANG PAGTAWAG SA PULIS

MGA SANGGUNANG LOKAL

Police Emergency: 911

Police Dispatch: 553-0123

Woman, INC.: 864-4722

Pag may nanakit sa iyo, o lumabag sa anumang kautusang "civil protection" o "criminal stay away order" para sa iyo, gawin mo ang mga sumusunod:

- 1.** Tawagan mo ang pulis sa 911, kung ito ay isang *emergency*. Sabihin mo sa kanila na ikaw ay nasa panganib at nangangailangan ka kaagad ng tulong. Sabihin mo sa kanila kung may hawak kang kautusan mula sa korte na nagsasabing ang taong gustong manakit sa iyo ay hindi dapat lumapit sa iyo o kaya'y hindi ka niya dapat saktan. Kung ang pulis ay hindi agad makarating, tumawag ka ulit at sabihin mong "ito ay pangalawa ko ng pagtawag." Ilista ang oras at araw ng iyong pagtawag.
- 2.** Pagdating ng pulis, sabihin mo sa kanila ang ginawa ng nanakit sa iyo. Sabihin mo sa pulis ang pananakit na ginawa sa iyo, kung anong mga kapansanan ang iyong natamo at kung paano nilabag ng taong nanakit sa iyo ang kautusan ng korte at kung siya ay gumamit ng anumang sandata. Kung may nilabag na kautusan mula sa korte ang taong nanakit sa iyo, ipakita mo sa pulis ang natatayang kautusan at katibayang ito'y natanggap ng taong nanakit sa iyo (ang dukumentong pinirmahan ng taong nagbigay ng kautusan mula sa korte sa taong gustong manakit sa iyo). Sabihin mo sa pulis na gumawa ng "Report" at ibigay sa iyo ang numero ng "report" na ito.

Ang isang biktima ng krimen ay hindi kinakailangang magbigay ng iba pang mga impormasyon katulad ng kanyang "*immigration status*." Pilitin mong ikaw ay mabigyan ng "*interpreter*" na hindi kabilang sa iyong pamilya. Kung ipipilit ng mga pulis na tanungin ka ukol sa iyong "*immigration status*" hilingin mo na ikaw ay hayaang makipag-usap sa isang abogado ukol sa immigration. Kung ikaw ay may katanungan ukol sa iyong immigration status o kinakailangan mo ng tulong sa paghaharap ng abogado ukol sa immigration, tumawag sa National Domestic Violence Hotline sa telepono bilang 1-800-799-6233 (libre ang tawag). Ang mga interpreters ay handang maglingkod at tumulong 24 oras sa isang araw.
- 3.** Pilitin mong maaresto ng pulis ang taong gustong manakit sa iyo upang magkaroon ka ng pahanong makalipat sa isang ligtas na lugar. Sa karamihang mga estado, kung ang pulis ay may sapat na dahilan upang paniwalaan na may naganap na karahasan, dapat silang gumawa ng aresto. Kung walang ganyang batas sa iyong estado, maaari ka pa ring gumawa ng aresto bilang isang pribadong mamamayan. Sabihin mo sa pulis na kung hindi nila aarestuhin ang taong gustong manakit sa iyo, siya ay maaaring bumalik at muli kang sasaktan. Sa karamihang mga estado, ang isang inaresto ay maaaring mapakawalan makaraan ng ilang oras mula sa kanyang pagkaaresto at pagkakakulong. Gamitin mo ang panahon ng kanyang pagkakakulong sa paglipat sa isang ligtas na lugar.
- 4.** Kailangan mong kumuha ng *civil protection order* kung wala ka pa nito. Sa karamihang mga estado, maaari kang makakuha mula sa pulis ng panandaliang *emergency protection order* hanggang sa ikaw ay makakuha ng kautusan mula sa isang hukon na mas magtatagal. Kung ang *emergency protection order* ay hindi makakuha sa iyong lugar, maaari kang pumunta sa korte upang makakuha ng "*ex parte*" *protection order*. Ang "*ex parte*" *protection order* 1) ay magsasabi sa taong gustong manakit sa iyo na lumayo sa iyo at huwag kang saktan, bantahan o kausapin man 2) sa karamihang mga estado, ay mag-uutos sa taong gustong manakit sa iyo na umalis sa bahay mo at bigyang ka ng panandaliang karapatan bilang tagapag-alaga ng iyong mga anak, at 3) ay madaling makuha sa loob ng isang araw. Hindi kinakailangang mapunta sa korte ang taong gustong manakit sa iyo para makakuha ka ng "*ex parte*" *protection order*.
- 5.** Kung maaresto ang taong gustong manakit sa iyo at madala sa istasyon ng pulis, ito ang malamang na mangyayari: siya ay kaka-suhan ngunit maaaring mapakawalan bago litisin ang kaso. Hilingin mo na hindi siya maaaring lumapit sa iyo bilang kondisyon ng pagpapalaya sa kanya.
- 6.** Kung hindi siya inaresto, tawagan mo kaagad ang *prosecutor* o tagapagtitis ng pulisya, opisina ng sheriff o kaya'y lokal na tanggapan ng domestic violence at humingi ng payo ukol sa paghahabol ng mga reklamo.
- 7.** Laging kunin ang pangalan at numero ng "*badge*" ng pulis. Kung may problema ka laban sa pulis, idereiso mo ang iyong reklamo sa hepe ng pulis o sa kanyang tagapamahala o *supervisor* o kaya ay sa tanggapan lokal na may programa ugnay sa *domestic violence*.