

**المساعدة متاحة. لست بمفردك.**

إذا كنت تتعرضين للتهديد أو الإيذاء أو إساءة المعاملة بأية طريقة، اتصلي فوراً بالشرطة أو بإحدى منظمات الدعم المذكورة على ظهر هذه البطاقة. وربما تستطيع منظمات الدعم هذه مساعدتك إذا كانت لديك مخاوف حيال الترحيل أو فقدان القدرة على الوصول إلى أطفالك.

للمزيد من المعلومات حول العنف الأسري، زوري الموقع الإلكتروني:

<https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada/family-sponsorship/abuse.html>

**Canada**

**في حالة الطوارئ، اتصلي برقم 911**

إذا كنت امرأة تهربين من العنف، ابحتي عن ملجأ للنساء على الموقع الإلكتروني [sheltersafe.ca](http://sheltersafe.ca)

إذا كنت شاباً يحتاج للدعم، يمكنك التحدث إلى مستشارين بدون إعطاء اسمك. اتصل بهاتف مساعدة الأطفال Kids Help Phone على الرقم **1-800-668-6868** أو زر الموقع الإلكتروني [kidshelpphone.ca](http://kidshelpphone.ca)

للحصول على المزيد من الخدمات المجتمعية والاجتماعية والصحية، اتصل برقم **1-1-2** أو زر الموقع الإلكتروني [211.ca](http://211.ca)