

如出现紧急情况，请拨打 9-1-1

如果您是一位躲避暴力侵害的女性，请访问 sheltersafe.ca 查找距离最近的妇女庇护中心。

如果您是一名青少年，需要帮助，您可以匿名与一位顾问谈话咨询。请拨打 Kids Help Phone（儿童救助热线）**1-800-668-6868** 或访问 kidshelpphone.ca。

要了解其他社区服务、社会或健康服务，请拨打 **2-1-1** 或访问 211.ca。

您可以得到帮助。您并非孤立无援。

如果您受到任何形式的威胁、伤害或虐待，请立即联系警方或卡片背面的救援组织寻求帮助。如果您担心被遣返或是无法再见到孩子，这些救援组织也可以帮助您。

要了解更多关于家庭暴力的信息，请访问 <https://www.canada.ca/en/immigration-refugees-citizenship/services/immigrate-canada/family-sponsorship/abuse.html>。

Canada