

# ਤੁਸੀਂ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਲਈ ਜ਼ਿੰਮੇਵਾਰ ਨਹੀਂ ਹੋ।

**ਸੱਚਾਈ:** ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੇ ਨਾਲ ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਹੋ ਰਿਹਾ ਹੈ ਤਾਂ ਇਹ ਕਦੇ ਵੀ ਤੁਹਾਡੀ ਗਲਤੀ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਭਾਵੇਂ ਇਹ ਇੱਕ ਵਾਰ ਹੋਵੇ ਜਾਂ ਅਕਸਰ ਹੋਵੇ, ਦੁਰਵਿਹਾਰ ਨਾ- ਮਨਜ਼ੂਰ ਹੈ।

**ਮੁਫਤ ਮਦਦ ਉਪਲਬਧ ਹੈ:**

- ਐਮਬਰੇਵ ਏਜੰਸੀ ਟੂ ਐਂਡ ਵੋਇਲੈਂਸ (Embrace Agency to End Violence) **(855) 676-8515**
- ਵਿਕਟਿਮ ਸਰਵਿਸਿਜ਼ ਆਫ ਪੀਲ (Victim Services of Peel) **(905) 568-1068**
- **211** ਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ ਜਾਂ ਟੈਕਸਟ ਭੇਜੋ

**[peelregion.ca/BreakTheSilence](https://peelregion.ca/BreakTheSilence)**

ਇਹ ਮੁਹਿੰਮ ਕਮਿਊਨਿਟੀ ਖਾਰਟਨਰਾਂ ਦੇ ਸਹਿਯੋਗ ਨਾਲ ਵਿਕਸਿਤ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ।

