

# ਆਓ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਖਾਤਮਾ ਕਰੀਏ!



੪ ਵਿੱਚੋਂ ੧ ਸਿੱਖ ਔਰਤ

ਅਤੇ



੧੦ ਵਿੱਚੋਂ ੧ ਸਿੱਖ ਮਰਦ

(ਬੱਚਿਆਂ ਤੇ ਵੱਡਿਆਂ ਦੀ ਉਮਰ ਮਿਲਾ ਕੇ)

ਆਪਣੀ ਜਿੰਦਗੀ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਘਰੇਲੂ ਹਿੰਸਾ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹਨ।\*

\*SFC 2017 ਸਰਵੇ

ਕੀ ਤੁਹਾਡੇ ਘਰ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਤੁਹਾਨੂੰ :

- ਧਮਕਾਉਂਦਾ, ਜਲੀਲ ਕਰਦਾ, ਇਖਤਿਆਰ ਵਿੱਚ ਰਖਦਾ ਹੈ ?
- ਸਦਾ ਦੇਸ਼ੀ ਠਹਿਰਾਉਂਦਾ ਹੈ ?
- ਥੱਪੜ, ਮੁੱਕੀਆਂ ਜਾਂ ਧੱਕੇ ਮਾਰਦਾ ਹੈ ?

ਇਹ ਕਿਸੇ ਨਾਲ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਜਾਂ ਕੋਈ ਦੋਸਤ/ਸਹੇਲੀ ਕਿਸੇ ਅਸੁਰੱਖਿਅਤ ਸਥਿਤੀ ਬਾਰੇ ਗੱਲ ਕਰਨਾ ਚੁੰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਅੱਜ ਹੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।

## ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਦੋਸ਼ ਨਹੀਂ।



### ਸਿੱਖ ਫੈਮਲੀ ਸੈਂਟਰ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ

866.SFC.SEWA (732.7392)

ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ. ਹੋਰ ਜਾਣਕਾਰੀ: [sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)

SFC ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ  
**866.SFC.SEWA (732.7392)**  
[sikhfamilycenter.org](http://sikhfamilycenter.org)