

Algunas decisiones que debería tomar libremente



Guardar y disponer de su propio dinero



Ver a parientes y amigos cuando lo desee



Asistir a citas solo/a



Tener acceso fácil a ropa limpia, alimentos y medicamentos

Si le preocupa su propio bienestar o el de una persona mayor o un adulto con discapacidad de su familia, hogar o comunidad, llame al número de ayuda sobre maltrato de ancianos y personas discapacitadas: **NSW Ageing and Disability Abuse Helpline**.

- Hable con un profesional capacitado sobre sus preocupaciones para que le escuchen sin que le juzguen.
- Obtenga información sobre los servicios disponibles que le asistirán o le ayudarán a hacer una denuncia anónima.

Todos tenemos el derecho de vivir sin que nos maltraten

NSW Ageing and Disability Abuse Helpline



1800 628 221
(L-V de 9 a 17 horas)
adc.nsw.gov.au

En caso de emergencia llame al 000 o a Lifeline 13 11 14 para obtener ayuda en una situación de crisis
Servicio Nacional de Retransmisión 1800 555 660 | Texto telefónico 133 677 | Servicios de interpretación 131 450