

# Một số lựa chọn mà quý vị cần được tự do quyết định



Giữ và tiêu tiền của chính mình



Gặp gỡ gia đình và bạn bè khi nào quý vị muốn



Một mình tới cuộc hẹn



Dễ dàng có được quần áo sạch sẽ, thức ăn và thuốc men

Nếu quý vị có điều lo ngại về sự an sinh của chính mình hoặc người lớn tuổi nào đó hoặc người lớn nào bị khuyết tật trong gia đình họ, trong nhà họ và ở cộng đồng, hãy liên lạc **NSW Ageing and Disability Abuse Helpline**.

- Nói chuyện với chuyên viên được huấn luyện về điều quý vị lo ngại và để được lắng nghe mà không bị phán xét.
- Để được thông tin về những dịch vụ sẵn có nào để giúp đỡ hoặc để được hỗ trợ trình báo vụ việc ẩn danh.

Mọi người ai cũng có quyền được sống cuộc sống không bị ngược đãi

NSW Ageing and Disability Abuse Helpline



**1800 628 221**

(Thứ Hai-thứ Sáu, 9 giờ sáng – 5 giờ chiều)  
[adc.nsw.gov.au](http://adc.nsw.gov.au)

Trong trường hợp khẩn cấp, gọi 000 hoặc Đường dây Lifeline 13 11 14 để được hỗ trợ khi khủng hoảng  
Dịch vụ Tiếp âm Toàn quốc số 1800 555 660 | Gọi điện bằng tin nhắn số 133 677 | Dịch vụ Thông dịch số 131 450