

Nyoth 7: Lucië ke lëët thiääk ke thura

Lët thiääk ke thura etë cī thura ee guöp alonjë tō kë ciën alëth cola rom kek koc kōk, tē cī yī tǎŋ lon bī ye rom kek koc kōk, ke kuc raan rēēr thuraken ic. Ku kēn aye cōl 'guur rac'.

Raan tōk nē koc ke thiäärac koc pan Athurelya aacī lētden thiääk ke thura yōk.

Lët thiääk ke thura eyī yōör guöp apēi, ku rēc yī guöp, ku eyī cōl anhiom ku ye riöc. Athëäk nyai tēn yīn, nhom ku jol a guöp ku määthdu kek pamäthku, koc anīnduic ku raan cī wek rōt thiak rēēr ke yī ace bēn piath.

Yīn aci lēu bī yī gök tē rom raandä kek kek koc kōk wälē tǎŋ yīn ku bī thuradu rom ke kác gam. Yīn acīn kē ca wuöc ku anaŋ dhöl lēu ba kek buoth iic te ye kēn rot looi tēn yīn.

'Thura ee guöp alonjë tō kë ciën alëth' ye kǎn nǎ?

Thura ee guöp alonjë tō kë ciën alëth e thura wälē bīdiyo la ic:

- Tē cī raan rōt thuur thīn ke cīn alanh ceŋ (cōk alon cī yen ye thar kum makak/marōt/lubäth/nekthī)
- Raan thīin (tē ye raan tik, raan ce thar kak wälē atōrnyōt)
- Kē looi raan ke cīn raan dai yen (tē cīn raan kōu alath, tē tē tōu raan mathuruai ic, tē læk ran wälē tē guēc koc rōt)
- Tē cīn kōu alanhden ye yen rōök wälē alanh ciēŋ baai, tē ye kek ye ceŋ akutic path.



Luel kē jōör yīin ku yōk kuony

Yīn (wälē raan ca kuany ku bī luui nyiendu) alēu bī akuōtda lēk maktābdan eSafety Mapätic, ku abā athōr thiōŋ wēphthait esafety.gov.au/iba.

Tē cī yīn yen lēk yōk, ka yōk aabi luui kek yīn ku buk them buk thuradun ee guöp alonjë tō kë ciën alëth cī gät ayer wuōny wei. Ku kēn ala kē buk nyuōth raan ku bī kē cī gōt wuōny wei alon thuradun ee guöp alonjë tō kë ciën alëth, wälē tēn raan agēt thuradu ayer.

Akōöl kōk, alēu buk raan cī gēt ayer kuum, wälē raan cīi tǎŋ ku bīi gät ayer, thuradun ee guöp alonjë tō kë ciën alëth, tēn e yen wīc bī ok yīn kony thīn. Kǎäk lēu bī kek looi aala iic lēk bī raan kaŋ lēk, bī raan lēk löōŋ cī dhoŋ kōu ku alēu bī yen kuum wälē bī yen kuum löōŋ baai lukic.

Ku buk naŋ kē loiku, alēu bī ya raan rēēr Athurelya. Ku wētdē ic:

- Yīn aciēŋ Athurelya; wälē
- Ka raan cī gēt ayer wälē tēēŋ lon bī yen thuradun ee guöp alonjë tō kë ciën alëth gät ayer a rēēr Athurelya; wälē
- Thura puōth ee guöp alonjë tō kë ciën alëth wälē bīdiyo aaye kek looi Athurelya.

Apuolic ku ba wët luel/guel

Lor esafety.gov.au/iba ku tuany kë cī gōt 'guel' apääm cök piny.

Athör bī yin kädänj lëk yo thīn aba lëk ok:

- Kë wic bī yin kony thīn – cīmēn, thurat cī kek tääu wēphait köu wälē riēc cī luōi yin ca yök ku bī yin ke thura gät ayer.
- Ye loi kadē, ku buk kony alonj kuony wic tē ye yök yī guöp.
- Tēdē ka yī ela ruōn 18 dhuk piny wār thuur thura wälē bīdiyo ku lo run kädē yemēn thiin.
- Tēye thura/t wälē bīdiyo yök thīn yonlain köu – kek wël juēc wic kek thīn.
- Yenō cī rot looi – këne e yök kony ku buk cath lon le yen kāk kök rec löu bī yök yin kony thīn ku ba tiaam; cīmēn, tē le yen dhöl ye kōc rōt tiit alonj yaan baai wälē anin cī täu piny.
- Cök alonj njic yin raan le kë cī wuōc, cök alonj peth yen tēn yin ku buk cōl (ku kēn akuōt da kony ku buk njic lon löu bī yök raan kuum rin kë cī wuōc).
- Ye kuony yindē yen wic tēn yök – tēdā buk yī kony buk thura nyai, tēdā kayī wic yök buk raan cī kēn looi dhiel dōm bī tetic, wälē kek kedhie.
- Ku naa cī bolīth rot mat thīn (ka löu buk kek cōl ku buk kek thiēc lon le yen kēn ye nyuōth lon tōu luōndu ke yo kīc guo la tuej buk thura nyai).

Tē cī yin ye luel tēn yök, ka yök aabī luui thin nyinic – tēcīt tēn niēn 1 le nīn kē 2 ye kōc ke luui.

Ku naa cī thurat kun ee guöp alonj tō kë cīēn alēth tääu nē thocol midiya köu, ka löu ba luel tēn akut muk thocol midiya kēn – ku e yen dhöl löu bī yin thurat lac bēi media awēn köu. Kääk juēc lui thocol midiya aala tē ye kuony yök thīn wälē tē kë cī kuōc gōt gany thīn, ku tēn kāk cī gōt pēēn bīk cī la ayer, ku aala iic lēt thiääk ke thura.

Yin alēu ba wël juēc/thōn gāk kök yök (thōj Dīnjlīth) wēphait da köu tēcīt tē löu bī yin kāk yī yök thocol midiya ic gany thīn: esafety.gov.au/image-based-abuse/action/remove-images-video-report-to-social-media-service-website/how-to-report-to-popular-sites.

Yöp/yök kuony

Muknhom! Lēt ye kōc läät nē biäkde tēknoloji ic acī PATH ku ace awäcdu. Kuony atōu, ku yin acī löu ba kēn gum yitök rot.

Tē nōj yin riōc, ka yī cōl bolīth ku kuat kāk awēn kōc lac kony tē cōl yin **pinyic arak diäk (000)** nyinic.

Ku naa cī jam thōj Dīnjlīth

Cōl pinyic Arak Diäk (000) ajōtwēldun baai ku thiēc 'Bolīth', 'Kōc mac yor' wälē 'Thurumbil kōc tuany jōt'. Ku naa ce kë wic kuony nyinic, cōl wälē nem maktām bolīth thiäk kek yin.

Ku naa ce kë wic kuony nyinic, cōl wälē nem maktām bolīth thiäk kek yin.

Tēn kë wic kuony dīt, cōl **1800RESPECT** ajōtwēl path wälē wēēth tē loc yen rōt löu:

1800 737 732

1800respect.org.au

1800RESPECT e kuony gam thää-24, kuony läu ku aguiēr puōth cīn raan dēt löu be njic, jīēm nhom ku kuony tēn kuat lēt, la iic lēt anin ku kāk guēc loi thook. Kek aalēu bīk yī nuēt kek kuat kē kök lui tē rēēr yin thīn. Lor 1800respect.org.au/languages ku ba wël juēc/thōn gāk njic thīn, wēēt ku bīdiyo cī kek looi thok kök.

Lifeline(nimira de kuony)**13 11 14**lifeline.org.au

Lifeline e kuony gam thää 24/7 kuony alon riääk ku kën koc kony bi raan rot ci näk t'en koc wic kuony nyinic.

Kuony Lifeline thää 24 alëu bi kony kek:

- Tëktëk alon nääk rot wälë dhöl ye raan keye them
- Käk raan jöör
- Yaan/lëët ku dhiën puöu
- Tëcüt të lëu bi raan rot kuony thin t'en pamähku ku jol a anindu ic

Të ce yin jam në thon Dirlith ku yin awic raan koc waar thook, ka yi buoth kaka cök:

1. Cöl akutnhom koc waar thook cöl Translating ku Interpreter Service (TIS) 131 450
2. Thiëc ku ba jam kek Lifeline të cöl yin 13 11 14 në thuoñdu ic.
3. TIS abi nimira Lifeline cöl ku bi war thok.
4. Lor tueñ ke yi jam/nyin buro kek koc waar thook alon Lifeline ku TIS.

Wëu ye ajtwël baai nyai aa kek wëu ye TIS nyai të ci yi kek cöl. Të cööt yin ajtwël ee muk ka wëu juëc aabi nyai t'en yin.

Lor tisnational.gov.au ku ba wël juëc yök.

Beyondblue**1300 22 4636**beyondblue.org.au/get-support/get-immediate-support

Beyondblue e kuony gam thää 24/7, kuony cin wëu ye thiëc thin ku wël cin yen raan lëu bi kek njic t'en akim ci kuen tuentyueny nom. Aalëu bik yin kony bik njic të le yin dier walë riöoc, kua tueny-tueny lëu bi kek dem.

Ku naa wic bi yin kony thon Dirlith, ka yin alëu ba raan koc waar thook yök alon akuötnhom thok waaric (TIS National) alon tisnational.gov.au

Beyondblue e kuony gam alon wël ku kuony alon tueny nom thok kök ic. Nem beyondblue.org.au/who-does-it-affect/multicultural-people/translated-mental-health-resources.

Yöp kuony

Ku naa ye lëët thura aban anin wälë yaan baai, ke pial guöp yen kon ya tueñ.

Jam kek 1800RESPECT, bolith wälë koc luök, ku na aguiër tiët ke yi kic guo thiëc bi thura ee guöp alonjë tö kë ciën alëth bëi bei.

Ku na ci yi läät thura, ka löön loi thook aalëu bi ke gam thin, tëcüt të ye pan rëer yin thin walë akeu luël thin. Bëny luk alëu bi lëk kädët lëu ba looi.

Alëu ba tääu yi nom ba la bolith thok ku ba la luël/guël. Të ye yin ye yök ciët yi ci guöp puol, ka yi thiëc kuony bi yi tit tëcüt t'en löñ tiët ku bi tiit t'en raan yi lat alon:

- Eyï riääc bi thuradun rac wälë bëdiyo rom kek koc kök
- Bën t'en yin
- Cöl yiin
- Eyï buoth cök të le yin thin ku këye looi.

Kuutic käk kedän nyuöth

Dömdöm röl raan yi lat ku töu käk ye nyuöth keye thura aalëu bik yi kony bi nyuöth lon ci raan yi lat. Kä cit kä ye kän nyuöth anonjiic:

- Käk ca thuur ajtwël nyin
- Töou röt ci kek tuoc yin jop iic
- Cier käk ci kek göt imel ku thocol midiya ayer.
- Käk ci röt looi ku aaci kek gät piny akaaon ic në athöric ku warëñ ci gät bic.

Tëcüt të lëu bi käk kän nyuöth alëu ba yök (Thon Dirlith) alon wëpthatit esafety.gov.au/women/take-control/esafety-planning/collecting-evidence.