

# Personal na kaligtasan

Ang personal na karahasan ay hindi lahat naiulat sa pulisya kung saan pinupuntirya ng mga gumagawa ng krimen ang mga taong sa tingin nila ay madaling mabiktima at mas malamang na hindi manlaban.



Kung may kasalukuyang krimen na nangyayari, tawagan ang Tripleng Zero (000).

Kung hindi naman, isaisip ang Policelink 131 444

o mag-report online

o sa pamamagitan ng Policelink app.

Hanapin kami sa

[www.police.qld.gov.au](http://www.police.qld.gov.au)

Para sa mga balita at mga abiso mag-sign up (sumali) sa [myPolice.qld.gov.au](http://myPolice.qld.gov.au)

 /queenslandpolice

 @qldpolice

 @qldpolice

## Kapag lumalabas

May ilang bagay na maaari mong gawin upang magmukha kang may kompiyansa sa iyong kapaligiran:

- Laging magpakita ng malakas at positibong kilos ng katawan upang magmukhang may tiwala ka sa iyong sarili.
- Magkaroon ng kamalayan sa iyong kapaligiran at maging alerto sa mga nangyayari sa iyong paligid.
- Makinig, magtiwala, at sundin ang iyong mga kutob at kung nararamdaman mong may panganib mula sa isang tao, isang bagay o isang lugar, agad na lisanin ang ganitong sitwasyon.
- Alisin ang mga headphone o huwag gamitin ang iyong mobile phone habang naglalakad o tumatawid sa kalsada - binabawasan ng mga ganitong gambala ang iyong kamalayan sa mga nangyayari sa iyong paligid at maaari kang mas mabiktima ng posibleng gagawa ng krimen.
- Hangga't posible, lumakad sa mga lugar na may sapat na liwanag at humarap sa paparating na trapiko.
- Tiyakin na ipinaalam mo sa isang tao kung saan ka pupunta at ang tinatayang oras ng iyong pagbalik.

## Kung ang iyong kaligtasan ay nanganganib

- Gawin mo kung ano sa tingin mo ang pinakamabuti para sa iyong kaligtasan na kinabibilangan ng pagtakbo papalayo, pagsigaw o paghingi ng tulong, o kalmadong pakikipag-usap sa taong nagkasala. Gamitin lagi ang pisikal na pagtatanggol bilang huling paraan.
- Kung may nagbabanta sa iyo at sinusubukang nakawin ang iyong mga ari-arian, ang pinakaligtas na opsiyon ay ang pagpapaubaya ng mga ito, huwag makipaglaban. Sa halip, tandaan ang hitsura ng taong gumawa ng kasalanan at agad na i-report ang insidente sa pulisya.

## Laging tandaan

Kung ikaw ay biktima ng anumang anyo ng pag-atake o karahasan, laging i-report ito sa pulisya sa lalong madaling panahon.

Kung may napapansin kang kahina-hinala o nagbabantang pag-uugali, kaagad makipag-ugnayan sa pulisya at kung ligtas na gawin ito, sagutin ang mga tawag para sa tulong.

