



Llywodraeth Cymru
Welsh Government



Live Fear Free Helpline Llinell Gymorth
Byw Heb Ofn

0808 80 10 800

ffôn • tecst • sgwrsio byw • ebost
call • text • live chat • email

ਘਰ ਅਜਿਹੀ ਜਗ੍ਹਾ ਨਹੀਂ ਹੋਣੀ ਚਾਹੀਦੀ, ਜਿੱਥੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਡਰ ਲੱਗੇ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡਾ ਕੋਈ ਜਾਣਕਾਰ ਹਿੰਸਾ ਜਾਂ ਬਦਸਲੂਕੀ ਨਾਲ ਜੂਝ ਰਿਹਾ ਹੈ, ਤਾਂ
24/7 ਸਹਾਇਤਾ ਉਪਲੱਬਧ ਹੈ।



ਸਾਡੇ ਨਾਲ ਗੁਪਤ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਚੈਟ ਕਰੋ



0808 80 10 800



info@livefearfreehelpline.wales



ਟੈਕਸਟ ਮੈਸੇਜ ਭੇਜੋ 07860 077333



ਲਾਈਵ ਚੈਟ gov.wales/livefearfree

#LiveFearFree