

Magsalita

Mahalaga na magsalita.
Maaari itong gumawa
ng kaibahan.

at magsagawa ng reklamo

May mga karapatan ka!

Palaging okey na magsalita kung
sinasaktan ka o kung hindi ka masaya
sa paraan ng pagtrato sa iyo.

1 Maghanap ng suporta

Ang isang taong pinagkakatiwalaan
mo, kagaya ng magulang, kaibigan,
tagapag-alaga, guro o coach ay
maaaring makatulong sa iyo na
magsagawa ng reklamo.



2 Sabihin sa taong sumusuporta sa iyo



- Kung bakit hindi ka masaya.
- Ano ang naging pakiramdam mo
sa problema.
- Ano ang tutulong upang malutas ito.

Magsagawa sa iyong reklamo

Gawin ang makakaya mo. Maaari ka
ring magtanong:

- Ano ang mangyayari sa susunod?
- Sino ang babalik sa
pagkontak sa akin at
ang taong susuporta
sa akin?
- Gaano katagal ito?



Maaari mong kontakin:

Kids Helpline
1800 55 1800
kidshelpline.com.au

Ang mga taong nasa hustong
gulang ay dapat makinig
palagi, sumagot sa iyong
mga tanong at tratuhin ka
nang may paggalang.

