Ikaw ba ay nakaligtas sa karahasan sa tahanan na naghahanap ng ligtas at abot-kayang pabahay o nag-aalalang mawala ang iyong tinitirhan?

Maaaring mahirap maghanap at magpanatili ng ligtas at abot-kayang pabahay, lalo na kapag umaalis sa isang hindi ligtas na sitwasyon. Nasa ibaba ang mga sanggunian na makakatulong sa iyong makahanap, makapagpanatili, at mabayaran ang tirahan sa iyong komunidad.

Nakakaranas o nakaranas ka na ba ng karahasan sa tahanan?
Kumuha ng suporta ngayon, kabilang ang impormasyon tungkol sa emergency shelter (pang-emerhensyang matutuluyan), sa pamamagitan ng pagtawag sa National Domestic Violence Hotline sa **1-800-799-SAFE (7233)** o sa pamamagitan ng pag-access sa **provider search tool** ng hotline

Kailangan mo ba ng tulong sa paghahanap o pagbabayad para sa pabahay sa iyong komunidad?

- **Pangkalahatang Pananaw Hinggil sa Tulong sa Pabahay:** Mga tool mula sa U.S. Department of Housing and Urban Development (Kagawaran ng Estados Unidos para sa Pabahay at Pagpapaunlad sa Kalunsuran) para makahanap ng pabahay at mga mapagkukunan na makakatulong sa pagbabayad ng upa o bumili ng tirahan, kabilang ang **interaktibong mapa** ng mga opsyon sa pabahay sa iyong lugar.
- **Mga Programang Tulong sa Upa:** Tool sa pananaliksik ayon sa estado, teritoryo, o Tribo/pantribong lupain para sa mga programang nagbibigay ng pera para sagutin ang upa at mga utilidad.
- **Tulong sa Pabahay sa mga Rural na Lugar:** Mga mapagkukunan kabilang ang tulong sa upa, pagbili, pag-renovate, o pagkumpuni sa iyong tirahan kung nakatira ka sa rural na lugar, kabilang ang link sa isang **interaktibong mapa** upang makahanap ng abot-kayang paupahang pabahay na pangmaraming pamilya.

Kailangan mo ba ng tulong sa pagbabayad sa mga gastusin ng sambahayan?

- **Mga Opsyon sa Tulong Pinansyal sa Pagpapaalaga sa Anak:** Impormasyon tungkol sa mga programa upang makatulong sa pagsagot sa mga gastos sa pagpapaalaga sa anak at maagang yugto ng edukasyon.
- **Pansamantalang Tulong para sa mga Nangangailangang Pamilya:** Interaktibong mapa para makahanap ng programa sa iyong lugar na naghahandog ng tulong na pera at mga oportunidad sa trabaho para sa mga pamilyang may mga anak na wala pang 18 taong gulang.
- **Tagahanap ng Food Bank:** Tool sa pananaliksik at interaktibong mapa upang makahanap ng food bank na malapit sa iyo at para mag-apply para sa mga benepisyo sa pagkain at nutrisyon tulad ng SNAP at WIC.
- **Programang Tulong sa Enerhiya sa Tahanan para sa may Mababang Kita:** Tool sa pananaliksik ayon sa estado, teritoryo, o Tribo para sa pinansyal na tulong sa mga bayarin sa kuryente, krisis sa enerhiya, weatherization (pagprotekta sa tahanan sa mga elemento ng panahon), at maliliit na pagkukumpuni na nauugnay sa enerhiya.
- **Maghanap ng Lokal na Tulong sa mga Gastusin ng Sambahayan:** Tool sa pananaliksik at interaktibong mapa upang makahanap ng lokal na pinapatakbong organisasyon na malapit sa iyo na maaaring makatulong sa pagkonekta sa iyo sa libre o murang pagkain, preschool, pabahay, at marami pa.

Nakakaranas ka ba ng stigma, diskriminasyon, o sekswal na panghaharas kaugnay ng pabahay?

- **Mga Karapatan sa Pabahay bilang Nakaligtas sa Karahasan sa Tahanan:** Impormasyon tungkol sa mga proteksyon at karapatan sa pabahay na mayroon ka sa ilalim ng Violence Against Women Act (VAWA, Batas sa Karahasan Laban sa Kababaihan) kapag nag-a-apply para sa o nakatira sa unit o programang may subsidyo o tinutulungan ng HUD.
- **I-report ang Diskriminasyon sa Pabahay:** Link para magsampa ng reklamo sa HUD kung nag-a-apply ka para sa o nakatira sa isang unit o programang may subsidyo o tinutulungan ng HUD at naniniwala kang nilabag ang iyong mga karapatan sa ilalim ng VAWA. Maaari ka ring tumawag sa 1-800-669-9777 para makipag-usap sa isang Intake Specialist (Tagapanayam sa Aplikante) ng HUD. Para sa iba pang mga tanong tungkol sa diskriminasyon sa pabahay, pumunta sa: **hud.gov/fairhousing**.
- **Mga Legal na Proteksyon para sa mga Imigrante at Refugee:** Impormasyon tungkol sa mga batas na nagbibigay ng proteksyon sa pabahay at iba pang mga karapatan upang maiwasan ang diskriminasyon batay sa katayuang pang-imigrasyon, katayuan ng refugee, bansang pinagmulan, at relihiyon.
- **Sekswal na Panghaharas sa Pabahay:** Impormasyon tungkol sa iyong mga karapatan at ang maaaring mong gawin kung ikaw ay sekswal na hinaharas sa kapaligiran na iyong tinitirhan. Maaari mo ring i-report ang sekswal na panghaharas sa pabahay sa Sexual Harassment in Housing Initiative (Sekswal na Panghaharas sa Inisyatiba sa Pabahay) ng U.S. Department of Justice (Kagawaran ng Hustisya ng Estados Unidos) **online** o sa pamamagitan ng pagtawag sa 1-844-380-6178.

Kailangan mo ba ng tulong na legal upang maiwasan ang mapaalis ng tirahan?

- **Tulong sa Mapandiskriminang Pagpapaalis ng Tirahan:** Impormasyon at mga susunod na hakbang kung nahaharap ka sa hindi patas na pagpapaalis ng tirahan batay sa ilang pang-indibidwal na katangian tulad ng lahi, relihiyon, o kapansanan, kabilang ang link sa isang **interaktibong mapa** para makahanap ng mga lokal na organisasyon na makakatulong sa i yong makipag-usap sa mga tagapagkaloob ng pabahay, imbestigahan ang diskriminasyon, at magbigay ng tulong.
- **Mga Proteksyon sa Pagpapaalis ng Tirahan sa Ilalim ng VAWA:** Impormasyon at mga sagot sa mga karaniwang tanong tungkol sa iyong mga karapatan sa ilalim ng VAWA kaugnay ng pagpapaalis ng tirahan.
- **Ano ang Gagawin kung Nahaharap sa Pagpapaalis ng Tirahan:** Impormasyon sa kung ano ang maaari mong gawin kung nahuhuli ka sa pagbabayad ng upa o nakatanggap ng paghingi ng kabayaran, paunawa ng pagpapaalis ng tirahan, o kasong isinampa hinggil sa pagpapaalis ng tirahan kabilangang link para **makipag-ugnayan sa iyong lokal na bar association (asosasyon ng mga abogado) o tanggapan ng legal aid (tulong na pambatas)** para makipag-usap sa isang abogado.

Binuo ang gabay na sangguniang ito ng Administration for Children and Families (ACF, Pangasiwaan para sa mga Bata at Pamilya). Nakatuon ang ACF sa pagsuporta sa kagalingang pang-ekonomiya at panlipunan ng mga bata at pamilya. Layunin ng mga programa ng ACF ang bigyan ng kapangyarihan ang mga pamilya, suportahan ang pag-unlad ng mga bata, at hikayatin ang malalakas at malulusog na komunidad.