



An toàn và trợ giúp

Đôi khi, cách nhanh nhất để có được thông tin hoặc sự trợ giúp bạn cần là gọi điện cho ai đó.

Từ chối trách nhiệm: Một số đường dẫn trên trang mạng này sẽ đưa bạn đến các trang mạng chỉ có tiếng Anh.

Trên trang này

- [Hỗ trợ thiên tai](#)
- [An toàn](#)
- [Hỗ trợ sức khỏe tâm thần](#)
- [Trợ giúp về vấn đề nghiện ngập, tiền bạc hoặc pháp lý](#)

Hỗ trợ thiên tai

Để được trợ giúp trong trường hợp khẩn cấp hoặc thảm họa:

[Truy cập Recovery Connect](#)

Để biết thông tin về các Khu vực Chính quyền Địa phương được tuyên bố đã gặp thiên tai và cách nộp đơn xin tiền hỗ trợ khắc phục hậu quả thiên tai:

[Truy cập Disaster Assist](#)

Để biết thông tin về tiền hỗ trợ khắc phục hậu quả thiên tai và trợ giúp cho những người bị ảnh hưởng trực tiếp của cháy rừng, lũ lụt hoặc các thiên tai khác:

[Truy cập Services Australia](#)

Tìm các dịch vụ và hỗ trợ khắc phục thảm họa trong khu vực của bạn:

[Truy cập Cơ quan Hỗ trợ Phục hồi Toàn quốc \(National Recovery and Resilience Agency\)](#)



An toàn

1800RESPECT

Nếu bạn đang bị hoặc có nguy cơ bị bạo hành gia đình, bạo hành ở nhà, hoặc bạo hành tình dục, vui lòng gọi 1800 737 732 hoặc truy cập [1800RESPECT](#).

Ứng dụng [Sunny App](#) cũng sẵn sàng hỗ trợ người khuyết tật nhận biết bạo hành và ngược đãi, hiểu rõ quyền của họ và hành động để bảo vệ sự an toàn của họ.

Ủy ban Chất lượng và Bảo hộ NDIS (NDIS Quality and Safeguards Commission)

Nếu bạn có lo ngại hoặc khiếu nại về NDIS, hãy gọi 1800 035 544

[Truy cập trang mạng của Ủy ban Chất lượng và Bảo hộ NDIS \(NDIS Quality and Safeguards Commission\)](#)

Ủy viên An toàn Điện tử (eSafety Commissioner)

Tìm thông tin mới nhất để giúp bạn quản lý các vấn đề an toàn trực tuyến bao gồm ngược đãi và bạo lực

[Truy cập trang mạng của Ủy viên An toàn Điện tử \(eSafety Commissioner\)](#)

WWDA – Trang mạng Our Site

Trang Phụ nữ Khuyết tật Úc (WWDA) này có thông tin về bạo hành đối với phụ nữ là gì và cách nhận trợ giúp nếu bạn cần

[Truy cập trang mạng Our Site](#)

Hỗ trợ Lực lượng Lao động Khuyết tật



Giúp các chuyên gia y tế và nhân viên hỗ trợ người khuyết tật đáp ứng hiệu quả cho người khuyết tật đã từng bị tấn công tình dục

[Truy cập Laurel House - Hỗ trợ Lực lượng Lao động Khuyết tật](#)

Đường dây Nóng Quốc gia về Ngược đãi và Bỏ bê Người khuyết tật (The National Disability Abuse and Neglect Hotline)

Đường dây Nóng Quốc gia về Ngược đãi và Bỏ bê Người khuyết tật (The National Disability Abuse and Neglect Hotline) (Đường dây nóng), là một dịch vụ miễn phí, độc lập và bí mật để xử lý và báo cáo tình trạng ngược đãi và bỏ bê người khuyết tật.

[Gọi tới Đường dây nóng 1800 880 052 hoặc truy cập trang mạng của Đường dây nóng để biết thêm thông tin](#)

Nếu bạn muốn được trợ giúp để có được thông tin về người khuyết tật bằng các ngôn ngữ khác:

Truy cập Thông tin Đa ngôn ngữ (Multilingual Information Access - MiAccess)

MiAccess có thể hỗ trợ xin tham gia NDIS cho những người có ngôn ngữ mẹ đẻ không phải là tiếng Anh

[Truy cập MiAccess để biết thêm thông tin](#)

Hỗ trợ sức khỏe tâm thần

Nếu bạn đang gặp khủng hoảng, lo lắng hoặc chán nản và muốn nói chuyện với ai đó:

Lifeline

Gọi 13 11 14 (cho bất kỳ ai)



[Truy cập trang mạng Lifeline](#)

Beyond Blue

Gọi 1300 224 636 (cho bất kỳ ai)

[Truy cập trang mạng Beyond Blue](#)

Dịch vụ Gọi Lại Ngăn chặn Tự tử (Suicide Call Back Service)

Gọi 1300 659 467 (cho bất kỳ ai)

[Truy cập trang mạng Dịch vụ Gọi Lại Ngăn chặn Tự tử \(Suicide Call Back Service\)](#)

Kids Helpline

Gọi 1800 55 1800 (dành cho người từ 5 đến 25 tuổi)

[Truy cập trang mạng Kids Helpline](#)

Mensline Australia

Gọi 1300 789 978 (cho nam giới)

[Truy cập trang mạng Mensline Australia](#)

Blue Knot Foundation

Gọi 1800 421 468 để nói chuyện với tư vấn viên về chấn thương hoặc để được hỗ trợ nộp đơn liên quan đến việc bồi thường trên toàn quốc

[Truy cập trang mạng của Blue Knot Foundation](#)

Tư vấn cho Cựu chiến binh và Gia đình



Gọi 1800 011 046 (cho cựu chiến binh)

[Truy cập trang mạng của Bộ Cựu chiến binh](#)

SANE Australia

SANE cung cấp hỗ trợ sức khỏe tâm thần liên tục cho những người trên 18 tuổi có sức khỏe tâm thần phức tạp, gia đình và người chăm sóc họ, cộng đồng người tự kỷ và những người khuyết tật trí tuệ đang tìm kiếm hỗ trợ về sức khỏe tâm thần.

[Gọi 1800 187 263 hoặc truy cập trang mạng SANE Australia để được hỗ trợ](#)

13YARN

13YARN là một dịch vụ quốc gia dành cho Người Thổ dân và Cư dân đảo Torres Strait đang gặp khủng hoảng. Họ cung cấp cơ hội tư vấn và hỗ trợ có tính bảo mật một với một qua điện thoại với một Nhân viên Hỗ trợ Khủng hoảng cho Người Thổ dân và Cư dân đảo Torres Strait của Lifeline, những người được đào tạo để giúp những người đang cảm thấy choáng ngợp hoặc gặp khó khăn trong việc đối phó.

Gọi 13YARN (13 92 76)

[Truy cập trang mạng 13YARN để biết thêm thông tin](#)

Nếu bạn đang đau buồn:

Griefline

Gọi 1300 845 745

[Truy cập trang mạng Griefline](#)



Nếu bạn cần chăm sóc sức khỏe tâm thần khẩn cấp:

Lãnh thổ Thủ đô Úc

Gọi Dịch vụ Tiếp nhận Sức khỏe Tâm thần (Mental Health Triage Service) theo số 1800 629 354

New South Wales

Gọi Đường dây Sức khỏe Tâm thần (Mental Health Line) 1800 011 511

Lãnh thổ Bắc Úc

Gọi Dịch vụ Tiếp nhận và Thẩm định Khủng hoảng qua Điện thoại theo số 1800 682 288

Queensland

Gọi dịch vụ chăm sóc sức khỏe tâm thần 24 giờ theo số 1300 642 255

Nam Úc

Gọi Dịch vụ Tiếp nhận Sức khỏe Tâm thần (Mental Health Triage Service) theo số 13 14 65

Tasmania

Gọi Đường dây Trợ giúp Dịch vụ Sức khỏe Tâm thần (Mental Health Services Helpline) theo số 1800 332 388

Victoria

Truy cập trang mạng Dịch vụ Sức khỏe Tâm thần để chọn dịch vụ cho khu vực của bạn

Tây Úc

Gọi Đường dây Ứng phó Khẩn cấp về Sức khỏe Tâm thần theo số 1800 676 822



Nếu bạn cần chăm sóc thể tạm khẩn cấp:

Carer Gateway

Gọi 1800 422 737 (dành cho người chăm sóc)

[Truy cập trang mạng Carer Gateway](#)

Cơ quan Đánh giá Chăm sóc Tại nhà cho Cựu chiến binh

Gọi 1300 550 450 (dành cho cựu chiến binh)

[Truy cập trang mạng của Cơ quan Đánh giá Chăm sóc Tại nhà cho Cựu chiến binh](#)

Trợ giúp về vấn đề nghiện ngập, tiền bạc hoặc pháp lý

Directline

Nếu bạn muốn được giúp đỡ về chứng nghiện ma túy hoặc rượu bia

Gọi 1800 888 236

[Truy cập trang mạng DirectLine](#)

Trợ giúp về Cờ bạc

Nếu bạn muốn được giúp đỡ về chứng nghiện cờ bạc

Gọi 1800 888 236

[Truy cập trang mạng Trợ giúp về Cờ bạc](#)

Đường dây Trợ giúp về Nợ trên Toàn quốc



Nếu bạn đang mắc nợ hoặc gặp khó khăn về tài chính

Gọi 1800 007 007

[Truy cập trang mạng Đường dây Trợ giúp về Nợ trên Toàn quốc](#)

Nếu bạn cần trợ giúp pháp lý:

Lãnh thổ Thủ đô Úc

Gọi [Cơ quan Trợ giúp Pháp lý ACT](#) theo số 1300 654 314

New South Wales

Gọi [LawAccess NSW](#) theo số 1300 888 529

Lãnh thổ Bắc Úc

Gọi [Ủy ban Trợ giúp Pháp lý Lãnh thổ Bắc Úc](#) theo số 1800 019 343

Queensland

Gọi [Cơ quan Trợ giúp Pháp lý Queensland](#) theo số 1300 651 188

Nam Úc

Gọi [Ủy ban Dịch vụ Pháp lý Nam Úc](#) theo số 1300 366 424

Tasmania

Gọi [Cơ quan Trợ giúp Pháp lý Tasmania](#) theo số 1300 366 611

Victoria

Gọi [Cơ quan Trợ giúp Pháp lý Victoria](#) theo số 1300 792 387



Tây Úc

Gọi Cơ quan Trợ giúp Pháp lý Tây Úc theo số 1300 650 579

Liên hệ khẩn cấp

Trong trường hợp khẩn cấp hoặc nếu ai đó gặp nguy hiểm:

Gọi Ba Số Không 000

Trong trường hợp khẩn cấp nếu bạn bị suy giảm thính lực hoặc khả năng nói:

Gọi 106 để nhắn tin cuộc gọi khẩn cấp

Nếu bạn cần dịch vụ phiên dịch hoặc thông ngôn:

Gọi Dịch vụ Phiên dịch và Thông ngôn theo số 131 450

Nếu bạn muốn được giúp đỡ về vấn đề bạo hành gia đình:

Gọi 1800RESPECT theo số 1800 737 732

Nếu bạn cần trợ giúp khẩn cấp về chất độc:

Gọi cho Trung tâm Thông tin Chất độc 131 126

Để được trợ giúp trong trường hợp khẩn cấp hoặc thảm họa:

ACT

NT

SA

VIC

NSW

QLD

TAS

WA