



کیا آپ غنڈہ گردی کے شکار ہیں؟

کیا آپ نے کسی کو ڈراتے
دھکمتے ہوئے دیکھا ہے
اور اس کے خلاف کھڑا
ہونا چاہتے ہیں؟

زبانی دھمکیاں 🗨️

جسمانی حملے 🦊

برا بھلا کہنا 🗨️

جان بوجھ کر الگ کرنا 🗨️

افواہیں پھیلانا 🗨️

**غنڈہ گردی کیا ہے اور آپ اس کو روکنے کے لئے یا جوابی
عمل میں کیا کرسکتے ہیں اس کے بارے میں مزید جانئے۔**



• اسکول میں غنڈہ گردی کی اطلاع 2288-935-718 پر فون کر کے یا محکمہ
تعلیم کی ویب سائٹ پر آن لائن دیں جہاں آپ کو مزید معلومات مل سکتی ہیں:
www.schools.nyc.gov/school-life/policies-for-all/respect-for-all

• NYC Well آپ کو ذہنی دباؤ اور اداسی، پریشانی اور منشیات و الکوحل
(شراب) کے برے استعمال سے چھٹکارا پانے کے لئے ایک رازدارانہ سہارے سے جوڑ
سکتا ہے۔ 1-888-NYCWELL (1-888-692-9355) پر کال کریں، 65173 کو WELL
ٹیکسٹ کریں یا nyc.gov/nycwell پر چیٹ کریں۔

• نیو یارک سٹی محکمہ تعلیم کا "سب کی تعظیم: غنڈہ گردی مخالف ضابطہ
عمل کا فروغ" ویب پیج پر وسیع وسائل دستیاب ہیں
www.schools.nyc.gov/school-life/policies-for-all/respect-for-all

• 311 نیویارک سٹی کی معلومات کی فراہمی کے لئے سرکاری ویب سائٹ ہے۔
غنڈہ گردی کی اطلاع دینے اور وسائل کی شناخت کے لئے 311 پر کال کریں یا
www1.nyc.gov/311 ملاحظہ کریں۔

• DYCD کی یوتھ کنیکٹ ہیلپ لائن نوجوانوں، خاندانوں اور معاشرے پر مبنی
تنظیموں کے لئے وسائل اور حوالوں کی ایک خدمت ہے۔ 1-800-246-4646 یا
646-343-6800 پر کال کریں یا youthconnect@dycd.nyc.gov پر ایمیل بھیجیں۔

غنڈہ گردی کے بارے میں مزید معلومات سے مدد مل سکتی ہے! آپ غنڈہ گردی کو روکنے
سے واقف ہو جائیں گے اور اکیلا محسوس نہیں کریں گے اور اعتماد حاصل کریں گے۔ ہم سب
لوگوں کے ساتھ وقار، تعظیم اور قبولیت سے پیش آکر غنڈہ گردی کو روک سکتے ہیں۔