ਨਸਲਵਾਦ ਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਸਲੀ ਭੇਦ ਭਾਵ, ਸਤਾਉਣਾ ਜਾਂ ਨਫਰਤ ਨੂੰ ਵੇਖਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ,
ਇਸ ਨੂੰ ਸਵੀਕਾਰ ਨਾ ਕਰੋ; ਬੋਲੋ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਸਲਵਾਦੀ ਵਿਵਹਾਰ ਦਾ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਹੋ

- ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੁੱਟ-ਮਾਰ ਕੀਤੀ ਗਈ ਹੈ ਜਾਂ ਹਿੰਸਾ ਦੀ ਧਮਕੀ ਦਿੱਤੀ ਗਈ ਹੈ, ਪੁਲੀਸ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ।
    - ਸੰਕਟ ਦੇ ਸਮੇਂ ਜਾਂ ਜਾਨ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਾਲੀ ਸਥਿੱਤੀ ਵਿੱਚ, ਟਰਿਪਲ ਜ਼ੀਰੋ (000) ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ ਅਤੇ ਪੁਲੀਸ ਵਾਸਤੇ ਕਹੋ।
    - ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਪੁਲੀਸ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਚਾਹੀਦੀ ਹੈ, ਪਰ ਇਕ ਦਮ ਕੋਈ ਖਤਰਾ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਪੁਲੀਸ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ (131 444) ਨੂੰ ਫੋਨ ਕਰੋ।
- ਜੇਕਰ ਕੋਈ ਹਿੰਸਾ ਸ਼ਾਮਲ ਨਹੀਂ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਸ਼ਾਇਦ ਇਸ ਸਥਿੱਤੀ ਨੂੰ ਸ਼ਾਮਲ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਨਾਲ ਸਿੱਧੀ ਗੱਲ ਕਰਕੇ ਆਪਣੇ ਆਪ ਸਿੱਝਣਾ ਚਾਹੋਗੇ।
- ਜੇਕਰ ਸਿੱਧਾ ਸੰਪਰਕ ਸਥਿੱਤੀ ਦਾ ਹੱਲ ਨਹੀਂ ਕੱਢਦਾ ਹੈ, ਜਾਂ ਤੁਸੀਂ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨ ਵਿੱਚ ਆਰਾਮਦਾਇਕ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰਦੇ, ਤੁਸੀਂ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕਮਿਸ਼ਨ (AHRC) ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।
    - AHRC ਕੋਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ਼ ਕਰਨ ਲਈ, www.humanrights.gov.au/complaints ਉੱਤੇ ਜਾਓ ਜਾਂ AHRC ਦੀ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੇਵਾ ਨੂੰ 1300 656 419 ਜਾਂ 02 9284 9888 ਉੱਤੇ ਫੋਨ ਕਰੋ।

ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਦੀ ਤਾਕਤ

ਜਦੋਂ ਨਸਲਵਾਦ ਵੇਖਣ ਵਾਲੇ ਲੋਕ ਇਸ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਬੋਲਦੇ ਹਨ, ਇਸ ਨਾਲ ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਏ ਜਾ ਰਿਹਾ ਵਿਅਕਤੀ ਸਮਰਥਨ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦਾ ਹੈ, ਅਤੇ ਇਹ ਨਸਲਵਾਦ ਕਰ ਰਹੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਵਿਵਹਾਰ ਬਾਰੇ ਦੋਬਾਰਾ ਸੋਚਣ ਲਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਆਪਣੇ ਆਪ ਨੂੰ ਖਤਰੇ ਵਿੱਚ ਨਾ ਪਾਓ। ਪਰ ਜੇਕਰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾ ਸੁਰੱਖਿਅਤ ਹੈ, ਬੋਲੋ ਅਤੇ ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਵਿਅਕਤੀ ਦੇ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਵੋ। ਇਕ ਸਾਧਾਰਣ ਇਸ਼ਾਰਾ ਵੀ ਬਹੁਤ ਤਾਕਤਵਰ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਜੇ ਤੁਸੀਂ ਨਸਲਵਾਦੀ ਵਿਵਹਾਰ ਵੇਖਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਇਹ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਬੋਲੋ – ਇਸ ਨੂੰ ਨਸਲਵਾਦ ਕਹੋ, ਹਮਲਾਵਰ ਨੂੰ ਪਤਾ ਲੱਗਣ ਦਿਓ ਕਿ ਇਹ ਸਵੀਕਾਰਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ
- ਸ਼ਿਕਾਰ ਹੋਏ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਸਹਾਰਾ ਦਿਓ – ਨਿਸ਼ਾਨਾ ਬਣਾਏ ਜਾ ਰਹੇ ਦੇ ਨਾਲ ਖੜ੍ਹੇ ਹੋਵੋ ਅਤੇ ਉਹਨਾਂ ਨੂੰ ਪੁੱਛੋ ਕਿ ਕੀ ਉਹ ਠੀਕ ਹਨ
- ਸਬੂਤ ਇਕੱਠੇ ਕਰੋ – ਘਟਨਾ ਨੂੰ ਆਪਣੇ ਫੋਨ ਉੱਤੇ ਰਿਕਾਰਡ ਕਰੋ, ਹਮਲਾਵਰ ਦੀ ਫੋਟੋ ਖਿੱਚੋ ਅਤੇ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਨੂੰ ਇਸ ਦੀ ਰਿਪੋਰਟ ਕਰੋ

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕਮਿਸ਼ਨ ਕੋਲ ਦਰਸ਼ਕਾਂ ਲਈ ਸੁਝਾਅ ਹਨ,
https://itstopswithme.humanrights.gov.au/respond-racism ਉੱਤੇ ਜਾਓ।

ਨਸਲੀ ਭੇਦ ਭਾਵ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰ

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਿੱਚ ਜਨਤਾ ਦੇ ਵਿੱਚ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਜਾਂ ਲੋਕਾਂ ਦੇ ਸਮੂਹ ਦੇ ਨਾਲ ਨਸਲ, ਰੰਗ, ਰਾਸ਼ਟਰੀਅਤਾ ਜਾਂ ਪੈਦਾ ਹੋਣ ਦੇ ਮੂਲ ਉੱਤੇ ਆਧਾਰਿਤ ਕੁਝ ਕਰਨਾ ਜੋ ਕਿ ਸੰਭਵ ਤੌਰ ਤੇ **ਬੇਇਜ਼ਤ, ਅਪਮਾਨਤ, ਜ਼ਲੀਲ ਕਰਨ ਜਾਂ ਧਮਕਾਉਣ ਵਾਲਾ** ਹੈ, ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਖਿਲਾਫ ਹੈ। ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਵਿਵਹਾਰ ਨੂੰ ਨਸਲੀ ਨਫਰਤ ਵਜੋਂ

ਨਸਲਵਾਦੀ ਨਫਰਤ ਦੀਆਂ ਉਦਾਹਰਣਾਂ ਵਿੱਚ ਸ਼ਾਮਲ ਹੋ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ:

- ਈਫੋਰਮਾਂ, ਬਲੌਗਾਂ, ਸਮਾਜਿਕ ਤਾਣੇ ਬਾਣੇ ਦੀਆਂ ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ ਅਤੇ ਵੀਡੀਓ ਸਾਂਝੀਆਂ ਕਰਨ ਵਾਲੀਆਂ ਵੈਬਸਾਈਟਾਂ ਸਮੇਤ ਇੰਟਰਨੈਟ ਉਪਰ ਨਸਲੀ ਘਿਰਣਾਜਨਕ ਸਮੱਗਰੀ
- ਅਖਬਾਰ, ਰਿਸਾਲੇ ਜਾਂ ਦੂਸਰੇ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ਨ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਤਾਬਚੇ ਜਾਂ ਇਸ਼ਤਿਹਾਰ ਵਿੱਚ ਨਸਲੀ ਘਿਰਣਾਜਨਕ ਟਿੱਪਣੀਆਂ ਜਾਂ ਤਸਵੀਰਾਂ
- ਜਨਤਕ ਰੈਲੀ ਵਿੱਚ ਨਸਲੀ ਘਿਰਣਾਜਨਕ ਭਾਸ਼ਨ
- ਜਨਤਕ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਦੁਕਾਨ, ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ, ਪਾਰਕ, ਜਨਤਕ ਆਵਾਜਾਈ ਜਾਂ ਸਕੂਲ ਵਿੱਚ ਨਸਲੀ ਬਦਸਲੂਕੀ ਵਾਲੀਆਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ
- ਖੇਡ ਸਮਾਗਮਾਂ ਵਿੱਚ ਖਿਡਾਰੀਆਂ, ਦਰਸ਼ਕਾਂ, ਕੋਚਾਂ ਜਾਂ ਅਧਿਕਾਰੀਆਂ ਦੁਆਰਾ ਨਸਲੀ ਬਦਸਲੂਕੀ ਵਾਲੀਆਂ ਟਿੱਪਣੀਆਂ

ਕਾਨੂੰਨ ਦਾ ਉਦੇਸ਼ ਸੁਤੰਤਰ ਤੌਰ ਤੇ ਇਕ ਦੂਸਰੇ ਨਾਲ ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਨ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ('ਬੋਲਣ ਦੀ ਅਜ਼ਾਦੀ') ਅਤੇ ਨਸਲੀ ਨਫਰਤ ਤੋਂ ਮੁਕਤ ਰਹਿਣ ਦੇ ਅਧਿਕਾਰ ਨੂੰ ਸੰਤੁਲਿਨ ਕਰਨਾ ਹੈ। ਕੁਝ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਕਾਰਵਾਈਆਂ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਵਿਰੁੱਧ ਨਾ ਹੋਣ ਜੇਕਰ ਇਹ "ਜਾਇਜ਼ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਅਤੇ ਸੱਚੇ ਦਿਲੋਂ ਕੀਤੀਆਂ ਜਾਂਦੀਆਂ ਹਨ"।

ਨਸਲੀ ਭੇਦਭਾਵ ਉਦੋਂ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਇਕੋ ਜਿਹੇ ਹਾਲਾਤਾਂ ਵਿੱਚ ਇਕ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲ ਉਸ ਦੀ ਨਸਲ, ਰੰਗ, ਖਾਨਦਾਨ ਜਾਂ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਮੂਲ ਜਾਂ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦਰਜ਼ੇ ਦੇ ਕਾਰਣ ਦੂਸਰੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨਾਲੋਂ ਘੱਟ ਕਿਰਪਾ ਵਾਲਾ ਵਰਤਾਓ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਿਸੇ ਵਿਅਕਤੀ ਨੂੰ ਘਰ ਕਿਰਾਏ ਦੇਣ ਤੋਂ ਮਨ੍ਹਾਂ ਕਰਨਾ ਕਿਉਂਕਿ ਉਹ ਖਾਸ ਨਸਲੀ ਪਿਛੋਕੜ ਜਾਂ ਚਮੜੀ ਦੇ ਰੰਗ ਵਾਲੇ ਹਨ।

ਨਸਲੀ ਭੇਦਭਾਵ ਉਦੋਂ ਵੀ ਵਾਪਰਦਾ ਹੈ ਜਦੋਂ ਕੋਈ ਨੀਤੀ ਜਾਂ ਨਿਯਮ ਜੋ ਕਿ ਹਰੇਕ ਲਈ ਇਕੋ ਜਿਹਾ ਹੈ ਪਰ ਕਿਸੇ ਖਾਸ ਨਸਲ, ਰੰਗ, ਖਾਨਦਾਨ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਜਾਂ ਸਭਿਆਚਾਰਕ ਮੂਲ ਜਾਂ ਪ੍ਰਵਾਸੀ ਦਰਜ਼ੇ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਉਪਰ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪਾਉਂਦਾ ਹੈ, ਜਿਵੇਂ ਕਿ ਕਰਮਚਾਰੀ ਕੰਮ ਦੀ ਜਗ੍ਹਾ ਵਿੱਚ ਸਿਰ ਉੱਤੇ ਟੋਪ ਜਾਂ ਦੂਸਰੀ ਕੋਈ ਪੱਗ ਬਿਲਕੁਲ ਨਹੀਂ ਬੰਨ੍ਹ ਸਕਦੇ, ਇਸ ਦੇ ਨਾਲ ਕੁਝ ਨਸਲੀ/ਸਭਿਆਚਾਰੀ ਪਿਛੋਕੜ ਵਾਲਿਆਂ ਉਪਰ ਮਾੜਾ ਅਸਰ ਪੈਣ ਦੀ ਸੰਭਾਵਨਾ ਹੈ।

ਜੇਕਰ ਤੁਸੀਂ ਕੋਈ ਨਸਲੀ ਭੇਦਭਾਵ ਜਾਂ ਨਫਰਤ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੇ ਹੋ, ਤੁਸੀਂ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਦੇ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ। ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦੀ ਪ੍ਰਕਿਰਿਆ ਸੌਖੀ, ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਲਚਕੀਲੀ ਹੈ।

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ ਕੋਲ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਰਜ ਕਰਨ ਲਈ,
www.humanrights.gov.au/complaints ਉੱਤੇ ਜਾਓ।

ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੇਵਾ

ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਕਮਿਸ਼ਨ ਦੀ ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਸੇਵਾ (NIS) ਵਿਅਕਤੀਆਂ, ਸੰਸਥਾਂਵਾਂ ਅਤੇ ਰੋਜ਼ਗਾਰਦਾਤਿਆਂ ਨੂੰ ਕਈ ਤਰ੍ਹਾਂ ਦੇ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਭੇਦਭਾਵਾਂ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਅਤੇ ਹਵਾਲੇ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਸੇਵਾ ਮੁਫਤ ਅਤੇ ਗੁਪਤ ਹੈ।

NIS ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ

- ਸੰਘੀ ਮਨੁੱਖੀ ਅਧਿਕਾਰ ਅਤੇ ਭੇਦਭਾਵ-ਖਿਲਾਫ ਕਾਨੂੰਨ ਦੇ ਅਧੀਨ ਤੁਹਾਨੂੰ ਤੁਹਾਡੇ ਅਧਿਕਾਰਾਂ ਅਤੇ ਜਿੰਮੇਵਾਰੀਆਂ ਬਾਰੇ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਦੀ ਹੈ
- ਗੱਲਬਾਤ ਕਰਦੀ ਹੈ ਕਿ ਕੀ ਤੁਸੀਂ ਕਮਿਸ਼ਨ ਨੂੰ ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋ ਸਕਦੇ ਹੋ ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਸਥਿੱਤੀ ਵਿੱਚ ਕਾਨੂੰਨ ਕਿਵੇਂ ਲਾਗੂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ

- ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਕਿਵੇਂ ਕਰਨੀ ਹੈ, ਸ਼ਿਕਾਇਤ ਦਾ ਜਵਾਬ ਜਾਂ ਖਾਸ ਭੇਦਭਾਵ ਦੇ ਮੁੱਦਿਆਂ ਨਾਲ ਕਿਵੇਂ ਸਿੱਝਣਾ ਹੈ ਦੇ ਬਾਰੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਜਾਣਕਾਰੀ ਦਿੰਦੀ ਹੈ
- ਕਿਸੇ ਦੂਸਰੀ ਸੰਸਥਾ ਕੋਲ ਭੇਜਦੀ ਹੈ ਜੋ ਸ਼ਾਇਦ ਤੁਹਾਡੀ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਹੋਵੇਗੀ

ਕਿਰਪਾ ਕਰਕੇ ਜਾਣ ਲਓ ਕਿ NIS ਕਾਨੂੰਨੀ ਸਲਾਹ ਪ੍ਰਦਾਨ ਕਰਨ ਦੇ ਯੋਗ ਨਹੀਂ ਹੈ।

ਤੁਸੀਂ NIS ਨੂੰ ਇਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਫੋਨ: 1300 656 419 ਜਾਂ 02 9284 9888
- ਈਮੇਲ: infoservice@humanrights.gov.au
- ਫੈਕਸ: 02 9284 9611
- ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਰੀਲੇਅ ਸੇਵਾ: 1300 555 727 (ਬੋਲੋ ਅਤੇ ਸੁਣੋ) ਜਾਂ internet-relay.nrscall.gov.au

ਅਨੁਵਾਦ ਅਤੇ ਦੋਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾ

ਟਰਾਂਸਲੇਟਿੰਗ ਐਂਡ ਇੰਟਰਪਰੇਟਿੰਗ ਸੇਵਾ (TIS National) ਉਹਨਾਂ ਲੋਕਾਂ ਲਈ ਦੋਭਾਸ਼ੀਆ ਸੇਵਾ ਹੈ ਜੋ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਹੀਂ ਬੋਲ ਸਕਦੇ ਹਨ। ਬਹੁਤੀਆਂ TIS ਰਾਸ਼ਟਰੀ ਸੇਵਾਵਾਂ ਅੰਗਰੇਜ਼ੀ ਨਾ ਬੋਲ ਸਕਣ ਵਾਲਿਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਹਨ।

- ਫੋਨ: 131 450
- ਇੱਥੇ ਜਾਓ: www.tisnational.gov.au

ਸਲਾਹ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਸਿਹਤ ਭਲਾਈ

ਇਕ ਨਵੀਂ 24/7 ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ COVID-19 ਮਹਾਂਮਾਰੀ ਦੇ ਦੌਰਾਨ ਸਹਾਇਤਾ ਕਰਨ ਲਈ ਖਾਸ ਤੌਰ ਤੇ ਬਣਾਈ ਗਈ ਹੈ, ਇਹ ਸਾਰੇ ਆਸਟ੍ਰੇਲੀਆ ਵਾਸੀਆਂ ਲਈ ਮੁਫਤ ਹੈ।

ਇਸ ਸਹਾਇਤਾ ਸੇਵਾ ਤੱਕ ਪਹੁੰਚ ਵੈਬਸਾਈਟ https://coronavirus.beyondblue.org.au/ ਰਾਹੀਂ ਕੀਤੀ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ।

ਨਿੱਜੀ ਸੰਕਟਾਂ ਅਤੇ ਦਿਮਾਗੀ ਸਿਹਤ ਸੇਵਾਵਾਂ ਲਈ ਤੁਸੀਂ Beyond Blue ਨੂੰ 1800 512 348 ਜਾਂ Lifeline ਨੂੰ 13 11 14 ਉੱਤੇ ਕਿਸੇ ਸਮੇਂ ਵੀ ਸੰਪਰਕ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ।

ਬੱਚਿਆਂ ਦੀ ਸਹਾਇਤਾ ਲਾਈਨ 5 ਤੋਂ 25 ਸਾਲ ਦੇ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਲੋਕਾਂ ਵਾਸਤੇ ਮੁਫਤ ਸੇਵਾ ਹੈ। ਬੱਚੇ, ਅੱਲ੍ਹੜ ਅਤੇ ਛੋਟੀ ਉਮਰ ਦੇ ਨੌਜਵਾਨ ਕਿਸੇ ਵੀ ਸਮੇਂ 1800 551 800 ਉੱਤੇ ਫੋਨ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹਨ।