



R D U H T I N D



P U N J A B H I S T O R Y



You are not alone...

# **Southall Black Sisters**

provides information, advice,  
advocacy, practical help,  
counselling and support  
for women and children  
experiencing domestic and  
sexual violence. Our holistic  
service aims to help them  
escape violence and abuse  
and deal with a range of  
inter-related problems.

We deal with the following issues:

- **Domestic violence**
  - **Forced marriage**
  - **Rape and sexual abuse**
  - **Sexual harassment**
  - **Dowry-related abuse**
  - **Honour crimes**
  - **Matrimonial issues**
  - **Child residency and contact**
  - **Housing and homelessness**
  - **Immigration and asylum**
  - **Depression, mental health,  
suicide and self-harm**
  - **Policing and crime**
  - **Racism**

## நீங்கள் தனியே இல்லை...

- நாங்கள் உதவி செய்யக்கூடியவைகள்:
- குடும்ப வன்முறைகள்
- வலுக்கட்டாயத் திருமணம்
- கௌரவத்தின் அடிப்படையிலான வன்முறைகள்
- சீதனம் தொடர்பான துவிபிரயோகம்
- கற்பழிப்பு மற்றும் பாலியல் வன்முறை
- திருமண உரிமைகள்
- குடிவரு மற்றும் புகலிடக் கோரிக்கை தொடர்பான பிரச்சினைகள்
- விடமைப்பு மற்றும் விடற்றிருத்தல்
- பாலியல் இடைஞ்சல்கள்
- கைவிடப்படல்
- இனவாதம்
- பொலிஸ் மற்றும் குற்றம் சார்ந்த விடயங்கள்
- மனோநலப் பிரச்சினைகள்
- திளர் மரண விசாரணைகள்
- வாராந்த ஆதரவுக் குழுமங்கள்

## தமே ஏகலாங் நஶி...

- அமே ஆ வாய்தோம் முடை கரி ஶகிசே லிசே:
- ஘ரேல் ஹிஸா
- யளவுப்பீபூர்க் கராவாயெல் லஜ்
- கட்டுப்பு எங்கள் ஆட்டார் பர கராமாங் ஆவத்தி ஹிஸா
- ஒங்கள் சுதாமஹி
- ஷாக்கர் அன் ஜாதிய ஹிஸா
- வீவாடிக் அபிகாரே
- இமிரேஷன்/அசாயலமனி சமஸ்யாகே
- ரெணாஷ் அன் ஧ரவிலீஷாப்யூ
- ஜாதிய ஹெராந்தி
- தரஹோடி கேவாம் ஆவஷு
- வஷுலேட்
- போலீஸ் வ்யவச்சா தேமஜ் அபராப்
- மானசிக ஆரோய்னி சமஸ்யாகே
- கேரேன்றனி (ஹெக் கே ஶங்காஸ்பட் முத்யுனி காரணோனி தபாச் கர்னார் அபிகாரினி) தபாசே
- அடவாடிக சுஹாய் ஜூதோ

T த  
A மி  
M ழ  
I ழ  
L  
  
G ஜு  
U ஞ  
J  
A ரா  
R தி  
A  
T  
I

## Keligaa ma tihid...

Waxaan kaa caawin karna:

- Dhibaatada dagaalka guriga
- Guurka khasabka ah
- Dhibaatooyinka la xiriira ilaalinta sharafta qoyska
- Dhibaatada meherka
- Kufsashada iyo dhibaatada galmaada
- Xaqquqda guurka
- Imegereeshanka/dhibaatooyinka codsiga magangelyada
- Guryaha iyo hoy la'aanta
- Cabsida la xiriirta galmaada
- Dayrinta
- Cunsuriyadda jiinsiyad naceybka
- Boliiska iyo dembiyada
- Dhibaatooyinka caafimaadka maskaxda
- Baaraitaanada baaraha dembiyada falalka dagaalka
- Kooxaha taageerada ee asbuuc kasta

## لست وحدك...

يمكننا مساعدتك في المسائل المتعلقة بما يلي:

- العنف الأسري
- الزواج القسري
- العنف المرتبط بالشرف
- الإيذاء بسبب المهر
- الاغتصاب والعنف الجنسي
- الحقوق الزوجية
- مشكلات الهجرة واللجوء
- الإسكان والتشرد
- التحرش الجنسي
- الهجران
- العنصرية
- المسائل الشرطية والجريمة
- مشكلات الصحة العقلية
- تحقيقات المحققين في أسباب الوفيات
- المشتبه بها
- مجموعات الدعم الأسبوعية



Helpline: 020 8571 0800  
General Enquiries: 020 8571 9595  
Mon-Fri 9.30am-4.30pm

21 Avenue Road, Southall,  
Middlesex UB1 3BL

E: info@southallblacksisters.co.uk  
W: www.southallblacksisters.org.uk

Our services are free and confidential.

SBS also runs various support groups, activities and English classes.

Locally we cover the boroughs of Ealing, Hounslow and Hillingdon. We also provide a limited service nationally.

### Opening hours

Monday to Friday  
9am to 5pm

### Contact details

21 Avenue Road,  
Southall  
Middlesex  
UB1 3BL

Email: info@southallblacksisters.co.uk  
www.southallblacksisters.org.uk

**Helpline 020 8571 0800** Open 9am-5pm  
General 020 8571 9595 closed for lunch 12.30-1.30pm  
Fax 020 8574 6781

### Directions

Buses: 95, 105, 120, 195, 207, 427, 482, 607, E5, H32  
Nearest Tube: Southall, Central Line



Southall  
Black Sisters

An advice,  
advocacy  
& resource  
centre to  
help women  
escape  
domestic  
& sexual  
violence,  
forced  
marriage &  
honour based  
violence

Helpline 020 8571 0800