愛自己

預防性侵害小秘笈

臺南市政府家庭暴力暨性侵害防治中心關心您 廣告

諮詢電話：06-2988995 行政傳真：06-2933416

地址：708臺南市安平區永華路二段6號6樓

網站：<http://social.tainan.gov.tw/dvsa/>

什麼是性侵害?

任何涉及性意涵之行為，嚴重的包括性交、口交、體外射精、性器官接觸、性猥褻、其他輕微的包括展示色情圖片、口語上的性騷擾、強迫觀賞色情影片、不斷撫摸女(男)性身體、窺視等，都屬性侵害的範圍。

做自己的守護天使

自我保護安全5守則

1.尊重自己 你是身體的主人，有權護衛它，不隨意碰觸他人，尊重他人自主權。

2.提高警覺 偏僻或人少處，是發生性侵害危險的地方，避免單獨前往。

3.大聲呼喊 發生有人跟蹤，要趕緊大聲呼救，引起他人注意。

4.快速離開 不論何時任何人的行為或言語讓你不舒服，就想辦法儘速離開。

5.報告大人 遇到有人跟蹤、暴露狂，或遭到性侵害時，儘速告訴值得信賴的大人或打110、113。

安全約會7秘訣

STEP1 初次約會避免單獨赴約，選擇公開場所，時間不宜太晚，保持安全距離。

STEP2 任何人都沒有權力強迫你做不想做的事。

STEP3 明確表達你的意思，不願意就要說「不」。

STEP4 別人的態度讓你不舒服，一定要直接的說：「停止！我不喜歡這樣」。

STEP5 相信你的直覺，當察覺有壓力，立即做出反應離開現場。

STEP6 不喝來路不明的飲料，飲料不離開你的視線。

STEP7 避免陷入甜蜜的陷阱，如果他真的愛你，就更應該懂得尊重你。

讓證據幫你說話

遭受侵害時，我該怎麼辦？

1. 保持鎮定
2. 保護自己
3. 適時攻擊
4. 大聲呼救
5. 快找警察

遭受侵害後，我該怎麼辦？

1. 撥打110或113專線。
2. 趕快到一個安全的地方請親友支援。
3. 牢記歹徒各項特徵。
4. 保持現場，不要移動或觸摸任何現場器物。
5. 先換穿一件外套或大衣，不要換衣物。
6. 不要清洗陰道以便採得施暴者毛髮、精液。
7. 接受醫療檢查，蒐集醫療證據以備控訴歹徒之用。

貼心小語

當遭受性侵害的時候，切勿慌張及清洗身體，一定要保存證據並儘速到警局報案或醫院驗傷，才能保有起訴的證據喔。

性侵害Q&A

性侵害事件發生後，該怎麼做？

 你可以立刻至責任醫院進行採證，那裏有專業的醫師及社工人員，他們會為你解說詳細的流程，也會為你保密，並通知警察人員及性侵害防治中心社工員到場，給你一切必要的協助。

性侵害案件上法庭，要多次陳述事發經過是不是會有二度傷害？

 你可以選擇進入減述流程，以避免不必要的重複出庭。性侵害案件審理是不公開的，與行為人(嫌疑人)也會採取隔離措施，亦有社工人員的陪同，一切的保護措施都是希望讓當事人的二度傷害降到最低。

貼心小語

 你可以和社工討論你的任何困惑，包含心理上、生活上、或者司法上的困擾，也可以去電113或相關單位，為自己尋求協助。

資源協助及諮詢電話

全國保護專線113

全國緊急救援專線110

臺南市政府警察局婦幼警察隊 06-2043628

財團法人犯罪被害人保護協會台南分會 06-2971551

法律扶助基金會台南分會 06-2285550