

走出暴力許自己一個嶄新的未來

家庭暴力是犯罪的行為

如果你不幸遭受家庭暴力…

請撥打

「110」緊急救援專線 「113」全國保護專線求助

家庭暴力安全計畫須知

當我仍與施虐者共同生活時…

- 1、 當家中有暴力發生時, 我需要將我的處境告訴我的家人、朋友
或我信任的人。
- 2、 當我發現我和施虐者間的衝突升高時, 暴力有可能發生, 我會
試著在口頭上讓步以避免更激怒他(她)並設法讓自己位於較安
全的位置(例如門口、出口或窗邊)• 萬一暴力發生時能離開現
場或對外求救。

- 3、 平時就和我信任的家人或朋友約定「暗號」當我說出「暗號」或暴力發生時，家人朋友會打「110」報警代我向外求助。
- 4、 如果我被打了，我會報警，並請警察協助填寫「家庭暴力事件通報表」，我也會到醫院接受治療和驗傷。
(離家最近的派出所 、醫院)
- 5、 我可以撥打「113」和社工員討論如何自我保護的方法或詢問聲請、使用保護令。

當我開始有離開的打算時...

- 1、 如果我決定離開時，我會準備一個小包包，裡面存放必要證件(身分證、居留證、護照、健保卡、駕照、存摺、印章)、現金(提款

卡用卡)、隨身物品(電話簿、手機及充電器、藥品、簡單衣物、孩子用品)。

2、可以存放在安全地方或信任的人家中，遇到緊急狀況可馬上帶著離開。

當我已經離開後…

1、 避免單獨行動並改變日常作息及交通路線。

2、 變更電話號碼或將對方電話號碼設為拒接或黑名單，請家人、公司、大廈管理員等協助過濾電話或訪客。

3、 請勿於LINE、Facebook等網絡社群留下行蹤動態。

4、 變更帳單通訊地址，避免以居住地為帳單地址，不隨意向他人透露新居住地址。

5、 隨身攜帶防身器材。