

您在家里安全吗？

家庭和亲密关系中的虐待和暴力

我们都有权在家里有安全感和受到保护。但是对有些人，家并不总是一个安全的地方.....



这是家庭暴力吗？

家庭暴力是指伴侣、家人或前伴侣做出让您感到害怕或焦虑的威胁、控制或暴力行为。

家庭暴力不只是身体暴力。它可以涉及很多有害的虐待行为。

- 威胁
- 跟踪
- 贬低
- 勒脖子
- 击打
- 性虐待
- 限制与他人的联系
- 监视您和谁说话
- 控制您或您的钱、财
- 限制您获得医疗保健和必需品

暴力绝对不可接受

对我们很多人来说，这是一段艰难的时期。但是，压力和困境绝不能作为虐待亲人的借口。

每个人都有权享受没有恐惧和暴力的生活。

家庭暴力不是您的错。

您不必独自面对这一切

如果您正在遭受虐待，您可以获得支持。本传单背面的服务可以提供帮助。这些服务能和您一起探索各种保障您和家人安全的选择。

请记住：即使在新冠疫情限制出行期间，您仍然可以为了逃避暴力而离家外出。

考虑您的安全

除了向支持服务求助外，您还可以考虑采取其它措施来确保安全：

- 把家里发生的事告诉您信任的朋友、家人或专业人士。
- 计划在需要紧急离开时去哪里，怎么去。
- 把备用钥匙、钱和重要文件等必需物品存放在容易拿到的地方。
- 把紧急联系人和支持人员/服务的联系信息存放在随手可得的地方或安全的私人电话中。
- 教导孩子，发生意外事件时，他们的责任就是保护自己的安全。
- 制定信号来警示邻居、家人或朋友，让他们干预或拨打000。



如需关于家庭暴力和可以为您提供支持的各种服务的详细信息，请访问网站 areyouafeathome.org.au

获得支持

疫情期间，这些服务仍然开放。**如果您面临即时危险，请拨打000报警。**

如需口译或笔译协助，请拨打13 14 50联系全国笔译和口译服务 (National Translating and Interpreting Service)，请他们联系支持服务。

safe steps

为遭受家庭暴力的女性和儿童提供的支持。

电话：1800 015 188（24小时）

网上聊天：safesteps.org.au

电子邮件：safesteps@safesteps.org.au

男性转介服务

为倾向于使用家庭暴力的男性提供的保密支持。

电话：1300 766 491（每天开放，工作时间会有不同）

ntv.org.au

inTouch

为来自移民和难民社区、正在遭受家庭暴力的女性量身定制的支持，可用多种语言提供。

电话：1800 755 988（周一到周五，上午9点到下午5点）



如需为LGBTIQ+人士、原住民和托雷斯海峡岛民、老年人、遭受家庭暴力的男性以及遭受性侵者量身定制的支持服务的详细信息，请访问网站 areyouafeathome.org.au