

# 家庭暴力 您需要知道什么

走出去，说出来。每个人都有权保护自身的安全。

## 知道影响对象

家庭暴力可能发生在任何人身上，无论其年龄、能力、文化、精神/宗教背景、性别认同和性取向。受害者可能是处于恋爱关系中的人、离异者、子女（亲生子女、继子女、养子女或寄养子女）、祖父母或由监护人或看护者照顾的人。

如果您或您认识的人正面临紧急危险，请致电911。

如需获得本地的帮助或相关信息，请致电家庭暴力信息专线，可提供全天候170多种语言的服务。电话号码是310-1818。

## 知道行为表现

虐待和暴力行为可能包括：

- 身体虐待
- 心理虐待
- 刑事骚扰或跟踪
- 言论攻击
- 性虐待
- 财务虐待（您对资金的获取受到限制或被控制）
- 精神虐待（强迫信教或被限制从事宗教活动）
- 宠物虐待

## 知道警示信号

遭受虐待的受害者通常会出现以下值得注意的警示信号：

- 远离家人和朋友
- 闭门不出或不去做他们过去喜欢的事情
- 有不明原因的瘀伤或其他伤痛
- 有抑郁或焦虑的迹象
- 儿童可能会被单独留下，食不果腹，肮脏不堪，或衣着不合时宜
- 老年人可能显得很害怕或畏畏缩缩

艾伯塔省各地区的避难所帮助妇女和儿童逃离虐待。

请致电310-1818, 查找就近的避难所或上网查询：[alberta.ca/Shelters](http://alberta.ca/Shelters)

## 知道如何应对

- 计划好您的退路 - 了解您在紧急情况下的可去之处及如何到达那里
- 把受虐待的情况告诉您值得信赖的人
- 找到能够获得援助的资源信息
- 寻求专业人士的帮助
- 与积极支持您的人在一起
- 与您遭受虐待的孩子交谈并帮助他们理解，他们需自责

不要让租约限制您离开施虐者。  
访问网站：[alberta.ca/SaferSpaces](http://alberta.ca/SaferSpaces)，  
申请终止租约。

## 知道如何成为盟友

- 广而告之有关家庭暴力信息热线（310-1818）和社交媒体上其他资源的信息。推特转发@AlbertaCSS
- 在自己社区内提名相关人士申请精神启发奖：[alberta.ca/InspirationAwards](http://alberta.ca/InspirationAwards)
- 参与预防家庭暴力月（11月）的活动，佩戴紫色丝带，支持当地活动并使用题标：[#GoPurpleAB](https://twitter.com/GoPurpleAB)
- 到当地妇女庇护所帮忙
- 制定职场家暴预防协议和开办家暴公众意识讲座
- 加入防止家庭暴力和促进性别平等的俱乐部和协会

## 知道如何提供帮助



如果有人告诉您，他们正遭受家庭暴力，或者您怀疑他们受到了虐待，提供相关支持非常重要。以下是您可以提供的帮助：

- 了解家庭暴力的更多信息，知道有哪些值得警惕的信号
- 以关切的方式询问是否有人伤害了他们，并在被告知情况时相信他们的话语
- 将他们告诉您的所有内容保密
- 帮助他们获得专业的帮助和资源

## 知道您的权益



遭受家庭暴力和虐待的受害者有权：

- 享受无暴力或暴力之外的安全环境
- 被礼貌对待并获得同情与尊重
- 获取有关其合法权利的信息
- 对犯罪行为提出指控
- 受到最大限度免于暴力的保护，包括限制令或保护令

紧急保护令（EPO）为受害者提供法律保护。欲了解更多信息，请致电省法律援助办公室：  
免费电话 1-866-845-3425。

## 知道相关资源

- “更安全的空间”计划免费帮助家庭暴力受害者终止租约。访问网站 [alberta.ca/SaferSpaces](http://alberta.ca/SaferSpaces) 或致电：1-877-644-9992（免费）
- 紧急避难所提供保护、临时居所和与您文化相融的支持。请致电：310-1818，查找就近的紧急避难所，或上网查询：[alberta.ca/Shelters](http://alberta.ca/Shelters)
- 如果您需要开始新生活的费用支持，可以申请获得紧急财务援助。请致电 1-866-644-5135或780-644-5135（埃德蒙顿）
- HealthLink 每周7天，每天24小时提供医疗建议。请拨打：811
- 如果您是原住民并需要获得法院或其他社区资源的帮助，请访问艾伯塔省原住民咨询服务网站：[ncsa.ca](http://ncsa.ca)
- 获取更多资源，请访问 [alberta.ca/EndFamilyViolence](http://alberta.ca/EndFamilyViolence)

齐心协力，我们能够防止家庭暴力并为幸存者提供支持。