

安全手冊

提供給家庭暴力受害者的資源和資訊



本安全手冊包含可協助您規劃家人安全與福祉的資訊和資源。我們希望這些資訊能夠協助您為自身和您的家人做出選擇。

請牢記，若您於任何時刻感受到威脅或不安全，您的第一步應該撥打 **911**，以取得立即的幫助。

您值得在沒有恐懼和暴力威脅下生活，這也是您的權利。

This document is available in additional languages. Este documento está disponible en español.
Ang dokumentong ito ay makukuha sa Filipino. 在中國的語言提供這個文件

保密

San Francisco Adult Probation Department 可以為您提供協助。您可以隨時與我們聯繫。然而請您瞭解，監守行為官必須於犯罪者違法或不遵守假釋令時，追究其法律責任。依照情況，這可能包含向法庭回報資訊。

本手冊背面包含一份資源列表，內容包括保密諮詢和個案管理服務。

「受害人權利法案—瑪西法」

加利福尼亞州憲法規定，犯罪受害者有諸多權利，包括如下：

- 受到公平對待和尊重，並在整個刑事或少年司法程序中不受恐嚇、騷擾和欺凌。
- 合理地受到保護，避免受到犯罪者和其代表人威脅。
- 您的地址和其他私人訊息必須受到機密保護，避免為犯罪者和其代表人知悉。
- 在量刑聽證會和其他法院訴訟程序出席和發言。
- 從您所受到的犯行結果而導致的損失或損害，獲得賠償或「恢復原狀」。
- 在您的所有物已不再需要做為證據後，退還予您。

「監守行為」對於犯罪者而言，代表什麼意義？

受到緩刑的犯罪者，將被強制執行以下事項：

- 遵守所有法律
- 遵守任何禁止接近命令
- 隨時遵守並配合假釋官
- 完成 52 週的家庭暴力課程
- 出席所有法庭規定出席日期
- 不可持有任何種類的槍械
- 於收到命令時，出席家長課程、藥物濫用輔導或其他治療
- 於收到命令時，完成社區服務時數

如果犯罪者被逮捕或被指認犯罪（不限於家庭暴力犯罪）、違反禁止接近命令，或未遵守其他規定，他/她將被嚴格制裁，最嚴重可至監禁。



禁止接近命令

您可能符合申請禁止接近命令的資格，或稱禁制令或保護令。禁止接近命令的主要類型為：

緊急保護令 (EPO)：

是一種警方可以在任何時間為您向法官申請的短期命令。如果您擔心受到家庭暴力、虐待兒童、拐騙兒童、跟踪、虐待老人，或無自主能力成人虐待等立即和目前的危險，並且需要保護，您便有申請資格。EPO 可以命令犯罪者不得與您聯絡、搬離您的住所、不得持有槍械，也可以授予您對與犯罪者共有的子女暫時的照護和監控權。EPO 的效期是 5 個營業日或 7 個日曆日，藉此給予您申請長期禁制令所需要的時間。如果您需要 EPO，請撥打 911。

民事騷擾禁制令：

只有在您因為被沒有交往過，以及沒有親密家庭關係的對象（如鄰居、室友、朋友、叔叔、阿姨，或表兄弟姊妹）跟踪、毆打、性侵、虐待或者威脅，而擔心您的安全時，您才有申請民事騷擾禁制令的資格。申請此命令可能需要費用。

家庭暴力禁制令：

家庭暴力禁制令是一種長期命令，其時效可長達十年，並且可更新。它可以命令犯罪者不得與您聯絡、必須搬離您的住所、不得擁有槍械、不得毀壞您的財產，並且限制其接近您的距離（例如 90 - 140 公尺）。它也可以包括對您和犯罪者共有的子女的監護權、探視權和撫養費命令。如果您持續受到曾經交往或有親密家庭關係的對象跟踪、毆打、性侵、虐待，或威脅，您即有申請資格。家庭暴力禁制令是由法院發出。首先，您可以取得最高時效 7 天的臨時禁制令。然後您需要出席法院聽證會，以取得更長期的命令。在聽證會之前，必須將通知送達給犯罪者（針對您有意索取對他/她的禁制令，通知犯罪者）。申請禁制令不需要任何費用。

如果您感受到威脅或不安全，請撥打 **911** 取得立即的幫助。

911

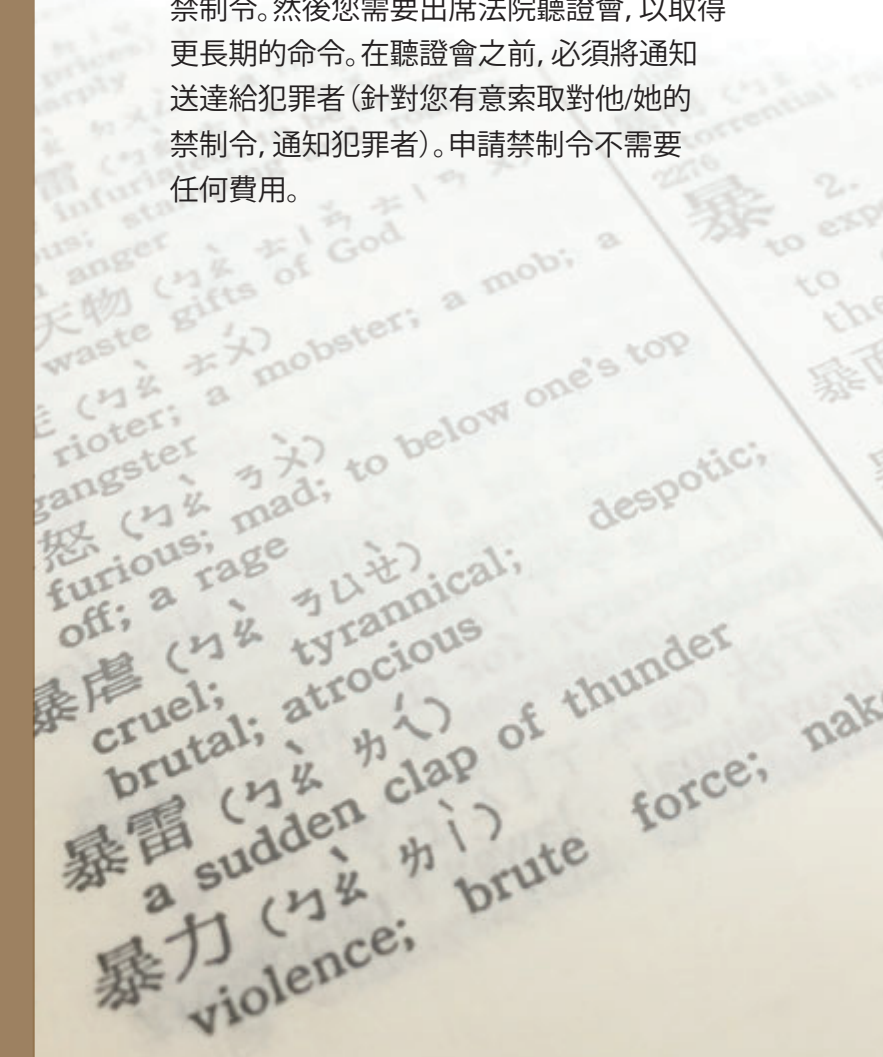


法院可能在犯罪者被判刑時，已發出禁止接近命令。您可以撥打 **Adult Probation Department** 的電話，向我們查詢是否已有該命令的存在。如果您需要取得家庭暴力或民事騷擾禁制令，您可以來電或聯絡以下單位：

- The District Attorney's Victim Services Division (415-553-9044)
- The Cooperative Restraining Order Clinic (415-255-0165)
- The ACCESS Center of the San Francisco Superior Court (415-551-5880)
- Bay Area Legal Aid (1-800-551-5554)

在您取得禁止接近命令後，您應該：

1. 隨身攜帶一份禁制令副本。
2. 提交一份禁制令副本至您的當地警察局。
3. 如果犯罪者違反禁止接近命令，我們懇請您立即連絡警方並回報此違規犯行。



洞察徵兆

家庭暴力可以有多種形式, 包括身體虐待、精神虐待、性虐待和強迫、脅迫生育, 或經濟上的虐待。家庭暴力可能發生於親密的家庭關係, 以及和同性或異性的親密關係。一開始您可能不容易察覺家庭暴力的發生。雖然某種關係很明顯地從一開始就帶有侵略性, 虐待起初可能只是隱約的行為, 然後隨著時間逐漸變得嚴重。無論您是否仍和犯罪者有往來關係, 或是已經處於另一段關係, 只要該對象有以下行為, 您可能仍然處於家庭暴力之中:

- 辱罵您、侮辱或使您難堪、使您失望、說您是一個糟糕的父母, 或說您將永遠一事無成。
- 妨礙您或阻攔您前往工作或上學。
- 妨礙您或阻攔您與家庭成員或朋友見面。
- 試圖控制您花費金錢的方式、前往的地點、服用的藥物, 或您的穿著。
- 自作主張, 不聽取您的意見。
- 表現出嫉妒或佔有欲, 或經常指責您不忠。
- 喝酒或使用藥物時發怒。
- 以打、踢、推、掌摑、掐扼或其他方式傷害您、您的子女, 或是您的寵物。
- 以暴力或武器威脅您、您的子女, 或您的寵物。
- 以自殺或將您的子女帶走等方式威脅您, 要求您不得離開。
- 以讓您恐懼的方式看您。
- 強迫您或對您施加壓力, 在違反意願的情況下進行性行為或從事與性有關的動作。
- 強迫您使用藥物或飲酒。
- 將她或他使用暴力的責任怪罪於您, 或對您說這是你活該。

網際網路隱私

犯罪者可以監控您的網路使用情況, 並藉此控制您。以下是一些能夠保護您安全性的建議,

電子郵件: 如果犯罪者可以取得您的電子郵件帳號, 他/她可能可以讀取您的訊息。即使您相信您的帳戶安全, 請仍然務必選擇一組他/她無法猜到的密碼。如果他/她寄送威脅或騷擾電子郵件訊息給您, 您可以將其列印並保存, 做為此犯行的證據。

網際網路搜尋: 如果犯罪者知道如何讀取您電腦的快取檔案歷史記錄(自動儲存的網頁和圖片), 他/她便可能可以查看您在網路上檢視過的資訊。您可以採取幾個步驟來清除您的歷史記錄, 不過此舉可能無法完全隱藏您的蹤跡。您可以在此處瞭解如何進行此步驟:

<http://www.ncadv.org/protectyourself/InternetSafety.php>

如果您是同性戀、雙性戀, 或變性者, 您可能在對方有以下行為時, 遭遇家庭暴力:

- 威脅要將您的性向或性別告訴朋友、家人, 或同事。
- 向您說政府將不會幫助一個同性戀、雙性戀, 或變性者。
- 說女性不會有暴力行為。
- 向您說您並非「真的」同性戀、雙性戀, 或變性者, 試圖合理化其虐待行為。
- 向您說中止關係等於您承認同性戀、雙性戀, 或變性者交往是異常關係。



個人安全計劃

規劃個人安全計劃—或單純事先思考您的應對方式—可以幫助您對您和家人的需求先行規劃。無論您是否和犯罪者仍有往來關係, 已經離開他/她, 仍然有聯絡(例如因為子女探望), 或是已經開始一段新的關係, 請記得您仍然有權利在沒有恐懼和暴力的威脅下生活。以下是一些已經幫助許多和您有相同情況者的建議。

檢查清單

如果您正在打包一個「逃亡包」或準備離家, 您和您的子女可能會需要以下物品:

- 駕駛執照
- 護照
- 其他身份證件
- 社會安全卡
- 綠卡/工作許可證
- 出生證明
- 銀行/金融帳戶報表/薪資條/W-2 (您和犯罪者的)
- 支票簿
- 現金
- 租賃/房屋稅契
- 保險文件(醫療險、壽險、車險、房屋險)
- 車輛登記證
- 藥物
- 病歷
- 學歷證明
- 結婚證書
- 離婚文件
- 撫養文件
- 子女玩具
- 照片
- 珠寶
- 任何施暴的文件(照片、警方筆錄報告、就醫記錄等)

您應考慮的初步安全計劃步驟

- 先思考當犯罪者表現出威脅或暴力行為時, 您要對他/她說什麼。
- 您要如何前往一個有較少可被用為武器的物品的房間? 您如何避免被困在廚房、浴室、地下室, 或車庫? 您可以利用哪一扇門、窗戶、電梯, 或樓梯來逃生?
- 整理打包一個「逃亡包」, 包括一些錢、備份車鑰匙、替換衣物、藥物、重要文件(如: 出生證明和社會安全卡)。您是否可以將它放置在一個安全的位置, 或是託付給您能夠信任的對象, 例如朋友、鄰居, 或是放置在您車輛的置物箱?
- 您是否能夠請求任何人—例如您的鄰居, 在聽到您家中發生騷亂時報警?
- 您的子女是否知道如何使用電話連絡警方?
- 您可以將對您和您的子女重要的電話號碼(警方、緊急熱線、朋友、庇護所)保存在何處? 您是否可以記得住?
- 您是否可以和您的朋友、家人, 或您的子女約定代碼或暗號, 提醒他們打電話求援?
- 如果您需要一個可以暫住的地方, 您可以去哪裡? 您是否可以在家人或朋友的住處暫住? 緊急庇護所在哪裡?
- 使用您的直覺和判斷。在某些危險的情況, 最安全的方式可能是給予施暴者能夠使他/她冷靜下來的東西。

準備離開施暴者的安全事項

1. 以您自己的名字開立支票或存款帳戶。
2. 打包您的「逃亡包」並且放置在一個安全的位置。
3. 收集珍貴的珠寶、照片, 和有重要意義的物品。
4. 申辦您自己的郵政信箱。
5. 確認一個您能夠前往的安全處所, 以及能夠借您錢的對象。
6. 隨身攜帶一間庇護所的電話號碼、一張電話卡, 或是一些撥打緊急電話使用的零錢。
7. 如果您有寵物, 請事先準備牠們在安全處所能夠受到妥善照顧的必要物品。
8. 先行思考您需要攜帶的重要文件和證明, 以便申請補助或採取法律行動。

離開施暴者時可能會非常危險。您可以取得可協助您脫離這

段關係的資源。

離開施暴者後的安全事項



- 盡快更換您的門鎖。
- 如果您已經離開原住所，但是需要回去取得您的隨身物品，請尋求警方陪同。
- 避免單獨留駐。
- 為您的子女規劃您不在他們身邊時的安全計畫。
- 如果您必須和犯罪者見面，請安排在公共場所；並請與友人同行。
- 事先計畫您該如何應對在公共場合發生的爭執，以及如何脫身。
- 通知您子女的學校、幼兒園等，誰已獲得同意接送您的子女。
- 將您的情況告知某位工作場所的同事。告知工作場所的保全人員，並且提供他們一張犯罪者的照片。
- 告訴鄰居和房東，該犯罪者不與您同住，並且要求他們在看到他/她接近您的住所時報警處理。
- 如果您有禁止接近命令，請隨時隨身攜帶。如果犯罪者違反該命令，請撥打 911。將禁止接近命令通知您的家庭成員、朋友和鄰居。
- 更換您的電話號碼。向電話公司要求不公開/未公佈過的號碼。
- 過濾您的來電。請同事在工作場所協助您過濾您的來電。
- 不要告訴犯罪者您的住處，並且不要從家中以家用電話撥打給他/她。
- 與他人共行，搭乘您的車輛、巴士，或火車。
- 使用多種不同的路線往返家中。
- 保存並記錄所有聯絡記錄、訊息、受傷或其他與犯罪者有關的事項。



我可以在何處取得更多資訊或協助?

社區中有許多可以協助您的服務。以下列出一部分供您參考。

一般

Police & Ambulance Emergency Assistance	911
Help Link (Community Resource Hotline)	800-273-6222

24 小時緊急熱線

Adult Protective Services (APS)	24/7 Reporting: 800-814-0009
Asian Women's Shelter	1-877-751-0880
Child Protective Services	24/7 Reporting: 415-558-2650
CA Youth Crisis Line	800-843-5200
Elder Friendship Line	415-752-3778
National Domestic Violence Hotline	800-799-SAFE (7233)
Rape Treatment Center	415-821-3222
Riley Center, St. Vincent de Paul Society	415-831-3535
SF Women against Rape (SFWAR)	415-647-7273
SF Suicide Prevention Crisis Line	415-781-0500
San Mateo County Community Overcoming Relationship Abuse (CORA)	1-800-300-1080
Sister Me Home	866-292-9688
WOMAN, Inc.	415-864-4722

刑事司法介入

Adult Protective Services (APS)	415-557-5230
	24/7 Reporting: 800-814-0009
Child Protective Services (CPS)	800-856-5553
SF Adult Probation Department	415-553-1706
SF County Jail	415-575-4410
SF Public Defender's Office	415-553-1671
SF District Attorney's Office	415-553-1751
SF DA Child Abduction Unit	415-551-9553
SF DA Victim Services	415-553-9044
SF Police Dept. General Works	415-553-9098
SF Police Dept.: Non-Emergency	415-553-0123
SF Police Dept. DV Response Unit	415-553-9225
State Department of Child Support Services	415-356-2700
Youth Guidance Center	415-753-7500

住房/庇護/租賃服務

A Man's Place (Shelter) • 399 Fremont St, SF 94105	415-908-0100
A Woman's Place (Shelter • 1049 Howard Street, SF 94101	415-487-2140
A Safe Place-Shelter for Battered Women (Shelter in Oakland) PO Box 23006, Oakland, 94623	510-536-7233
Asian Women's Shelter (DV Shelter) • 3543 18th Street #19, SF 94110	24/7: 1-877-751-0880
Cameron House (DV Shelter) • 920 Sacramento St. SF 94108	415-781-0401
Center for Domestic Peace (Shelter in Marin) • 734 A Street, San Rafael, 94901	415-457-2464
Chronicle Season of Sharing Fund (Senior Rental Assistance) PO Box 7988, SF 94120-7988	415-557-6484
Community Overcoming Relationship Abuse (San Mateo) 2211 Palm Ave, San Mateo, 94403	24/7: 1-800-300-1080
Compass Connecting Point (Family Services) • 995 Market St, SF 94103	415- 442-5130
Diamond Youth Center • 536 Central Avenue, SF 94117	1-800-887-1020
Jewish Family & Children's Services (Transitional Housing) 2150 Post St, SF 94115	415-449-1200
La Casa de Las Madres (DV shelter) 1663 Mission Street Ste 225, SF 94103	Adults: 887-503-1850 Teens: 887-923-0700
Larkin Street Youth Center • 1138 Sutter St, SF 94109	415-673-0911
Prenatal Family Community Resource Center (Rental/Housing) 995 Market Street Ste 1010, SF 94103	415-546-6756
Riley Center, St. Vincent de Paul Society (DV Shelter) 1175 Howard Street, 2nd Floor, SF 94103	415-255-0165
Rosalie House (DV Shelter)	415-225-0167
SF Domestic Violence Consortium	415-626-8709
SF Housing Authority (Low Income Housing) • 2698 California St, SF 94115	415- 567-7918
Sister Me Home (Shelter in San Leandro) • 1395 Bancroft Ave, San Leandro, 94577	1-866-292-9688
WOMAN, Inc. (DV Shelter Clearing House) • 333 Valencia St Ste 450, SF 94103	24/7: 415-864-4722

諮詢/個案管理服務

Asian Perinatal Advocates - Family Support Services 10 Nottingham Pl, SF 94133	415-206-5450
Asian Women's Shelter • 3543 18th Street #19, SF 94110	24/7: 1-877-751-0880
Central American Resource Center (CARECEN) • 1245 Alabama St, SF 94110	415-824-2330
Community Overcoming Relationship Abuse 2211 Palm Ave, San Mateo, 94403	24/7: 1-800-300-1080
Community United Against Violence (CUAV) (LGBTQ) 427 South Van Ness, SF 94103	415-333-HELP (4357)
Donaldina Cameron House (Asian Women) • 920 Sacramento St, SF 94108	415-781-0401
Felton Institute • 1500 Franklin St, SF 94109	415-474-7310
GLIDE Women's Center • 330 Ellis St., SF 94102	415-674-6000
Instituto Familiar de La Raza	415-229-0500
Jewish Family and Children's Services • 2150 Post St., SF 94115	415-449-1200
La Casa de Las Madres • 1663 Mission Street Ste 225, SF 94103	Adults: 887-503-1850 Teens: 887-923-0700
Richmond Area Multi Services (12+ Languages Available) 3626 Balboa St, SF 94121	415-668-5955
Riley Center, St. Vincent de Paul Society • 1175 Howard Street, 2nd Floor, SF 94103	415-255-0165
SF Domestic Violence Consortium	415-626-8709
SF Women Against Rape (SFWAR) • 3543 18th St #7, SF 94110	24/7: 415-647-7273
Shalom Bayit (Jewish Women) • PO Box 10102, Oakland, 94610	510-451-8874
Survivor Restoration Program (SF Sheriff's Dept.) • 120 14th St, SF 94103	415-734-2312
WOMAN, Inc. • 333 Valencia St Ste 450, SF 94103	24/7: 415-864-4722

諮詢/個案管理服務—LGBTQ

Community United Against Violence (CUAV) • 427 South Van Ness, SF 94103	415-333-HELP (4357)
WOMAN, Inc. • 333 Valencia St Ste 450, SF 94103	24/7: 415-864-4722

諮詢/個案管理服務—年長者

Adult Protective Services (APS)	415-557-5230 24/7 Reporting: 800-814-0009
Asian Pacific Islander Legal Outreach • 1188 Franklin St Ste 202, SF 94109	415-567-6255
Elder Friendship Line • 3330 Geary Blvd # 2W, SF 94118	415-752-3778
Institute on Aging • 3330 Geary Blvd, 2W, SF 94118	415-750-4180
Senior Information and Referral • 875 Stevenson St, SF 94103	415-626-1033

醫療服務

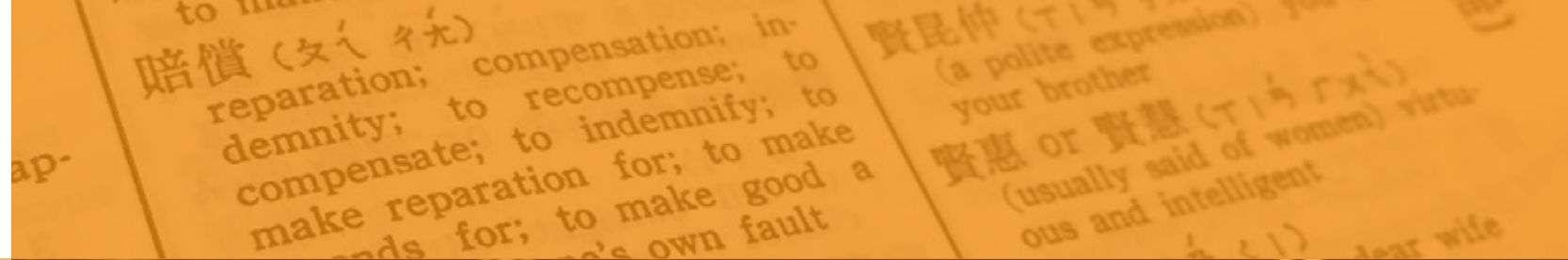
Behavioral ACCESS (Medical/Mental Health Referral) 1380 Howard St. 1st Floor, SF 94103	1-800-750-2727
Lyon-Martin Health Services • 1748 Market St Ste 201, SF 94102	415-565-7667
Rape Treatment Center • 2727 Mariposa St Ste 100, SF 94110	415-206-3222
SF Domestic Violence Consortium	415-626-8709
SF General Hospital • 1001 Potrero Ave, SF 94110	415-206-8000
Talk Line for Parents • 1757 Waller Street, SF 94117	24/7: 415-441-5437

醫療服務—孩童和青少年

Asian Perinatal Advocates - Family Support Services • 10 Nottingham Pl, SF 94133	415-206-5450
Child Protective Services	415-558-2650
Central YMCA • 220 Golden Gate, SF 94102	415-885-0460
Child and Adolescent Support Advocacy and Resource Center (CASARC) 995 Potrero Ave, SF 94110	415-206-8386
Horizons Unlimited • 440 Potrero Ave, SF 94110	415-487-6700
Kids' Turn (Divorced Families) • 1757 Waller St, SF 94117	415-777-9977
La Casa de Las Madres • 1663 Mission St Ste 225, SF 94103	877-923-0700
New Generation Health Center • 625 Potrero Ave, SF 94110	415-502-8336
Teenage Pregnancy & Parenting Program • 2730 Bryant Street 2nd Flr, SF 94110	415-695-8300
SF General Hospital: Child and Adolescence Sexual Abuse Resource Center (CASARC) • 995 Potrero Ave, Bldg 80, SF 94110	415-206-4478

法務協助

Access Center (SF Superior Court) • 400 McAllister St., Rm 519, SF 94102	415-551-5880
Asian Pacific Islander Legal Outreach • 1121 Mission St, SF 94103	415-567-6255
Bar Association (Volunteer Legal Services) • 301 Battery St 3rd Floor, SF 94111	415- 982-1600
Bay Area Legal Aid • 1035 Market St, 6th Floor, SF 94103	1-800-551-5554
Community United Against Violence (CUAV) (LGBTQ) 427 South Van Ness, SF 94103	415-333-HELP (4357)
Cooperative Restraining Order Clinic	415-864-1790
The Homeless Advocacy Project • 1360 Mission St Ste 201, SF 94103	415-575-3130
Justice & Diversity Center • 301 Battery St, 3rd Floor, SF 94111	Intake: 415-989-1616 415-982-1600
La Casa de Las Madres (DV shelter) • 1663 Mission Street Ste 225, SF 94103	Adults: 887-503-1850 Teens: 887-923-0700
La Raza Centro Legal • 474 Valencia St, SF 94103	415-575-3500





保護社區、執行司法, 並改變生活



San Francisco Adult Probation Department

保護社區、執行司法，並改變生活

Hall of Justice • 880 Bryant Street • Room 200

San Francisco, CA 94103

電話 415-553-1706 • 傳真 415-553-1771

(SFAPD於2015年12月印製)

