

虐待通常會惡化，可以影響你的健康。醫療工作者可以幫助你。請和我們談談，如果你的丈夫或男朋友傷害你，請告訴我們。我們可以：

- 私下和你會面。
- 如你需要傾訴，我們願意傾聽。
- 幫助你找諮詢或其他所需的服務。
- 紀錄任何受傷事件（包括圖片）。

**共同合作，
我們可以制止家庭暴力**

Made possible by a grant from The California Endowment. All characters depicted are models.
©2000

如你的丈夫或家人傷害你，請與醫療工作者談談。我們可以幫助你。

沒有人應該被虐待的



要找近你居所的幫助，你亦可以致電
全國防止家庭暴力熱線電話：

1-800-799-7233 或

1-800-787-3224

（失聰人士專線）

**你家庭中有沒有
虐待事件？**



你不是孤獨的

有沒有人傷害你？請告訴我們，我們可以幫助你。

- 你的丈夫或家人有沒有令你對自己感到羞愧的？
- 你的家人有沒有告訴你可以做些什麼，可以見什麼人？
- 你的家人有沒有曾經威脅要傷害你？
- 你的家人有沒有曾經推你，或打你？

如答案是「有」，即使是一次，你的丈夫或家人可能是有虐待傾向的。

我們如何可以保護你：

- 與一個你信任的人談談。
- 撥電 1-800-799-7233，找出你居處附近可以幫助你的機構，或找一個可以傾訴的人。
- 留一個「緊急應用包」在你信任的人那裡。包括金錢、重要文件、鑰匙、藥物，和其他你或你孩子真正需要的物件。
- 如有暴力情況出現，避免沒有出口或有危險性武器的房間，例如廚房。
- 和鄰居約定一個訊號，告訴他們什麼時候你需要幫忙。例如拉下某部份窗簾等。
- 與你的孩子討論安全計劃，包括他們可以打電話找什麼人，或緊急情況下可以前往什麼人的地方。
- 如有即時危險的情況，應打 911。

我們合作可以制止關係暴力