

什麼是家庭暴力？

家庭暴力是指任何形式的暴力或虐待行為，可發生在一段關係期間，或者一段關係結束之後。家庭暴力所包括的不只是身體方面或性方面的暴力；它也可包括其他試圖掌控或恐嚇某人的虐待形式。

尊重、誠實和信任是健康關係的基本要素。不時感覺受傷或難過是正常的，但關係絕不應該讓您感到恐懼、羞辱或被控制。

儘管許多類型的家庭暴力是刑事罪行，但所有類型的家庭暴力都是具有傷害性的——包括身體侵犯與性侵犯、威脅、騷擾和其他形式的情緒虐待，以及經濟虐待或剝削。如果您或您認識的人曾經或正在處於一段暴力或虐待的關係中，可以尋求援助。要記住，暴力和虐待永遠不是受害人的錯誤。

我可以向警方舉報家庭暴力嗎？

是的。您或許希望向警方舉報家庭暴力。要想終止暴力，獲得安全，訴諸警方和司法系統是至關重要的。當您向警方舉報一項犯罪時，可以請一位支持者在您身旁。

我可以從哪裡得到幫助？

- 警方：如果您處在即刻危險中，撥打電話 911。
- 受害人服務（Victim Services）：位於社區機構或警察局之中。服務包括情感支持、司法系統信息、安全計劃、轉介輔導以及其他向出庭的受害人提供的服務和支援。
- 受害人連線（VictimLINK）：向一切受害人提供資訊和轉介，以及向家庭暴力的受害人提供即刻的危機回應。服務是保密、匿名、多種語言的。隨時來電，每日 24 小時，每週 7 日。受害人連線（VictimLINK）：1-800-563-0808 或訪問 www.VictimLinkBC.ca。
- 過渡住房和安全居所：為家庭暴力受害人及其子女提供暫時的安全住房。訪問 www.BCHousing.org，點擊住房選擇>緊急住房。

虐待關係具有那些標誌？

- 您的伴侶是否會調查您，或者行為表現出佔有慾？
- 您的伴侶是否會大吼大叫，貶低您，或者辱罵您？
- 您的伴侶是否會攔阻您找工作或受教育。
- 您的伴侶是否脾氣暴躁，或讓您害怕？
- 您是否盡力讓您的伴侶高興，而非讓自己高興，以避免受傷？

如果您需要幫助，可採取以下步驟：

- 如果您和您的子女處在即刻危險中，或需要緊急醫療看護，請撥打電話 911。
- 如果您或您的子女不在安全的地方，就去找一個安全的地方。要尋找過渡住房或安全居所，請致電受害人連線。
- 告訴您信任的人發生了什麼。允許一位朋友或家人向您提供情感支持或實際幫助。
- 撥打受害人連線（VictimLINK），聯絡受害人服務：1-800-563-0808。
- 獲取一位受害人服務工作者的幫助，制定一個安全計劃。安全計劃是一個幫助減少您和您的子女因暴力處境而面臨風險的計劃。
- 在遭受身體傷害或性侵犯之後，盡快前往醫院、免預約診所，或您的醫生那裡。
- 如果您想聯絡警方，但不是緊急情況，可撥打您所在社區的非緊急報警號碼。
- 如果您有任何關於家庭暴力或您的權利的問題，不要猶豫，盡可詢問受害人服務工作者。

家庭暴力方面的資源

卑詩家庭暴力（Domestic Violence BC）

- www.DomesticViolenceBC.org

卑詩健康連結（HealthLinkBC）

- 撥打每日 24 小時免費電話：811 或訪問 www.HealthLinkBC.ca。
- 方便地獲取非緊急健康資訊與服務。
- 應要求可提供超過 130 種語言的翻譯服務。

卑詩護士專線（BC NurseLine）

- 電話：1-866-215-4700，每日 24 小時。
- 130 種語言的翻譯服務。

兒童援助專線（Helpline for Children）

- 電話：310-1234，每日 24 小時。

法律服務協會（Legal Services Society，LSS 呼叫中心和法律專線）

- 電話：604-408-2172 或 1-866-577-2525

如果我不懂英語怎麼辦？

卑詩受害人連線（VictimLINK BC）提供卑詩省各主要語種的翻譯服務。

請撥打受害人連線：1-800-563-0808 或訪問 www.VictimLinkBC.ca。