



BẢNG DANH MỤC KẾ HOẠCH AN TOÀN

Nếu quý vị hiện đang ở trong một mối quan hệ bạo hành, hoặc có ý định chấm dứt một mối quan hệ bạo hành, hãy lập kế hoạch an toàn ngay bây giờ để quý vị có thể sẵn sàng trong trường hợp khẩn cấp.

Lưu ý: Đây chỉ là gợi ý; một số lựa chọn có thể không phù hợp với quý vị.

HỖ TRỢ TOÀN BANG

SAFELINK, đường dây nóng 24/7 hỗ trợ nạn nhân của bạo hành gia đình:
877-785-2020

Ban Bồi thường Nạn nhân:
617-727-2200







Massachusetts Office for Victim Assistance
(Văn phòng Hỗ trợ Nạn nhân Massachusetts)
Điện thoại: 617-586-1340
E-mail: mova@mass.gov
www.mass.gov/askmova

Ấn phẩm này được tài trợ một phần thông qua khoản trợ cấp VOCA từ OVC, OJP, và U.S. DOJ. Những quan điểm, kết quả, và kết luận, hoặc đề xuất trong ấn phẩm này là của Văn phòng Hỗ trợ Nạn nhân Massachusetts và không nhất thiết phản ánh quan điểm của DOJ hay OJP, OVC.

VẬT DỤNG VÀ GIẤY TỜ CẦN CÓ SẴN SÀNG

Dưới đây là các vật dụng quý vị nên cất ở một nơi an toàn, bảo mật mà quý vị có thể lấy nhanh chóng. Hoặc, gửi các vật dụng này cho một người đáng tin cậy ngoài nhà quý vị.

- Thẻ căn cước và/hoặc bằng lái xe, thẻ an sinh xã hội, giấy khai sinh 
- Hộ chiếu, giấy nhập cư, thẻ xanh của quý vị và con cái quý vị
- Các giấy tờ: bảo hiểm nhân thọ, bảo hiểm sức khỏe, bảo hiểm nhà ở; hợp đồng thuê nhà và khế ước nhà; học bạ và giấy tờ sức khỏe; giấy kết hôn; giấy tờ ly hôn; quyền chăm sóc con cái; di chúc; giấy tờ thuế; giấy tờ sở hữu và đăng ký xe 
- Giấy tờ tài chính: thẻ tín dụng/ATM, tiền mặt, quyền séc, sổ ngân hàng,... (Lưu ý: khi quý vị sử dụng thẻ điện tử, kẻ bạo hành có khả năng sẽ truy ra hoạt động và vị trí của quý vị.)
- Điện thoại di động (Lưu ý: Kẻ bạo hành có thể sẽ lần theo được khi quý vị sử dụng điện thoại.) 
- Đổi thẻ thành viên của các cửa hàng
- Chìa khóa nhà và xe hơi
- Lệnh cấm đến gần/ Lệnh Bảo vệ khỏi Quấy rối (nếu có)
- Ảnh hoặc vật dụng cá nhân không thể thay thế được
- Quần áo để thay, đồ dụng vệ sinh, và thuốc men cho quý vị và con quý vị 
- Vật nuôi, sổ chích ngừa và khám bệnh của vật nuôi, thuốc men cho vật nuôi, thẻ tên
- Thông tin cá nhân của kẻ bạo hành: số an sinh xã hội, ngày sinh, và phiếu lương



TÌM KIẾM HỖ TRỢ Ở ĐÂU

Nếu quý vị cần hỗ trợ hoặc lời khuyên, vui lòng liên hệ một cố vấn pháp luật từ chương trình chống bạo lực gia đình tại địa phương của quý vị:

Các Tổ chức SAFEPLAN

Alianza	877-536-1628
Behavioral Health Network (Mạng lưới Sức khỏe Hành vi)	413-283-1058
Trung tâm Elizabeth Freeman	866-401-2425
Greater Boston Legal Services (Dịch vụ Pháp lý vùng Boston Mở rộng)	617-371-1234
Trung tâm Healing Abuse Working for Change (Chữa lành Ngược đãi Hành động vì sự Thay đổi, HAWC)	800-547-1649
Tổ chức Health Imperatives	508-588-8255
High Point Treatment Center/ South Shore Women's Resource Center (Trung tâm Điều trị High Point/ Trung tâm Nguồn lực Hỗ trợ Phụ nữ bờ Nam)	508-746-2664
Independence House (Nhà Độc lập)	508-771-6507
NELCWIT	413-772-0806
New Bedford Women's Center (Trung tâm Phụ nữ New Bedford)	508-996-3343
Công ty New Hope	800-323-4673
Stanley Street Treatment and Resource Center (Trung tâm Nguồn lực và Điều trị Đường Stanley)	508-675-0087
YWCA of Central MA (Hiệp hội YWCA Khu vực Trung MA)	508-755-9030
YWCA of Northeastern MA (Hiệp hội YWCA Khu vực Đông Bắc MA)	978-687-0331
YWCA of Western MA (Hiệp hội YWCA Khu vực Tây MA)	413-733-7100



Quý vị có **an toàn?**

GIỮ AN TOÀN

SAFEPLAN là chương trình biện lý dân sự có tòa án bảo trợ nhằm hỗ trợ các nạn nhân của bạo hành gia đình, tấn công tình dục, và rình rập đang tìm kiếm sự bảo vệ khỏi quấy rối, ngược đãi thông qua

Quy trình pháp lý 209A Restraining Order (Lệnh Cấm đến gần 209A) và 258E Harassment Prevention Order (Lệnh Bảo vệ khỏi Quấy rối 258E).

Quý vị có **an toàn?**

Gia đình và bạn bè có bao giờ cho biết họ lo lắng cho sự an toàn của quý vị hay chưa?



CÁC DẤU HIỆU NGƯỢC ĐÃ ĐÁNG CHÚ Ý

Một mối quan hệ có thể mang tính bạo hành nếu đối phương có bất kỳ biểu hiện nào sau đây:

- » Tỏ ý ghen tuông và chiếm hữu với quý vị
- » Kiểm soát việc quý vị đi đâu và gặp ai
- » Ngăn cản quý vị gặp gỡ bạn bè và gia đình
- » Chỉ trích hoặc khiến quý vị cảm thấy tồi tệ
- » Đáng sợ đến mức quý vị phải dè chừng phản ứng của họ về lời nói hoặc hành động của mình
- » Khiến quý vị sợ hoặc đe dọa quý vị
- » Sử dụng hoặc sở hữu vũ khí hoặc súng
- » Tạo áp lực hoặc ép buộc quý vị quan hệ tình dục
- » Đấm, đẩy, siết cổ, giam giữ, đá, hoặc hành hung quý vị (*hoặc con cái, thú nuôi của quý vị*)
- » Đe dọa sẽ công khai rằng quý vị là người đồng tính nam, đồng tính nữ, song tính, hoặc chuyển giới nếu quý vị không tuân theo lời họ
- » Quản lý tất cả các nguồn thu nhập, kể cả tiền lương của quý vị
- » Sử dụng tình trạng nhập cư của quý vị để đe dọa quý vị

HÃY NHỚ, QUÝ VỊ LUÔN CÓ THỂ **GỌI 911** TRONG TRƯỜNG HỢP KHẨN CẤP



CÁCH ĐỂ XIN LỆNH CẤM ĐẾN GẦN

Lệnh Cấm đến gần và Lệnh Bảo vệ khỏi Quấy rối có thể được ban hành thông qua:

- » Tòa án Quận hoặc Tòa án Quận chế và Gia đình tại khu vực quý vị sinh sống
- » Chương trình chống bạo hành gia đình tại địa phương có thể giúp quý vị xin lệnh hoặc kết nối quý vị với một Cố vấn pháp luật từ chương trình SAFEPLAN.



BẢO VỆ BẢN THÂN TẠI NHÀ

- » Bố trí một máy điện thoại trong một phòng có thể khóa cửa từ bên trong; luôn đem theo điện thoại di động bên mình.
- » Thiết kế lối thoát hiểm khỏi nhà của quý vị; hướng dẫn con trẻ sử dụng lối này.
- » Nhờ hàng xóm báo cảnh sát nếu họ thấy kẻ bạo hành ở nhà của quý vị. Giao ước tín hiệu với họ để họ báo cảnh sát. Ví dụ, điện thoại đổ chuông hai lần, một rèm cửa cụ thể bị kéo xuống hoặc một bóng đèn cụ thể được bật.
- » Soạn sẵn một túi đồ với những vật dụng cần thiết phòng khi quý vị phải rời đi nhanh chóng. Cất túi này ở một chỗ an toàn, hoặc gửi cho một người bạn hoặc họ hàng mà bạn tin tưởng.
- » Đăng ký một số điện thoại không được liệt kê trong danh bạ và sàng lọc các cuộc gọi đến.
- » Nếu kẻ bạo hành đã dọn ra khỏi nhà, hãy đổi ổ khóa các cửa ra vào và lắp ổ khóa cho các cửa sổ.
- » Lệnh cấm đến gần có thể hữu dụng trong trường hợp này, hoặc hãy trao đổi với chủ nhà của quý vị.
- » Nếu quý vị có lệnh cấm đến gần, quý vị có thể nhận hỗ trợ tài chính từ Ban Bồi thường Nạn nhân. Cố vấn pháp luật có thể giúp quý vị đăng ký.



BẢO VỆ BẢN THÂN KHI RA KHỎI NHÀ

- » Sắp xếp di chuyển cùng với người khác; thường xuyên đổi tuyến đường đi lại.
- » Mua sắm và đến ngân hàng ở những nơi khác nhau.
- » Luôn giữ án lệnh từ tòa (nếu có) và các số điện thoại khẩn cấp bên mình.
- » Đảm bảo chỗ làm/trường học của quý vị giữ một bản sao án lệnh từ tòa.
- » Lập phương án hành động nếu có điều gì chẳng lành xảy ra ở nơi công cộng; luôn luôn cảnh giác xung quanh.



TĂNG CƯỜNG AN TOÀN CHO CON TRẺ

- » Dạy con trẻ không can thiệp vào cuộc cãi vã giữa quý vị và kẻ bạo hành, ngay cả khi con muốn giúp đỡ.
- » Dạy con trẻ chạy đến chỗ trú ẩn an toàn, và cách gọi 911 và cung cấp địa chỉ cùng số điện thoại của quý vị cho cảnh sát.
- » Cung cấp cho trường học hoặc nhà trẻ một bản sao án lệnh từ tòa và yêu cầu họ không được giao con của quý vị cho bất kỳ ai mà không báo cho quý vị biết trước.
- » Đảm bảo con trẻ biết phải báo cho ai ở trường nếu con thấy kẻ bạo hành.
- » Đảm bảo nhà trường biết rằng không được tiết lộ địa chỉ hay số điện thoại của quý vị cho bất kỳ ai.



AN TOÀN KHI SỬ DỤNG INTERNET VÀ ĐIỆN THOẠI THÔNG MINH

- » Hãy nhớ rằng: Bất kỳ thông tin nào mà quý vị chia sẻ công khai trên Internet đều có thể bị kẻ bạo hành nhìn thấy.
- » Đăng xuất khỏi các tài khoản và ứng dụng online; bỏ chọn chế độ “keep me logged in” và đừng cho phép trình duyệt web ghi nhớ mật khẩu của quý vị.
- » Sử dụng các mật khẩu có tính bảo mật cao (chứa cả chữ hoa và chữ thường, số, và ký tự đặc biệt).
- » Thường xuyên kiểm tra mục cài đặt bảo mật của các tài khoản mạng xã hội.
- » Hạn chế đăng tải các thông tin riêng tư lên các trang xã hội (Facebook, Twitter, Instagram,...)
- » Tắt chế độ chia sẻ vị trí GPS trên điện thoại thông minh.

Quý vị có **an toàn?**

www.mass.gov/askmova