

## 打破暴力循环 寻求帮助

### “蜜月期”

施虐者在暴力事件发生后表现得不同。有些人会忽视或否认暴力行为。有些人会将他们的“愤怒”归咎于你说的或做的某件事。有些人害怕失去你，并表现出真诚的歉意。这个阶段通常被称为“蜜月期”。施虐者会试图弥补他们的暴力行为。他们可能会表现出歉意，送卡片和鲜花，买礼物，帮忙做家务，花时间陪孩子，去礼拜场所，接受辅导，或做出承诺。施虐者可能会寻求怜悯。重要的是要意识到，这个阶段是试图把你拉回到这段关系中。这阶段的“蜜月期”永远不是真实的。

### 紧张期

这感觉就像如履薄冰。什么都不对劲。无法预测施虐者想要什么。虽然可能没有身体暴力（或者至少身体暴力很少），但有情感虐待。还有恐吓和威胁。对暴力的恐惧与暴力本身一样有效。

### 暴力

这是真实的情节。其中包括身体虐待或性虐待。是犯罪行为。

## 什么是亲密关系的虐待？

异性或同性伴侣之间的亲密关系，在持续时间和法律描述上可能有所不同，但通常包括现在和以前的约会对象，同居伴侣或已婚夫妇。

亲密关系虐待是指一个人，控制或意图控制另一个人身体、性和心理的虐待行为。

通常涉及权力和控制的滥用，并经常对相关家庭成员造成某种伤害。

重要的是要记住，被虐待不是你的错，即使你的施虐者会这么说。你不对其他人的行为负责，包括你的亲密伴侣。

每个人都有权过上安全，不受暴力侵害的生活。

报警是防止进一步发生暴力事件的积极一步。

## 安全规划

无论您选择留在家中还是离开，提前为未来可能发生的暴力做好准备都很重要。制定安全计划包括确定提高您和您孩子安全的措施。受害者服务部可以帮助您制定个人安全计划，请联系团队成员，电话：905-825-4747 分机 3232（或 VSU 普通专线）。

一些常规安全提示包括：

- 相信自己的直觉。时刻保持警惕。
- 注意周围环境并设立不可预测的新惯例。
- 尽量不要独自一人。
- 携带已充电的手机。即使您没有通话时间或其他计划，您仍然可以拨打 911。
- 更换/添加门窗锁，添加窥视孔，安装警报器并始终保持室外灯亮着。资金可能来自 HRPS 受害者服务部门。
- 教您的孩子在紧急情况下拨打 911。
- 告诉您信任的人正在发生的事情。家人，朋友和同事可以帮助保护您。
- 将重要文件，钱，钥匙，处方和衣服的备份放在安全的地方，以防您需要逃离家。
- 熟悉当地庇护所的服务。

# 援助指南

## 亲密伴侣暴力

认可，举报和援助服务



## 行为清单

以下清单包含的行为可能有助于您判断，您或您认识的人是否受到虐待。

情绪或心理控制

- 辱骂您，贬低您，批评或羞辱您
- 让您难以外出或拜访家人和朋友
- 表现得过度保护或变得极度嫉妒

经济控制

- 拒绝您进接使用家庭资产，如银行账户或信用卡
- 强迫你说明你花的钱或拿走你的钱
- 阻止你获得或保住工作或教育

发出威胁

- 威胁举报你没有做的事情
- 威胁伤害或绑架孩子
- 用武器威胁你以制造恐慌

实施暴力行为

- 破坏个人财产或乱扔东西
- 抓，推，打人，殴打，扇耳光，踢，掐或咬
- 强迫您进行您不想做的性活动
- 威胁伤害您，您的家人，宠物或他们自己

## 受害者快速反应计划+

受害者快速反应计划+为因特定犯罪，其中一种是亲密伴侣暴力，而遭受身体或情感伤害的个人，提供有限的经济援助。这种有限的短期援助分为紧急需求，家庭安全和辅导等类别，旨在减轻犯罪的影响，并帮助打破暴力循环，无论是否有提出指控。要了解您是否符合资格，请致电 905-825-4777 分机 4810 联系荷顿地区警察受害者服务部门，或发送电子邮件至 [VictimServices@haltonpolice.ca](mailto:VictimServices@haltonpolice.ca)。

警察、消防、救护车（紧急情况）  
荷顿地区警察局

拨电  
911

WWW.HALTONPOLICE.CA	905.825.4777
亲密伴侣暴力防治小组	905.825.4777 x8799
亲密伴侣暴力防治 协调员	905-825-4747 x3232
受害者/证人援助计划	905.878.6292
受害者服务部	905-825-4747 x5239
受害者支持热线	1.888.579.2888
受害者快速反应计划+	905.825.4810



荷顿地区警察局

905.825.4777

WWW.HALTONPOLICE.CA

警员

徽章号码

电话

事件编号

WWW.HALTONPOLICE.CA



## 24 小时危机电话

受虐妇女求助热线	1-866-863-0511
危机外展和支持团队COAST (心理健康)	1-877-825-9011
伯灵顿遇难中心	905-681-1488
北荷顿遇难中心	905-877-1211
奥克维尔遇难中心	905-849-4541
荷顿妇女中心, 伯灵顿	905-332-7892
荷顿妇女中心, 米尔顿	905-878-8555
儿童求助电话	1-800-668-6868
短信: 连接到 686868	
Nina's Place 妮娜之家 - 性侵犯和家庭暴力治疗中心	905-632-3737 分机5708
儿童伸助中心 (ROCK)	905-878-9785
性侵犯和暴力干预服务 (SAVIS)	905-875-1555

上面列出的所有中心均提供 24 小时电话支持

## 妇女庇护所 (针对受虐待妇女和儿童)

荷顿妇女中心, 伯灵顿	905-332-1593
荷顿妇女中心, 米尔顿	905-878-8970

## 单身成人庇护所

Lighthouse 灯塔	905-339-2918
---------------	--------------

## 住房

住房帮助 荷顿	拨号 311
支持和住房 荷顿	905-845-9212

## 辅导服务

Thrive Counselling 勃发辅导	1-866-457-0234
奥克维尔/米尔顿	905.845.3811
伯灵顿	905-637-5256
荷顿妇女中心, 伯灵顿	905-332-1593
荷顿妇女中心, 米尔顿	905-878-8555
荷顿妇女中心, 奥克维尔	905-847-5520

## 住房

住房帮助 荷顿	拨号 311
支持和住房 荷顿	905-845-9212

## 儿童及青少年服务

荷顿儿童援助协会	905-333-4441
	1-866-607-5437
儿童伸助中心 (ROCK)	289-266-0036
受监督育儿时间计划 (Thrive) 勃发辅导	905-637-5256
	1-866-457-0234

## 法律服务

免费法律咨询	905-693-6539
Family Law Information Centre 家庭法信息中心	
Milton Courthouse 米尔顿法院	
491 Steeles Avenue East, Room 216	
荷顿社区法律服务	905-875-2069
Legal Aid Ontario 安大略省法律援助	1-800-668-8258

## 缓刑和假释

荷顿 (米尔顿)	905-878-7259
荷顿, 南奥克维尔	905-845-8571

## 收入资助

社会救济	311 或
www.halton.ca	905-825-6000
	1-866-442-5866

## 新来者资讯

Newcomer Information Centre (Achev) 新来者信息中心	905-875-3851
Halton Multicultural Centre 荷顿多元文化中心	
北奥克维尔	905-842-2486分机271
米尔顿	905-842-2486分机281
伯灵顿	905-842-2486分机291
乔治敦	905-873-6502分机174

## 技能发展与培训新来者服务中心

	905-333-3499分机460
奥克维尔	1-888-315-5521
	906-333-3499分机201
米尔顿	1-888-315-5521
	905-333-3499
伯灵顿	2-888-315-5521

## 报警

接到事件报案后, 荷顿地区警察局 (HRPS) 会进行调查并提交报告。负责的警官会确定是否发生了犯罪, 以及是否需要逮捕。请务必获取事件报案编号, 以及警官的姓名和警徽编号。

### 报案未导致指控

如果应对的警察没有形成合理的理由, 证明发生了刑事犯罪, 该事件将被记录下来, 但警方不会提出指控。您可能会收到受害者服务部门的后续跟进, 他们提供支持和转介。您也可以直接拨打905-825-4747分机 3232 (或 VSU 普通专线) 联系受害者服务部门。

### 逮捕的发生

如果应对的警察有合理理由, 证明犯罪行为已经发生, 并且被告在现场, 则会逮捕被告。

- 如果被告不在场, 警方将试图找到并逮捕被告。如果找不到被告, 警方将获取逮捕令。被告被捕后, 警方将通知受害者。

- 被告将被拘留, 并决定释放条件。被告可能会在必须遵守的条件下获释, 或被拘留等待保释听证。
- 释放令: 如果是有条件释放, 被告将被告知稍后出庭受审的日期。
- 保释聆讯: 在其他情况下, 被告会被逮捕并拘留, 直到治安法官主持保释听证会。释放条件由法院决定。

提出指控后, 所有受害者和证人必须向警方和检察官办公室, 通报任何新的联系信息。请致电HRPS 905-825-4777 分机 8799 和检察官办公室 905-878-7291。

### 举报违反释放条件后的程序

加拿大刑法规定, 任何违反或协助任何人违反释放条件的人, 都可能被指控犯有刑事犯罪。

- 立即通过电话联系 HRPS 或前往当地警察局。
- 提供任何相关信息和文件。
- HRPS 将进行调查以确定是否存在刑事犯罪。

### 限制令

- 通过家庭法院系统可获得针对配偶, 为了配偶, 同居伴侣或前同居伴侣的限制令。
- 法院可根据申请人担心其自身安全, 或其合法监护下的任何儿童安全的合理理由, 发出限制令。
- 命令可规定个人, 不得与您或您的孩子联系或交流, 不得进入一个或多个地点指定距离内, 以及法院认为适当的任何其他条件。
- 您可以通过家庭法律师, 或前往家庭法庭申请限制令 (491 Steeles Avenue East, Milton 米尔顿)。
- 如果限制令是在 2009 年 10 月 15 日或之后签发的, 违反限制令的条款就属于刑事犯罪。

### 和平保证书

- 和平保证书是一项法院命令, 要求受令者保持和平, 行为良好并遵守其他条件。
- 可以通过获得和平保证书, 来保护您免受任何让您感到威胁的人侵害。

- 在某些轻微的家庭案件中, 只要被告签署了有特定条件的和平保证书, 检察官就可以撤销刑事或省级指控。
- 和平保证书不是犯罪记录。但是违反和平保证书的规定属于刑事犯罪。
- 个人可以预约省级法院 (491 Steeles Avenue East, Milton 米尔顿) 的治安官, 申请和平保证书, 而无需警方介入。如果治安法官同意您的意见, 他们会发出传票, 要求对方在特定日期出庭, 以确定是否需要立和平保证书。

### 子女监护权

请注意, 在涉及儿童探视权和监护权纠纷时, 警方的权力可能有限。请协助警务人员审查最新的法院命令。如果法令没有明确规定由警方强制执行, 当事人将被指示返回家庭法庭, 或寻求家庭法律师的指导。如果没有法院命令, 警方无权干预探视权问题, 除非儿童需要提供保护。

