

**Các Số Điện Thoại Trợ Giúp Chống Bạo hành Gia đình và Xâm Hại Tinh dục Đường Dây Nóng Tiểu Bang Kansas 1-888-END ABUSE**

(dv) = chỉ cung cấp dịch vụ chống bạo hành gia đình  
(sv) = chỉ cung cấp dịch vụ chống xâm hại tinh dục

Atchison/Hiawatha	800-367-7075 hoặc 913-367-0363
Dodge City	620-225-6510
El Dorado	800-870-6967 hoặc 316-321-7104
Emporia	800-825-1295 hoặc 620-342-1870
Garden City	620-275-5911
Great Bend	866-792-1885 hoặc 620-792-1885
Hays	800-794-4624 hoặc 785-625-3055
Hutchinson	800-701-3630 hoặc 620-663-2522
Iola	620-365-7566
Kansas City, KS	El Centro, Inc. ¡Si Se Puede! (dv) 913-677-0177 Friends of Yates / Joyce H. Williams Center (dv) 913-321-0951
Kansas City, MO	KCAVP 816-561-0550 MOCSA (sv) 816-531-0233
Lawrence	GaDuGi Safe Center (sv) 785-843-8985 The Willow Domestic Violence Center (dv) 800-770-3030 hoặc 785-843-3333
Leavenworth	800-644-1441 hoặc 913-682-9131
Liberal	620-624-8818
Manhattan	800-727-2785 hoặc 785-539-2785
Mayetta	866-966-0173 hoặc 785-966-0173
Newton	800-487-0510 hoặc 316-283-0350
Overland Park	888-432-4300 hoặc 913-262-2868
Pittsburg	800-794-9148 hoặc 620-231-8251
Salina	800-874-1499 hoặc 785-827-5862
Topeka	888-822-2983 hoặc 785-354-7927 buổi tối 785-234-3300
Wichita	Catholic Charities Harbor House (dv) 866-899-5522 hoặc 316-263-6000
Wichita	StepStone (dv) (văn phòng) 316-265-1611
Wichita	Wichita Area Sexual Assault Center (sv) 316-263-3002
Wichita	YWCA Women's Crisis Center (dv) 316-267-SAFE (7233)
Winfield	800-794-7672 hoặc 620-221-HELP (4357)

## An toàn và Con cái của Quý vị

### Trao đổi với nhà trường và nhà trẻ.

Thông báo cho họ biết những người được quyền đưa đón trẻ và cho biết từ mật mã. Thảo luận với họ về các điều khoản đặc biệt khác để bảo vệ quý vị và con cái. Cung cấp cho họ hình ảnh của kẻ bạo hành nếu có thể.

### Chuyển con cái sang một nơi an toàn.

Tìm kiếm một nơi an toàn để làm địa điểm cho phép viếng thăm con cái. Ở một số cộng đồng có những nơi chuyên biệt dành cho mục đích này. Hãy liên hệ với chương trình dịch vụ nạn nhân bạo hành gia đình tại địa phương (xem “Danh bạ Trợ giúp Bạo hành Gia đình và Xâm hại Tinh dục Kansas”) để biết thêm thông tin.

## Quý vị và con cái quý vị xứng đáng được an toàn.

## An toàn Nơi làm việc

### Hãy nói với mọi người.

Quyết định người nào tại nơi làm việc mà quý vị sẽ nói với họ về tình trạng của mình, đặc biệt là khi quý vị có Ấn lệnh Bảo vệ Chống Lạm dụng (PFA). Đây có thể là phòng bảo vệ của công ty, nếu có. Cung cấp cho họ hình ảnh của kẻ bạo hành nếu có thể. Quý vị được quyền yêu cầu và mong muốn sự bảo mật từ những người mà quý vị đã tiết lộ.

### Sàng lọc các cuộc gọi của quý vị.

Sắp xếp để sàng lọc hoặc ghi nhật ký các cuộc gọi cho quý vị, nếu có thể.

### Soạn lập một kế hoạch an toàn.

Soạn lập một kế hoạch an toàn khi đến và rời

khỏi nơi làm việc. Nhờ người khác hộ tống đến xe hoặc phương tiện vận chuyển khác.

Nếu quý vị và kẻ bạo hành làm việc chung một chỗ, hãy thảo luận với cấp trên về các lựa chọn của quý vị đối với lịch trình làm việc, biện pháp phòng ngừa an toàn và quyền lợi của nhân viên/gia đình.

Hãy liên hệ với chương trình dịch vụ nạn nhân bạo hành gia đình tại địa phương (xem “Danh bạ Trợ giúp Bạo hành Gia đình và Xâm hại Tinh dục Kansas”) để biết thêm thông tin về an toàn tại nơi làm việc.

## Trong trường hợp Khẩn cấp, hãy Gọi 911

### Để được trợ giúp, hãy liên lạc:

#### Chương trình gần quý vị nhất

(xem các số điện thoại trợ giúp),

#### Đường Dây Nóng Tiểu Bang Kansas

1-888-END ABUSE (1-888-363-2287), or

#### Đường dây nóng Bạo hành Gia đình Quốc gia

1-800-799-SAFE (1-800-799-7233)

Dự án này được tài trợ bởi Quỹ Tổng hợp Tiểu Bang dưới sự quản lý của Chương trình Tài trợ của Nữ Thống đốc Bang Kathleen Sebelius. Các ý kiến, kết quả, kết luận hoặc đề xuất trong tài liệu này là của các tác giả và không nhất thiết phản ánh đúng quan điểm của Văn phòng Thống đốc Bang Kansas.

# KẾ HOẠCH AN TOÀN

## Cho Nạn nhân của Bạo hành Gia đình

### Hội Phòng Chống Xâm hại Tinh dục và Bạo hành Gia đình Kansas

Kế hoạch an toàn này dành cho các nạn nhân của bạo hành gia đình. Việc lập kế hoạch an toàn giúp phát triển các công cụ phòng ngừa các tình huống nguy hiểm tiềm tàng. Quý vị chỉ chọn lựa những đề xuất dưới đây sao cho phù hợp với trường hợp của quý vị.

 **Kansas Coalition**  
against sexual & domestic violence

kcsdv.org  
facebook.com/kcsdv

# An toàn Trong một Vụ việc Bùng phát

## Chạy đến nơi có lối thoát.

Không đến bồn tắm (gần những bề mặt cứng), nhà bếp (có dao), hoặc gần vũ khí.

## Ở trong phòng có điện thoại.

Gọi 911, bạn bè hoặc hàng xóm, nếu có thể. Thông báo ngay cho họ nếu có vũ khí trong nhà.

## Biết lối thoát hiểm.

Thực hành cách thoát ra khỏi nhà an toàn. Làm dấu cho lối thoát hiểm.

## Chuẩn bị tư trang gọn gàng.

Cất giấu ở nơi dễ lấy để có thể đi nhanh, hoặc cất giữ đâu đó trong nhà nếu kẻ bạo hành tìm kiếm.

## Quy ước lời nói hoặc ký hiệu mật mã.

Quy ước với con, cháu hoặc hàng xóm để quý vị có thể thông báo cho họ việc quý vị cần đến cảnh sát.

## Biết được nơi quý vị sẽ đến.

Lập kế hoạch nơi quý vị sẽ đến nếu rời khỏi nhà, dù quý vị nghĩ mình không cần phải bỏ đi.

## Tin tưởng vào sự phán xét của quý vị.

Xem xét những gì sẽ giúp mình an toàn và dành thời gian hoạch định những việc cần làm tiếp theo. Đôi khi tốt nhất là bỏ chạy và đôi khi là xoa dịu kẻ bạo hành – bất kỳ cách nào để bảo vệ cho quý vị và con cái.

# An toàn Khi Chuẩn bị để Rời khỏi nhà

## Rời khỏi nhà có thể là thời gian nguy hiểm nhất!

## Tìm một chỗ an toàn để tá túc.

Hãy chắc chắn đó là chỗ có thể bảo vệ quý vị và con hoặc cháu.

## Gọi cho một chương trình dịch vụ nạn nhân bạo hành gia đình.

Tim ra các dịch vụ và những nơi trú ngụ để dự phòng cho trường hợp cần thiết. Luôn lưu giữ địa chỉ và số điện thoại của những nơi này bên mình.

## Tim người mà quý vị tin tưởng.

Gửi trước tiền bạc, chìa khóa dự phòng, bản sao các giấy tờ quan trọng và quần áo cho họ, để quý vị có thể rời khỏi nhà nhanh chóng, nếu cần thiết.

## Mở một tài khoản tiết kiệm.

Chỉ mở theo tên của quý vị, để gia tăng tính độc lập của quý vị. Xem xét việc gửi tiền vào tài khoản trực tiếp từ tiền lương hoặc tiền trợ cấp của mình.

## Soát xét kế hoạch an toàn của quý vị.

Thường xuyên nghiên cứu và kiểm tra kế hoạch của quý vị để biết cách an toàn nhất để rời khỏi kẻ bạo hành.

## Các quan ngại về tình trạng di trú.

Quý vị có thể hội đủ điều kiện theo một đạo luật gọi là Luật Phòng chống Bạo hành đối với Phụ nữ. Hãy nói chuyện với một chuyên gia di trú (không phải là cơ quan Thi hành Di trú và Hải quan) hoặc chương trình dịch vụ nạn nhân bạo hành gia đình tại địa phương (xem “Danh bạ Trợ giúp Bạo hành Gia đình và Xâm hại Tình dục Kansas”) để biết thêm thông tin.

# An toàn trong Nhà Riêng của Quý vị

## (Nếu kẻ bạo hành không sống chung với quý vị)

## Hãy nâng cấp hệ thống an ninh của căn nhà.

Thay ổ khóa cửa và cửa sổ càng sớm càng tốt. Xem xét một dịch vụ an toàn, thanh chắn cửa sổ, Ánh sáng tốt hơn, máy báo động khói, hoặc bình xịt chữa cháy.

## Có một kế hoạch an toàn.

Chỉ dẫn cho con hoặc cháu cách gọi cho cảnh sát hoặc người mà chúng tin tưởng. Quy ước mật mã mà quý vị và con cái cùng thống nhất – để trao đổi sự việc và thông báo cho người được quyền đón trẻ.

## Thay đổi số điện thoại.

Sàng lọc các cuộc gọi của quý vị nếu quý vị có máy tự động trả lời hoặc ID người gọi. Lưu tất cả các tin nhắn có lời lẽ đe dọa hoặc vi phạm các án lệnh. Liên hệ với công ty điện thoại địa phương để xin cấp số điện thoại không phổ biến.

## Nói chuyện với hàng xóm hoặc chủ nhà.

Thông báo cho họ biết về việc kẻ bạo hành không còn sống chung với quý vị và họ nên gọi cảnh sát nếu thấy kẻ bạo hành đến gần nhà quý vị.

## Tim tư vấn pháp lý.

Hãy tìm một luật sư giỏi về bạo hành gia đình để tìm hiểu về các điều khoản giám hộ, thăm viếng và ly dị để bảo vệ cho quý vị và con cái. Thảo luận về việc xin án lệnh ngăn cản khi cần đến.

Kẻ bạo hành có thể bị bắt buộc tuân thủ một chương trình can thiệp kẻ bạo hành. Hãy trao đổi với chương trình này để tìm hiểu thêm về các rủi ro tiềm tàng mà quý vị có thể gặp phải khi kẻ bạo hành tham gia. Ngoài ra, hãy liên hệ với chương trình dịch vụ nạn nhân bạo hành gia đình tại địa phương (xem “Danh bạ Trợ giúp Bạo hành Gia đình và Xâm hại Tình dục Kansas”).

# An toàn và Sức khỏe Tinh thần

## Tim kiếm hỗ trợ.

Gọi đường dây trợ giúp khủng hoảng bạo hành gia đình và/hoặc tham gia một nhóm hỗ trợ phụ nữ hoặc nạn nhân ít nhất hai tuần để tìm hiểu thêm về quyền lợi của mình và mối quan hệ của mình với kẻ bạo hành.

## Làm những gì an toàn cho quý vị.

Nếu quý vị phải giao tiếp với kẻ bạo hành, hãy sắp xếp làm việc này theo cách mà quý vị thấy an toàn – bằng điện thoại, thư hoặc với sự tháp tùng của người khác.

## Trong trường hợp Khẩn cấp, hãy Gọi 911

## Để được trợ giúp, hãy liên lạc:

**Chương trình gần quý vị nhất** (xem các số điện thoại trợ giúp),  
**Đường Dây Nóng Tiểu Bang Kansas**  
**1-888-END ABUSE** (1-888-363-2287), or  
**Đường dây nóng Bạo hành Gia đình Quốc gia**  
**1-800-799-SAFE** (1-800-799-7233)

## Các Số Điện thoại Quan trọng:

Cảnh sát \_\_\_\_\_

Chương trình Bạo hành Gia đình/Xâm hại Tình dục \_\_\_\_\_

Bạn bè \_\_\_\_\_

Khác \_\_\_\_\_

## Nếu quý vị quyết định rời khỏi nhà, Hãy Mang Theo ...

- Giấy Hôn thú và Bằng lái xe
- Giấy khai sinh – của quý vị và gia đình
- Tiền, séc, thẻ tín dụng, thẻ ATM, sổ thẻ chấp, thẻ xe
- Thẻ An sinh Xã hội, thẻ lao động, thẻ xanh, hộ chiếu và visa
- Giấy tờ ly dị, giám hộ và án lệnh ngăn cản
- Giấy tờ bảo hiểm và hồ sơ y tế
- Hợp đồng thuê, mướn nhà và/hoặc giấy tờ nhà
- Hồ sơ học bạ và y tế
- Chìa khóa – nhà, xe, văn phòng, của bạn bè
- Thuốc, kính, máy trợ thính, v.v... cần thiết cho quý vị và gia đình
- Vật dụng cá nhân – sổ địa chỉ, hình ảnh, đồ chơi
- Bản sao của thẻ xanh hoặc sổ an sinh xã hội của chồng/vợ và các giấy tờ liên quan đến di trú
- Thẻ phúc lợi