

# 害怕离开？

Chinese

## 害怕继续留下？

不知道向谁求助吗？  
因为居住环境或恐惧让你  
感到孤立无助吗？

问一问自己这些问题：

- 是不是不允许你去探访你自己的朋友？
  - 是不是不准你自己一个人外出？
  - 是不是曾经被没收或没有得到生活费用？
  - 是不是经常受到与你同住的人批评、侮辱或恐吓？
  - 是否有人为了满足他自己的需求而对你或你的子女使用暴力？
  - 现在你是否经常受到与你同住的人袭击或恐吓？
  - 你害怕吗 —— 为你自己或你的子女？
- 如果以上任何一个问题的回答“是”，而且你想秘密地向人倾诉，请拨打：

01482 318759

## 向谁求助

紧急情况请直接拨打 999

Hull-DAP (01482) 318759

如果你已经离家出走，警方可以陪同你  
回原住所收拾你的行李。

### 求助热线

Hull 警局：0845 6060222

警方家庭暴力小组：(01482) 318754

妇女协助会求助热线：(01482) 446099

房屋事宜：(01482) 300300

受害者支援会：(01482) 229651

优胜者计划：(01482) 790310

妇女安全计划：(01482) 828755

Bransholme 妇女中心：(01482) 828755

## 安全至上

如果你打算离开，请考虑一下以下内容：

### 证件

- 驾驶证
- 子女的出生证
- 你自己的出生证
- 租金册
- 福利册
- 护照

### 其他

- 现金 银行卡或信用卡
- 房屋钥匙
- 可变更的小物件 —— 珠宝
- 化妆品和药物
- 衣服

### 法律文件

- 抵押文件
- 工作许可证
- 离婚文件
- 不准骚扰令



HullDAP

— 一直致力于通过  
相互合作处理家庭暴力问题