



安全规划

采取的步骤：

与施害者共处一室的安全规划

分居前的家庭暴力安全规划

分居后的家庭暴力安全规划

针对互联网和社交媒体的安全规划

5步

与施害者共处一室的安全规划

这些是建议的安全规划步骤。这些建议可能不适用于所有情况。
请与SCVAN法务部联系，以获取关于限制令的信息。

911

如果在紧急情况下您或您的家庭成员有直接危险，请拨打911。尽可能使用座机，因为即使您不能说话，它也会为调度员提供地址。

紧急联系人

选择两个亲密的朋友或家人作为紧急联系人，在紧急情况下您可以与他们住在一起，并与他们一起制定应急计划。该计划应包括在紧急情况下的安全通信方式，以及安全的聚会场所。

代码字

确定“代码字”，如果您需要帮助以离开虐待者，您可以发送短信给紧急联系人。这可以是您从未使用过的表情符号，也可以是“您起来了吗？”或“那边在下雨吗？”之类的简短短语。

存钱

开始储蓄存钱。如果您去商店购买必需品，购买可以在紧急情况下保存在安全地点的礼品卡。

保护您的手机

定期清除您的网页浏览器历史记录，并且在可能的情况下使用指纹或面部识别扫描功能锁定和保护您的手机。

9个步骤

针对互联网和社交媒体的安全规划

1

请注意，所有书面交流都可能被查看者保留，因此请限制您不希望施害者访问的电子邮件、文本和社交媒体。

2

在网上发布图片或视频时，请注意地标建筑物、学校徽标以及图片背景中可能无意中透露的其他信息。

3

如果有人在任何形式的社交媒体（包括SnapChat）上发表危险或威胁的帖子，请截屏并向执法部门举报。

4

不要接受您不认识的人的好友请求，并删除您不认识的关注者。

5

检查应用程序和社交媒体上的隐私设置，以确保您的位置不公开。

6

将个人信息保密。不要公开发布关于职业、学校或人际关系状况的信息。

7

切勿与任何人（包括家人、亲密朋友或其他重要人员）共享社交媒体密码。

8

从手机或电脑访问互联网时，使用无痕浏览模式。定期从设备中删除cookie并经常更改所有密码。定期清除网页浏览器历史记录。

9

立即更改所有密码，包括社交媒体、银行账户、网上购物网站和您的手机的密码。

8个步骤

分局前的家庭暴力安全规划

选择两个亲密的朋友或家人，您可以在紧急情况下与他们住在一起，并与他们一起制定应急计划。

建立现金储备并将资金存放在施害者不可能看到的地点。

确定您与施害者共享的财产和债务。

开设一个个人银行账户，然后将您的资金（包括薪水）转入该账户。

如果您没有工作，请寻求培训并更新您的简历。关于如何执行此操作的更多信息，请访问[S. C. Works](#)。

更改所有电子帐户（包括电子邮件和社交媒体）上的密码。

11个步骤

分居后的家庭暴力安全规划

- 1 立即更改所有电脑和网上账户密码，包括银行和社交媒体账户。
- 2 在家里安装保安装置。如果施害者曾经有过您家的钥匙，则应更换所有门锁。
- 3 告诉邻居施害者不住在您家中，并告诉他们如果在附近看到施害者，请他们报警。
- 4 保护个人信息，包括地址、雇主和子女的学校。
- 5 向子女的学校或托儿所告知相关情况。
- 6 改变您的日常习惯：在您与施害者未曾一起到过的地点购物、处理银行事务和开展业务。
- 7 将日记本、记事录、私人信件和日历保存在家以外的安全地点。
- 8 如果您有限制令，请将副本保留在多个地点，包括您的车辆、手提包和房屋。将副本发送给您的亲密家人和朋友。
- 9 如果您需要快速离开，请在安全的地点或可信任的朋友或家人的家里存放钱、备用钥匙和“应急包”。
- 10 选择发生紧急情况时您可以住在一起的亲密朋友或家人。
- 11 避免与施害者联系，屏蔽电话，并且避免在没有回信地址的情况下打开邮件。