



制定 安全计划

编纂:

PCAWA
PEEL COMMITTEE AGAINST WOMAN ABUSE

共同终结针对女性的暴力

2019 年 4 月

鸣谢

皮尔区制止针对女性暴力委员会感谢赞助方的慷慨支持。



皮尔区制止针对女性暴力委员会 (PCAWA)
P.O. Box 45070
Mississauga, ON L5G 1C9
电话: 905.823.3441
电子邮件: pcawa@pcawa.org
www.pcawa.net

制定安全计划 ©Peel Committee Against Woman Abuse.

第二版: 2004年3月。第三版: 2005年7月。
第四版: 2006年4月。第五版: 2010年7月。第六版: 2017年2月。
第七版: 2019年4月

目录

简介	3
遭遇暴力以及/或者计划逃离	6
A) 重要文件	6
B) 重要卡证	6
C) 提前准备打包物品.....	6
D) 随时准备好以下物品	7
E) 其他事项:	7
F) 如果警方介入或您希望警方介入:	8
安全规划	10
A) 逃离暴力:	10
B) 继续这段关系并共同生活:	10
C) 如果您未与施暴者同住:	11
D) 住家以外:	11
孩子的安全计划	14
技术手段与网络暴力	15
24 小时危机热线.....	17
庇护场所	17
财务支援	18
住房服务	18
法律服务	18
女性支持服务.....	18
紧急服务	20

简介

本手册旨在为已遭遇暴力或有可能遭遇暴力的女性¹提供应对措施。

针对女性的暴力是根植于性别不平等的一个社会问题。针对女性的暴力基于种族歧视、社会阶级歧视、对同性恋和变性者的恐惧心态、年龄歧视、残障歧视、殖民主义心态和反伊斯兰教思想等，各有差异。许多女性都遭遇了基于性别的暴力，不应就此对她们进行指责。如果您是遭遇暴力的女性，请记住您不是孤身一人，PCAWA 的会员组织信任您，会以满足个人需要的方式给予您协助。

不管您正遭受暴力、想要逃离一段暴力情势/关系或已经逃离了暴力情势/关系，本手册都会为您和孩子（如有）提供一些应对措施。

暴力情形/关系和风险因素可能变化很快，所以务必要认识到，您的安全计划也需要顺势应变。

制定安全计划时，请记住：

- 不应就您遭受的暴力或其对孩子的影响对您进行指责；
- 您不应对暴力的发生承担责任；
- 您不是孤身一人。社区中有许多资源可以各种方式为您提供支持（咨询、住房、财务等）。

针对女性的暴力有许多种形式。其他常见的描述还有：家庭暴力、性暴力、性虐待、虐待女性、性别暴力或亲密伴侣暴力。女性可能会在任何关系中遭遇暴力，它可能来自亲密关系（异性恋或 2SLGBTQ+关系）、家庭成员或者工作场所/学校。同一时间内，一位或多位陌生人也可能会对女性施加暴力。本手册中，对您加诸暴力的人士被称为施暴方。

¹ 本手册中所使用的“女性”一词为统称，涵盖范围广阔，包括但不限于：顺性别女性、变性者女性、性别酷儿、非二元性别者和双灵人。

针对女性的暴力有多种形式，例如：

- 肢体（例如：打、推、掐、监禁或拉扯）
- 心理或情感（例如：驳斥、辱骂、威胁、操控或恐吓）
- 性（例如：性侵犯、性胁迫、强迫女性进行贬低性或造成伤害的性行为、迫使其观看或参与违背其意愿的性行为）
- 经济（例如：夺取或扣发其收入、不让她参与财务决策；阻止其进行有偿工作或扰乱其有偿工作的正常进行）
- 精神或心灵层面（例如：贬低或限制其参与精神或心灵活动的的能力）
- 跟踪/骚扰（例如：尾随、在工作场所不请自来、连续不断的电子邮件/电话）
- 网络（例如：发布人身攻击信息、未经当事人允许传播其敏感图片、在网络上散布其谣言/不实传言）

照顾自己

在涉及女性安全和安全规划时，最重要、同时也是最常被忽视的一个方面就是要学会照顾自己。

遭遇暴力会让人心力交瘁。此时，就更需要花时间关爱自己。以下是一些建议：

- 如果您需要支持和协助，可以花时间打电话给会支持您的朋友、亲戚、咨询人员等。
- 寻找社区资源。有许多组织可以提供支持，协助您寻找满足个人需要的服务和协助（参见第17页）
- 如果您需要/不得当面对/通过电话与施暴者联络，请预先安排会为您提供支持的朋友/亲戚在场。可能的情况下，可以书面形式交流
- 参与社区活动，减少孤立感
- 加入同侪支持团体，获得支持，强化自己与他人的关系
- 给自己留一些时间独处（阅读、沉思、听音乐等）
- 以自己认为合适的任何方式来满足心灵需求
- 允许自己感到愤怒，并寻找发泄途径
- 花时间与那些让自己感觉舒服并且会提供支持的人相处
- 保证充足睡眠的良好休息
- 将自己的感受写下来，或与他人进行探讨
- 在处置会给您带来压力的状况前，花些时间在心理层面做好准备，例如与施暴者交谈、联系律师或者出庭等
- 尽量不要忽视自己——将每天与他人的会面限制在一次，以减轻压力（如可能）。记录会面的日期、时间和地点
- 在搜集整理相关文书资料时寻求协助
- 发挥创意，去做自己喜欢的事
- 发现自己内心蕴藏的力量
- 请记住，您当下最需要照顾好的人就是自己

遭遇暴力以及/或者计划逃离

如果您正遭遇持续性的暴力，并且/或者计划逃离这样的情势/关系，您可以参照以下建议：

A) 重要文件

复印以下文件，并存放在安全地点。如可能，将原件藏在另外的地点。

- 全家人的护照、出生证明、第一民族身份卡、公民纸、移民纸、永久居民或公民卡等
- 驾照、注册文书、保险文件
- 自己和家人的医保卡
- 全家人的处方、医疗和疫苗记录
- 学校记录
- 所有社会保险（Ontario Works、Ontario Disability Support Plan）文件
- 工作许可
- 结婚证书、离婚证书、监护文件、法庭令、禁制令或其他法律文书
- 房屋租约、房屋契据、按揭贷款还款文件
- 最近一次的加拿大报税单
- 银行月结单
- 地址簿/电话簿
- 施暴者照片
- 所有常用卡证，例如信用卡、银行卡、电话卡、社会保险号码（SIN）卡

B) 重要卡证

保管好所有常用卡片：

- 信用卡
- 电话卡
- 银行卡
- 医保卡
- 身份证件（例如驾照、年龄证明原住民身份证等）

C) 提前准备打包物品

提前准备好钱包皮夹和手提包，里面应包含以下物品：

- 住家、汽车、工作场所和保险箱等的钥匙

- 支票簿、银行簿册/结单
- 驾照、注册文件、保险文件
- 地址簿/电话簿
- 施暴者照片
- 藏好的紧急备用现金
- 手机

D) 随时准备好以下物品

准备好以下物品，以便随时拿取：

- 紧急包，内含急用物品，或者方便快速打包的箱包
- 为孩子准备的特别玩具和/或安抚物品
- 药物
- 对您有特殊情感价值的物品
- 其他希望带走的物品清单，以便您在日后有机会回家时可以拿取

E) 其他事项：

- 以您自己的名字开设新的银行账户，确保之前的银行月结单或其他电话不会再转往您的现住址；或者将信件转寄给您信任的朋友或家人；或者开设网络银行账户。
- 安排好紧急逃离路线，同时考虑行动不便的问题，规划合适的交通方式和具体安排（例如出租车、公交车、TransHelp、Wheel-Trans等）
- 事先规划并演练具体步骤，牢记心中，以便到时快速撤离。
- 熟记紧急庇护所/机构的电话号码（参见第17页）
- 与朋友或家人预先进行安排，以便在必要时投靠
- 离开住家时，可能的情况下，将孩子带走。如果希望日后再领走孩子，警方无法帮助您将孩子带离另一位家长，除非您有有效的法庭令
- 思考并记录触发施暴者的事件。这可以帮助您预测下一次暴力事件并让您有时间准备
- 记录施暴的模式、施暴的日期时间以及与施暴者之间所有的通联记录（例如：照片、医疗档案、信息截屏等）

- 向可能受到影响或身处遭受暴力风险中的家人提供相关支持资源（参见第17页）

F) 如果警方介入或您希望警方介入：

- 如果您有孩子，联系警方可能使儿童保护机构（例如儿童保护协会）介入您的家事
- 如果您是在加拿大没有合法居留身份的女性，联系警方可能导致逮捕、居留和/或遣返
- 您可能被起诉。因为施暴者可能会声称您侵犯了他们，即使您是出于自卫
- 在您提出要求时，警方会向您提供他们的姓名、编号和电话号码，以便日后联系和参考
- 如果您提前联系当地警局提出申请，警方会护送您回住处，并取回其他个人物品。此时，您可以取回我们上文中为您列出的物品以及您个人和孩子的其他重要物品
- 警方可能会起诉对方。如果发生这种情况，请留意对方是否会被拘留或释放。您可以向调查官提出更多释放条件。您还可以索取释放条件的副本。
- 随时携带保护令的副本。将副本交给您居住地、工作场所和经常前往场所的警察。将保护令一事告知您的朋友、同事、家人。
- 如果保护令丢失或被毁，您可以从Victim Witness Assistance Program（受害者目击人协助项目）获得另一份副本，他们还可以协助您为出庭做准备。
- 如果对方违反保护令或者以任何方式威胁您，您可以联系警方汇报违令行为。
- 您需要向警方说明的重要事项有：虐待是否有特定模式、对方是否有武器或可能获得武器。如果警方未能协助您，您可以将违反保护令的事件报告给当地安大略省警OPP的分遣队指挥官或者该事件辖区所在地的警察局长。
- 确保学校、日托机构和警方有您全部法庭令的副本，包括禁制令、监护和探视令以及对方的照片。
- 要求警方对您的在档地址进行暴力事件标注，以便今后接获您报警电话的官员可以迅速获知相关信息，并意识到该地址曾发生危险事件。
- 提前告知邻居，如果他们今后听到您家有打斗或尖叫，是否要联系警方。
- 教导孩子如何拨打911、联系警方。

例如：

拨打 911。

接线员会回答：请问你要联系警察、火警还是救护车。

您的孩子应该回答：警察。

然后继续：

我叫_____

我需要帮助。请求警方协助。

有人正在伤害我妈妈。

地址是_____

电话号码是_____

通话后，务必要让孩子保证电话畅通或者取下听筒保持忙音。挂断后警方可能会回电，这会对自己和孩子造成危险。

安全规划

以下建议有助于保证您在不同情形下制定安全规划：

A) 逃离暴力：

- 尝试去鉴别触发暴力事件的因素。这可以帮助您预测下一次暴力事件并让您有时间准备（例如提前制定将孩子送给朋友/家人照看的计划）。
- 相信自己的判断力和直觉。如果您可以通过言语方式进行自卫，那么可以先假装顺从施暴者的意愿，以便让他们冷静，然后再伺机逃跑。
- 试着转移到您认为风险最低的地方。避免没有明确逃离路线或者会让施暴者取得武器（例如厨房、车库）的区域。
- 开始明确自己所处的位置，以便快速逃离，或者寻找电话，以便打电话给信任的朋友或家人，或者在必要时直接拨打911报警。
- 尽可能制造噪声（触发火警警报、大声呼喊“着火了”、打碎物品或窗户），吸引他人注意力。
- 与孩子使用暗语，通知他们寻求帮助。
- 提醒自己查看提前列好的物品清单。如果您选择拨打911报警，请告知警方您正遭到攻击或已遭到攻击，情况紧急。如暴力行为正在进行中且您无法再通话，请不要挂断电话。保持电话线路畅通或取下听筒、保持电话仍然接通。
- 抵达安全场所后，您可以考虑就任何身体伤情寻求医疗救护。
- 如果您遭到性侵犯或者决定寻求医疗援助，请暂时先不要洗澡。您可以选择的直接前往Trillium Health伴侣性暴力与家暴服务中心（参见第17页），受过培训的专业人士会为您进行检查并采集证据。您不必立刻做出选择是否报警。如果您决定起诉施暴者，请保留受到侵犯时所穿衣物（不要洗），并将其作为证据提交。

B) 继续这段关系并共同生活：

- 尝试去鉴别触发暴力事件的因素。这可以帮助您预测下一次暴力事件并让您有机会去准备。
- 了解有哪些支持资源，例如距离最近的女性庇护所、受侵犯妇女求助热线、家人、朋友、咨询人员、孩子的朋友等。

- 如果您的电话有来电显示，留意都有哪些人可以获取您电话自动储存的号码，例如您上一通拨出或收到的电话号码。
- 查看您的汽车内部或底部是否被他人安装GPS定位装置，以跟踪您的行动。如果您发现了类似装置，请寻求协助以将其移除或采取其他出行方式。
- 教孩子使用电话（和手机，如有）以呼叫能为您提供安全的人士。
- 教孩子在被施暴者控制的情况下给您和安全人士拨打对方付费电话。
- 跟孩子和/或家人、朋友约定一个暗语，以便让他们知道何时该寻求援助。
- 预先安排紧急逃离出口，并将其告知您的孩子。
- 教孩子制定他们自己的安全计划（见第14页）。
- 为您的宠物制定安全和健康计划，例如在必要时将其安置给朋友或家人。
- 留意家中任何可以被用作武器的物品或施暴者是否会取得这些物品。
- 使用电脑时，留意他人可能会追踪您浏览过的网页。有关如何隐藏您的上网记录，请参见第15页相关章节。
- 提醒自己列出个人物品清单并妥善保管。

C) 如果您未与施暴者同住：

- 使用电话预录匿名应答服务，不要使用自己真实的声音或透露自己的身份。
- 考虑在住处外安装灯光系统，当有人靠近时会自动点亮。
- 如果您同意与对方见面，请选择在公共场所增加安全系数。确保有第三者知晓您的见面地点以及返程时间。
- 如果对方有权探视您的孩子，您可以就探视监督条件或拒绝探视咨询律师。
- 如果对方需探视孩子，可以为孩子安排接送服务，这样您就无需与对方接触。
- 选择与施暴者同住期间不同的杂货店和购物场所，以及不同的购物时间。
- 不要把自己的名字列在公寓住户名录或邮箱处。

D) 住家以外：

您必须自行决定是否以及/或者何时要告知他人自己遭遇了暴力以及您身陷险境。朋友、家人和同事也许能帮助您。但是，每位女性都应该认真考虑向谁求助。您可以考

考虑下列建议：

- 将施暴者照片和所驾驶车辆的描述交给同事、邻居和大楼安保人员，以便他们了解您的安全需求。
- 与雇主探讨168法案《工作场所暴力与骚扰法案》，以确定有哪些支持措施来降低您在工作场所的风险。
- 请求对您在工作场所接获的来电进行筛选，或者使用语音信箱。记录任何不想接到的对方来电。
- 拦截不想收到的电子邮件，或者将其自动转入您不必阅读的文件夹。
- 将自己的处境告知您可以信任的邻居，以便他们在暴力发生时为您提供协助。
- 告知照看您孩子的人士（包括学校和日托机构），哪些人有权接走您的小孩。
- 告知学校、日托机构、保姆和有权接送您孩子的人士，施暴方无权接走小孩，并请上述各方不要将您的联系信息交给任何人。
- 请求邻居在紧急情况发生时照看您的小孩。

上下班时：

- 告知他人您何时会回家、何时会抵达工作场所，安全抵达后打电话告知。
- 将钥匙拿在手中，以便快速离开，或者在遇到危险时按下警报按钮以吸引他人注意。
- 让他人陪同您步行至您驾驶的汽车（如有）。
- 走向汽车时，环视停车场。
- 如果有人尾随，您可以驾车行驶至安全地点，例如安全人士所在的地点、加油站、警察局等。
- 如驾车期间出现问题，使用手机，连续按喇叭，并直接行驶到光照良好、开阔、人多的地点，或者您熟悉的安全地点。
- 行驶路线应该人多、光照好。
- 上下班的时间和路线不要固定。
- 如果您在路上看到施暴方，试着前往公共场所例如商店，或者吸引注意力并求助。
- 如果使用公共交通，您可以选择靠近司机的车厢前部，并请您认识的人在车站接您。

并护送回家。可以考虑更改乘车路线。

- 安全回家/抵达工作地点后，告知朋友或亲戚。

孩子的安全计划

本计划旨在帮助女性教导他们的孩子一些基本的安全规划常识。

对孩子来说，最重要的就是远离暴力。尽管孩子们经常会尝试阻止暴力，但务必要告诉孩子，最好和最重要的事情就是保证自身安全。

接触过针对女性暴力的孩子会深受影响。面对针对自身或亲友的暴力会让他们身心受创。人身安全和安全规划对家庭中存在暴力的孩子很重要。孩子们应学习保护自己。请告诉孩子，他们唯一要做的就是保证自己的安全。

以下方法可以帮助您为孩子制定安全计划：

- 任何计划的第一步都应让孩子离开暴力发生的地点。
- 让孩子选择家中安全的房间/地点，房间最好带锁和电话。
- 强调安全的重要性，并告诉孩子，他们没有义务确保父母的安全。
- 与孩子约定暗语，以便让他们知道何时要逃往安全地点，何时要求助。
- 告诉孩子怎样求助。孩子务必要知道他们不能被施暴者发现在使用电话。这会给他们带来危险。告诉孩子，如果在家中无法使用电话，则应使用邻居家的电话或其他地点的付费电话。请记住，付费电话或手机拨打911是免费的。
- 如果您有手机，教孩子如何使用。
- 确保孩子知道自己的全名和地址（住在乡村地区的孩子需要知道自己的地界和区块编号）。
- 与孩子演练在致电求助时应陈述哪些信息。
- 选择住家以外安全的地点与孩子见面，这样你们就可以在事件平息后，轻易找到彼此。
- 告诉孩子前往预定安全地点时最安全的路径。
- 和孩子练习并角色扮演安全计划，包括暴力发生时怎么做和去哪里。
- 与孩子探讨安全以及他们的技术装备和社交媒体账号（参见第15页）

技术手段与网络暴力

A) 技术装备

您可以采取措施让他人难以追踪您的网络活动，但是对方可能仍有办法让您难以防范技术装备被跟踪。

如果您担心使用家用电脑时的网络安全，那么可以使用对方无法接触到的电脑，例如公共图书馆、学校、网吧或您信任的朋友家的电脑。

以下是一些有关网络安全的建议：

- 定期更改密码，将密码记在脑子里。
- 离开前，先登出电脑账号和社交媒体账号。
- 留意社交媒体的哪些互动和设置是任何人均可浏览、非私人的。
- 检查施暴者是否可以获取您电话上的来电与拨出电话。
- 检查您的技术装备和社交媒体账号是否被安装了跟踪应用程式或开启了定位服务，参见下文以了解如何移除或关闭。

简单几步就可以查看他人浏览过的网页：

电脑缓存文件是指电脑自动保存的网页和图像数据。任何能够查看您电脑缓存的人都可以知道您最近上网查阅了哪些信息。

此外，大部分浏览器（用于上网浏览并显示网页的电脑软件，例如 IE 和 Chrome）会保存新近浏览的网页和链接清单。您可以点击工具条的“历史”按钮，查看自己的浏览记录。

您当然可以清除电脑的缓存和浏览历史，**但这么做之前要三思而行。**

如果对方已习惯电脑的各项设置，却发现缓存和浏览历史（包括他们的浏览记录）被您全部清除，他们可能起疑心或感到生气。

如果您决定要清除浏览历史，请访问以下网页，获取详细指示。

<https://www.sheltersafe.ca/staysafe/#stay>

有关隐藏自己使用数码装备记录的详细指示，请访问：

<http://nnedv.org/resources/safetynetdocs.html>

B) 社交媒体

您可以采取措施让他人难以追踪您的社交媒体活动，但是对方可能仍有办法让您难以防范自己的社交媒体被跟踪。如果施暴者很了解社交媒体平台，您最好使用匿名账户/姓名并更改所有社交媒体密码和安全问题答案。

女性遭遇的网络暴力呈增长态势，具体形式可能有：账号被骇、监控跟踪、冒名顶替、垃圾信息、恶意散播等。

对各个不同的社交媒体平台，查看其隐私设置，限制哪些人可以看到您的贴文、照片等内容，或者屏蔽/移除好友并举报对方。

要进一步了解网络暴力和骚扰，以及学习如何保障自身网络安全，请浏览：

http://www.vawlearningnetwork.ca/sites/vawlearningnetwork.ca/files/LN_Newsletter_Issue_4_2013.pdf

<https://www.techsafety.org/documentationtips>

其他信息：

如果您正遭遇网络暴力和骚扰，可以记录您或您身边亲友遭到骚扰或打搅的事件。您可以截屏保存网络上的任何内容。此外，您还可以记录网站的 URL 以及原始邮件或信息。

可供女性求助的资源

24 小时危机热线

Assaulted Women's Helpline/受侵犯妇女帮助热线 (www.awhl.org)	1 (866) 863-0511
(听障专线)	1 (866) 863-7868
运营商为 Bell, Rogers, Fido 或 Telus 的手机	#SAFE (#7233)
Caledon/Dufferin Victim Services (Caledon/Dufferin 受害者服务专线)	905-951-3838
	1-888-743-6496
Family Transition Place (Family Transition Place 支持 机构)	1-800-265-9178
Fem'aide (法语热线)	1-877-336-2433
(听障专线)	1-866-860-7082
Interim Place South (Interim Place 服务机构 南区)	905-403-0864
(听障专线)	905-403-0453
Interim Place North (Interim Place 服务机构 北区)	905-676-8515
(听障专线)	905-676-0284
La Maison (多伦多法语庇护机构)	647-777-6433
Salvation Army Family Life Resource Centre (救世军 家庭生活资源中心)	905-451-6108
Trans Lifeline (Trans Lifeline 变性人帮助热线)	1-877-330-6366
Talk4Healing- 原住民女性帮助热线 (能够以奥吉布 瓦语、奥吉克里语及克里语提供服务)	1-855-554-4325
Victim Services of Peel (皮尔区受害者服务机构)	905- 568-1068

庇护场所

Family Transition Place 支持机构 (Orangeville)	1-800-265-9178
Interim Place South (Interim Place 服务机构 南区)	905-403-0864
Interim Place North (Interim Place 服务机构 北区)	905-676-8515
Salvation Army Family Life Resource Centre (救世军	905-451-4115

家庭生活资源中心)	
Armagh (Second Stage Housing) (Armagh 过渡支持住房服务)	905-855-0299

财务支援

Ontario Works / 社会援助	905-793-9200
----------------------	--------------

住房服务

Peel Access to Housing (PATH) (皮尔区住房机构)	905-453-1300
---	--------------

法律服务

North Peel & Dufferin 社区法律服务机构	905-455-0160
Mississauga 社区法律服务机构	905-896-2052
Legal Aid Ontario (安省法律援助机构)	905-453-1723
Peel Victim Witness Assistance Program (皮尔区受害者目击人援助项目) (刑事法庭支持服务)	905-456-4797
Indus Community Services of Peel (皮尔区 Indus 社区服务机构) (法律援助诊所)	905-275-2369
Victim Services of Peel (皮尔区受害者服务机构) (保释听证刑事法庭支持服务)	905-568-1068

女性支持服务

African Community Services of Peel (皮尔区非洲社区服务机构)	905-460-9514	
Catholic Cross-Cultural Services (天主教跨	905-272-1703	

文化服务机构) Brampton/ Mississauga		
Victim Services of Dufferin (Dufferin受害者服务机构) (保释听证刑事法庭支持服务)	905-951-3838	
Family Services of Peel (皮尔区家庭服务机构)		
统一接案中心	905-453-5775	
(听障专线)	905-270-7357	
Brampton	905-453-7890	
Mississauga	905-270-2250	
Family Transition Place (Family Transition Place 支持机构)		
Caledon/Bolton	519-584-4357	
Indus Community Services of Peel (皮尔区 Indus 社区服务机构)		
Brampton	905-454-2598	
Mississauga	905-275-2369	
Interim Place (Interim Place 服务机构)		
南区	905-403-0864	
北区	905-676-8515	
CSO 接案专线	905-676-0257	
Malton Neighborhood Services (Malton 邻里服务机构)	905-677-6270	
穆斯林社区服务机构		
Brampton	905-790-1910	
Mississauga	905-828-1328	
OASIS Centre des Femmes 女性服务中心	905-454-3332	
Punjabi Community Health Centre (旁遮普社区健康中心)		
Brampton	416-995-3920	
Mississauga	273-4884 ext.222	
Safe Centre of Peel (皮尔区安全中心)	905-450-4650	
Salvation Army Women's Counselling Centre (救世军女性咨询中心)	905-820-8984	

Trillium Health 伴侣性侵犯/家暴服务机构 – Chantel's Place	905-848-7600	
United Achievers Community Services (United Achievers 社区服务机构)	905-455-6789	

紧急服务

警方	911
OPP Caledon (安大略省警察局 Caledon)	905-584-2241

如需要本手册更多副本，可联系以下机构：

皮尔区制止针对女性暴力委员会（PCAWA）
P.O. Box 45070, Mississauga, ON. L5G 1C9

电话：(905) 823-3441
电子邮件： pcawa@pcawa.org
网站： www.pcawa.net

下列语种的本安全计划之前版本可在本机构网站下载：

阿拉伯文、中文、英文、法文、印地文、意大利文、波兰文、葡萄牙文、旁遮普文、西班牙文、他加禄文、泰米尔文、乌尔都文、越南文

本手册之全部或部分节选可在获得皮尔区制止针对女性暴力委员会
书面允许和认可的情况下进行复制。

最新版本：2019年4月