

Trên Đường Phố

Khi đi bộ một mình, phải tự biết chắc và tự tin rằng bạn biết mình đang đi đâu.

Đi bộ trên vỉa hè về phía xe chạy, không gần những đường hẻm hay các bụi cây.

Nếu bạn khám phá ra có người đang theo mình, băng ngang qua đường, hay đi nhanh tới nơi có nhiều ánh sáng, tới chỗ đông người.

Mặc quần áo và giày thoải mái để bạn dễ xoay sở hay chạy.

Đừng tự mang trên mình những đồ linh kính như bao bịch, sách vở, v.v. Bạn bày lộ yếu điểm để dễ bị tấn công.

Thận trọng và phòng bị. Quay lại và coi xem có ai đằng sau mình không.

Nếu bạn đi bộ và chạy tập thể dục, cố gắng thay đổi lộ trình và giờ giấc. Hành động mà có thể đoán trước được thì nguy hiểm.

Thông Kê Về Cường Hiếp

Những vụ tấn công tình dục thường xảy ra nhiều nhất ở những nơi sau :

- 40% tại nhà của nạn nhân
- 20% tại nhà bạn bè, nhà họ hàng, hay nhà hàng xóm
- 10% trên đường phố
- 7% trong bãi đậu xe hay trong nhà đậu xe

Nếu Bạn Bị Hiếp

Đi tới nhà bạn bè hay một chỗ an toàn khác mà bạn có thể nhận được sự giúp đỡ về tinh thần.

Đi tới bệnh viện gần nhất. ĐỪNG lau chùi, tắm, ăn, uống hay thay quần áo trước khi bạn đến bệnh viện.

Báo bị hiếp cho giới chức thẩm quyền (đây không có nghĩa là bạn phải làm thủ tục thưa kiện).

Tìm kiếm sự hướng dẫn. Ngay cả nếu bạn không báo bị hiếp hay thưa kiện, bạn nên liên lạc với trung tâm chống hãm hiếp gần nhất để được hướng dẫn. Những phục vụ của họ thì miễn phí và được bảo mật.

Bạn nên hiểu rằng đây không phải lỗi của bạn. Bạn chẳng làm gì để xảy ra chuyện này và bạn không bị quy trách nhiệm.

TAASA

Texas Association Against Sexual Assault
7701 North Lamar, Ste 104
Austin, TX 78752

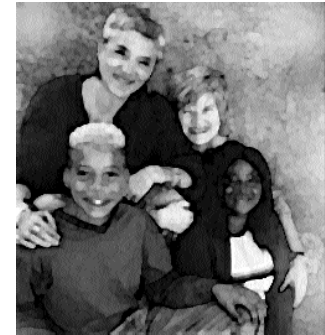
Phone : 512-474-7190
Fax : 512-474-6490
www.taasa.org

TAASA

CHIẾN LƯỢC để

Tránh Bị Xâm Phạm Tình Dục

Hãy hợp tác với TAASA trong cuộc vận động
chấm dứt bạo hành tình dục.



Cử Chỉ Lịch Sự:

Phòng bị và cư xử lịch sự có thể là sự tự vệ tốt nhất của bạn để tránh để trở thành "mồi nạn nhân".

Đi những bước thận trọng, ngay thẳng và vững vàng.

Giữ dù thật sự thay vì sơ sệt có thể làm cho kẻ muốn tấn công mình tự dè dặt và có thể tổng bản khỏi hiện trường.

Nếu gặp kẻ mà bạn có cảm giác bị nguy hiểm, cố gắng tránh xa tầm tay của hắn.

Lập tức báo cáo hành động nguy hiểm hay phạm pháp cho cảnh sát.

Nếu bạn cảm thấy bạn đang trong tình trạng nguy hiểm sẽ bị tấn công, cố gắng thoát khỏi hoàn cảnh bằng cách chạy khỏi nếu bạn có thể.

Tiến tới nơi có nhiều ánh sáng mà bạn nghĩ nơi đó sẽ có người khác có thể giúp bạn.

Bằng mọi cách cố gắng làm cho bạn được chú ý. La hét: "GỌI 911".

Tham dự lớp tự bảo vệ mình.

Tự tin vào bản năng của mình. Nếu một kẻ nào, nơi nào, hay trong trường hợp nào làm cho bạn không yên tâm, rời hay thay đổi ngay lập tức.

Tự phán đoán. Nếu cảm thấy không an toàn,

Những Điều An Toàn**Tại Nhà:**

Phải có một cái khoá tốt (khoá chết là tốt nhất) cho tất cả cửa ra vào và cửa sổ và chắc chắn đã được khoá.

Bạn phải chắc chắn biết người mà bạn mở cửa cho vào. Nếu là người đi bán hàng hay người thợ sửa hợp pháp họ sẽ không bị phiền khi bạn hỏi họ cho coi giấy chứng minh và xác nhận với hãng mà họ đại diện.

Nếu một người lạ tới cửa xin giúp đỡ (như xin dùng điện thoại, xe gặp trở ngại, v.v.) gọi điện thoại cho một người nào cần thiết dùm họ. Đừng tự làm cho mình thành yếu điểm vì mở cửa cho người lạ, nhất là bạn sống một mình hay bạn đang ở nhà một mình!

Với người nữ sống một mình, đừng bao giờ tự quảng bá bằng cách điền họ tên trong điện thoại niên giám hay thùng thư của bạn. Nên thay thế bằng hai chữ tắt đầu tiên hay dùng một tên khác.

Cẩn thận khi cho biết lý lịch của bạn trên điện thoại.

Buông màn cửa hay thả màn hình vào ban đêm để người bên ngoài không thể xác định ai đang ở bên trong.

Đừng có dấu chìa khoá những nơi như dưới thảm cửa, trong chậu cảnh, thành cửa sổ, v.v.. Nên biết hàng xóm là ai.

Trong Xe Của Bạn:

Luôn luôn chắc chắn đã khoá cửa xe, cho dù bạn đang ở trong xe hay không. Luôn luôn kiểm soát sàn và ghế sau xe trước khi vào xe.

Khi trở lại xe, phải chắc chắn chìa khoá trên tay bạn, sẵn sàng mở cửa và mở máy. Chìa khoá cũng có thể dùng làm vũ khí khi cần đến.

Nếu bạn nghi rằng bạn đang bị theo dõi khi lái xe, tiếp tục chạy đừng ngừng và ngừng khi tới nơi nhiều ánh sáng và có người giúp đỡ bạn. Nếu có thể, lái tới trạm cảnh sát gần nhất và cho họ biết bạn đang bị theo dõi.

Tránh những bãi đậu xe và trạm xăng thiếu ánh sáng.

Đừng bao giờ đón người quá giang hay xin người lạ chở dùm, nhất là người ấy là phái nam.

Nếu xe bạn bị hư hay bạn bị tai nạn, mở nắp máy xe và ngồi trong xe với cửa khoá cho tới khi cảnh sát đến. Nếu có người tới hỏi giúp, chỉ nên quay cửa kính xuống vừa đủ để nói cho họ biết điều tốt nhất để giúp là làm ơn kêu cảnh sát cho bạn.

Giữ cho xe của bạn được bảo trì tốt với bánh xe tốt, đầy xăng. Điều này sẽ làm giảm cơ hội hư hỏng ngoài đường xá.