

Cần Giúp Đỡ

Để giúp đỡ lập kế hoạch cho sự an toàn của quý vị, hoặc nói chuyện với ai đó 24/7:

Đường Dây Nóng Quốc Gia về Bạo Lực Gia Đình

thehotline.org

1-800-799-7233

nhấn 'START' gửi 88788 để kết nối với NDVH

Nếu quý vị bị khuyết tật hoặc suy giảm khả năng nghe hoặc nói, quý vị có thể liên hệ với người hỗ trợ bằng điện thoại video (206-518-9361) hoặc tin nhắn tức thời (DeafHotline) từ Thứ Hai–Thứ Sáu, 9AM–5PM (PST) hoặc email deafhelp@thehotline.org.

Để tìm kiếm hỗ trợ miễn phí, bảo mật cho nạn nhân bạo hành tại Texas:

Danh Mục Dịch Vụ TCFV

[https://tcfv.org/wp-content/uploads/](https://tcfv.org/wp-content/uploads/2024-TCFV-Service-Directory_web-pages.pdf)

[2024-TCFV-Service-Directory_web-pages.pdf](https://tcfv.org/wp-content/uploads/2024-TCFV-Service-Directory_web-pages.pdf)

Để báo cáo các trường hợp nghi ngờ bị bạo hành, bỏ mặc và bóc lột người khuyết tật và người từ 65 tuổi trở lên:

Dịch Vụ Bảo Vệ Người Lớn (APS)

1-800-252-5400

Nếu quý vị cần thông dịch viên ngôn ngữ được chứng nhận, quý vị có thể yêu cầu khi liên hệ với bất kỳ địa chỉ nào được liệt kê ở trên.

Một số thông tin trong tờ rơi này được trích từ bảng thông tin do Cơ Quan Người Khuyết Tật ASAP (Chương Trình Nhận Thức An Toàn) của SafePlace tại Austin, Texas biên soạn, cũng như các tài liệu của Đường Dây Nóng Quốc Gia về Bạo Lực Gia Đình dành cho cộng đồng người khuyết tật.

Quý vị không cô đơn.

Hầu hết mọi người cần giúp đỡ thoát khỏi một mối quan hệ bạo hành. Bạo hành không bao giờ là lỗi quý vị. Quý vị có quyền được sống tự do khỏi bạo lực, và quý vị có thể yêu cầu trợ giúp để ngăn chặn việc bạo hành.

Đây là một số bước quý vị có thể thực hiện:

- » Nói chuyện với người quý vị tin tưởng—một người bạn, hàng xóm, bác sĩ, nhà trị liệu, người hỗ trợ, hoặc cảnh sát—và cho họ biết chuyện gì đang xảy ra.
- » Nếu người đầu tiên quý vị nói chuyện không tin hoặc không thể giúp đỡ, hãy tiếp tục chia sẻ với những người khác cho đến khi có người lắng nghe và hỗ trợ. Quý vị xứng đáng được lắng nghe.
- » Nếu quý vị đang trong tình huống khẩn cấp, và có thể an toàn để thực hiện, hãy gọi 911.

Nếu các quyền của quý vị đang bị xâm phạm, quý vị có thể yêu cầu trợ giúp tại:

Quyền Người Khuyết Tật Texas

Điện Thoại

512-454-4816 *Thoại/TDD*

800-252-9108 *Miễn Phí*

866-362-2851 *Điện Thoại Video*

Địa chỉ email

info@disabilityrightstx.org

Địa chỉ trang web

disabilityrightstx.org



888.450.TCFV (8238)

[WWW.TCFV.ORG](https://www.tcfv.org)



Bạo Lực Gia Đình và Chung Sống Với Khuyết Tật

Bạo Lực Gia Đình, Bạo Hành Trong Gia Đình hoặc Ngược Đãi Người Chăm Sóc là gì?

Bạo lực gia đình, bạo hành trong gia đình hoặc ngược đãi người chăm sóc xảy ra khi ai đó sử dụng quyền lực và kiểm soát để làm tổn thương, đe dọa hoặc khống chế người khác. Điều này có thể bao gồm việc ngăn cản ai đó làm điều họ muốn, hoặc buộc họ phải làm những điều trái với ý muốn của mình.

Người khuyết tật phải đối mặt với bạo hành có tỷ lệ cao hơn so với những người không khuyết tật. Trong một số trường hợp, bạo hành thậm chí có thể gây ra khuyết tật tạm thời hoặc vĩnh viễn. Một người bạn đời hoặc người chăm sóc không an toàn có thể sử dụng các chiến thuật như thao túng, hạ thấp, cô lập, gây hại về thể chất hoặc phá hoại tài sản.

Bạo hành có thể xảy ra ở bất kỳ đâu—tại nhà, nơi làm việc hoặc nơi quý vị nhận được sự chăm sóc. Người gây hại có thể là vợ chồng, bạn đời, thành viên gia đình, bạn cùng phòng, hoặc người chăm sóc.

Nếu quý vị đang bị bạo hành, quý vị không đơn độc. Quý vị có quyền được an toàn, hỗ trợ, và tôn trọng.

Quý vị có thấy bất kỳ điều nào sau đây thường xuyên xuất hiện trong mối quan hệ với bạn đời, thành viên gia đình, hoặc người chăm sóc không?

- » Họ có nhìn quý vị hoặc hành xử theo cách làm quý vị sợ hãi không?
- » Họ có đe dọa tiết lộ khuyết tật của quý vị—đặc biệt nếu đó là khuyết tật không nhìn thấy được hoặc mang định kiến xã hội không?
- » Họ có lấy tiền trợ cấp khuyết tật của quý vị hoặc ngăn quý vị tiếp cận tiền của chính mình không?
- » Họ có đưa ra quyết định thay cho quý vị mà không hỏi ý kiến hoặc không có quyền hợp pháp để làm vậy không?
- » Họ có kiểm soát quý vị đi đâu, gặp ai, hoặc ngăn cản quý vị gặp gỡ bạn bè hoặc gia đình không?
- » Họ có từ chối giúp quý vị với các công việc cần thiết, như sử dụng nhà vệ sinh, hoặc lấy đi hay làm hỏng các thiết bị hỗ trợ di chuyển, công cụ giao tiếp, hoặc thiết bị phục vụ không?
- » Họ có giữ thuốc của quý vị, cố ý cho quý vị uống sai liều hoặc trộn lẫn các loại thuốc một cách không an toàn không?
- » Họ có ngăn cản quý vị gặp bác sĩ hoặc nhận sự giúp đỡ y tế không?
- » Họ có lấy, sử dụng, hoặc phá hỏng đồ đạc của quý vị mà không được phép không?

- » Họ có làm tổn thương hoặc đe dọa thú cưng hoặc động vật hỗ trợ của quý vị không?
- » Họ có đe dọa bỏ rơi quý vị mà không chăm sóc hoặc nói rằng sẽ đưa quý vị vào viện dưỡng lão hoặc cơ sở chăm sóc không?
- » Họ có xem nhẹ bạo hành, đổ lỗi cho quý vị, hoặc nói rằng đó là lỗi của quý vị không?
- » Họ có nói rằng quý vị là phụ huynh tồi hoặc không đủ khả năng làm cha mẹ vì khuyết tật của quý vị không?

Có ai trong cuộc sống quý vị...

- » Phủ nhận hoặc xem nhẹ khuyết tật của quý vị—bằng cách gọi quý vị lười biếng, nói quý vị “không được phép” bị đau bột phát, hoặc buộc tội quý vị già vờ bị bệnh không?
- » Phản ứng bằng sự hung hăng hoặc gây hại cho thể chất quý vị khi tức giận không?
- » Ép quý vị quan hệ tình dục hoặc có những hành động tình dục mà quý vị không muốn—đặc biệt nếu khuyết tật của quý vị ảnh hưởng đến khả năng đưa ra sự đồng ý rõ ràng, sáng suốt không?
- » Sử dụng khuyết tật của quý vị như một cái cớ để biện minh cho hành vi làm tổn thương hoặc kiểm soát của họ không?

Nếu quý vị trả lời “có” cho chỉ một trong những câu hỏi này, quý vị có thể đang trong một mối quan hệ bạo hành.

Quý vị có thể làm gì để đảm bảo an toàn nếu đang bị bạo hành?

Không có cách nào “đúng” để phản ứng với bạo hành. Sự an toàn của quý vị là quan trọng nhất. Dưới đây là một số lựa chọn có thể giúp quý vị:

- » Nếu an toàn để thực hiện, quý vị có thể nói “Không” hoặc “Dừng Lại” với người khiến quý vị tổn thương.
- » Nếu quý vị có thể, hãy di chuyển tới một nơi an toàn sớm nhất có thể. Đó có thể là nhà của bạn bè, của hàng xóm đáng tin cậy, hoặc một nơi công cộng.

Không ai đáng bị đánh, bị đe dọa hoặc bị bạo hành dưới bất kỳ hình thức nào. Nếu quý vị đang bị ai đó gây tổn hại, hãy lập kế hoạch để bảo đảm an toàn cho bản thân, con cái, thú cưng và động vật hỗ trợ của quý vị. Dưới đây là một số ý tưởng bổ sung đảm bảo an toàn mà những người khác thấy hữu ích:

- » Khi cãi nhau, hãy ở gần lối ra hoặc điện thoại nhất có thể.
- » Nếu quý vị cảm thấy không an toàn, hãy tránh các phòng có thể có vũ khí, như nhà bếp hoặc nhà tắm.

- » Tập rời nhà quý vị một cách an toàn—biết các cửa ra vào, cửa sổ, hoặc thang máy để tiếp cận nhất với quý vị.
- » Xác định các nơi an toàn khác mà quý vị có thể đến, ngay cả chỉ tạm thời.
- » Yêu cầu hàng xóm hoặc bạn bè gọi 911 nếu họ nghe thấy sự náo động.
- » Nếu quý vị có thú cưng hoặc động vật hỗ trợ, nghĩ về người quý vị tin tưởng để chăm sóc chúng tạm thời, hoặc nói chuyện với một người hỗ trợ có thể giúp đỡ.
- » Giữ bản sao các tài liệu quan trọng (như ID, danh sách thuốc, thẻ an sinh xã hội, hoặc các loại giấy ủy quyền) ở nơi an toàn, dễ tiếp cận, hoặc nhờ người mà quý vị tin tưởng cất giữ.
- » Nếu quý vị cảm thấy thoải mái, hãy nói chuyện với bác sĩ, cố vấn, hoặc sếp về những gì đang xảy ra. Cần nhắc cung cấp cho họ một bức ảnh hoặc mô tả về người gây hại.
- » Có người đi cùng quý vị đến và từ xe hơi, xe buýt, taxi hoặc dịch vụ vận chuyển người khuyết tật.

Quý Vị Có Quyền: Hãy Biết, Vận Dụng Quyền Của Mình

Là một người khuyết tật, quý vị có các quyền theo Đạo luật Người Khuyết tật Mỹ (ADA). Đó là các quyền liên quan đến an toàn, tiếp cận dịch vụ và đối xử bình đẳng.

Quý vị có quyền:

- » Tiếp cận bình đẳng các chương trình, dịch vụ và hoạt động—như nhà tạm trú cho nạn nhân bạo lực gia đình, dịch vụ nhà ở, và các chương trình y tế công cộng.
- » Yêu cầu các điều chỉnh hợp lý để tham gia các dịch vụ an toàn hoặc được hỗ trợ như mang theo động vật hỗ trợ khi đến nơi tạm trú, hoặc yêu cầu thiết bị hỗ trợ di chuyển hoặc các công cụ hỗ trợ khác.
- » Tiếp cận các tòa nhà và không gian mà không gặp phải các rào cản về kết cấu. *Lưu ý: Các tòa nhà mới thường được xây dựng để đáp ứng các tiêu chuẩn về khả năng tiếp cận. Các tòa nhà cũ có thể vẫn còn những trở ngại—chẳng hạn như có cầu thang bộ mà không có thang máy. Theo luật, những vấn đề này phải được khắc phục trừ khi việc đó gây khó khăn hoặc tốn kém đáng kể.*