

安全， 安心



来自新西兰警方的
安全信息



NEW ZEALAND
POLICE
Ngā Pirihimana o Aotearoa

Kia Ora!

您好

新西兰宁静安全，
宜居宜旅。但是我们
仍然需要小心注意
安全，让自己和别人
感到安心。

切记，紧急情况拨打111。

目录

共同打造更安全的社区

结识您的邻居：一个你来我往的社区是安全的。

4

灾害和紧急情况

基本服务有可能会突然中断，您需要为此做好准备。

6

房屋和财产

小心周全地看护您的房屋和财产，避免被盗或损坏。

8

家庭和人身安全

无论是在家里还是外出，都需要注意家人和自己的安全。

11

网络和个人身份信息安全

避免遭受网络欺诈、诈骗、霸凌或骚扰。

18

详细信息和支援服务

您绝非孤军作战。您总是可以得到帮助和支持。

20

联系警方

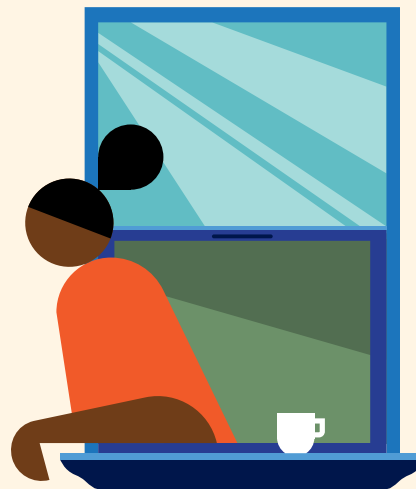
您可以通过多种途径获取更多信息或举报犯罪。

24

共同打造 更安全的社区

一个你来我往的社区是安全的。
结识您的邻居，这能使你们所在
的社区更安全。

- ▶ 当邻居出远门时，您可以帮助他们，比如替他们收取邮件、修剪草坪或把车停在他们的车道上。一所“有人住着”的房子被盗的可能性较小。
- ▶ 想办法把左邻右舍召集起来。一同探讨对社区有影响的问题。
- ▶ 关心您的邻居，向那些可能没有亲朋好友支持的人伸出援手。
- ▶ 如果您对某一社区成员的福祉感到担忧，请随时通知警方。



如果有人当面或在网络上威胁您，使您担心自己或他人的安全，请与警方联系。这包括任何因种族、肤色、国籍或宗教的敌意而导致的事件。

请务必告知警方近期发生的引起您担忧的事件。同时请让警方了解您对事件的感受——这样我们才可以确保为您提供所需的有关支持。



少数族裔及太平洋岛裔联络官

警方设有专门的联络官在全国各地的社区工作。他们乐于倾听您的忧虑，并与大家一起共同努力，使社区更加安全。

如需查找您所在地区的少数族裔或太平洋岛裔联络官的具体联系方式，请访问：

www.police.govt.nz/advice/personal-community/new-arrivals/ethnic-liaison-officers



邻里支持

“邻里支持” (Neighbourhood Support) 与警方合作，凝聚邻里，创造安全、坚韧、团结的社区。

如需了解有关开设或加入“邻里支持”小组的更多信息，请访问或致电：

www.neighbourhoodsupport.co.nz
0800 4 NEIGHBORS

灾害和紧急情况

灾难会影响基本服务，影响您的出行，导致您联系不上亲人。准备好您应对灾难所需的一切非常重要。

制定应急计划

全家人一起商定一个家庭应急计划。这将有助于你们在灾难发生时更快地做出反应。内容应当包括：

- 你们在哪里会合
- 应急物品存放在哪里
- 需要帮助时与谁联系。

准备应急生存物资

至少存储够用三天的物资。定期检查这些物资是否妥善，且还在保质期内。您还应在工作地点和车辆中备好必要的应急物品。

准备好一个“逃生包”

在紧急情况下，您可能会匆忙离开。每个人都应在家中及工作地点预先备好一个随手可以拿到的“逃生包”，其中可放置：

- 干净的衣物
- 洗漱用品
- 应急饮水
- 急救用品
- 重要文件
- 防水手电筒、收音机和备用电池
- 不易坏的小食，例如能量棒或干果。

清除潜在的危险因素

在可能和安全的情况下，清除您家或附近可能带来危险因素——例如，整理人行道，或清理道路或建筑物附近的枯树和树枝。



房屋和财产

入屋盗窃等犯罪带来的后果可能非常严重。您可以通过以下简单步骤尽量保障您的房屋和财产的安全：

1

总是锁上您的汽车、摩托车、自行车或其他车辆。汽车警报器、方向盘锁或优质锁链能加强防盗作用。理想情况下，将所有车辆停在车库或者不显眼的地方。

2

外出时，请看管好随身物品。将大门钥匙和车钥匙分开，特别是如果您的钥匙圈上有地址。

3

不要为盗贼提供藏身之处——修剪灌木丛和树木。

4

不要为陌生人或不想接待的人开门。如果他们自称来自某公司，则应要求其提供身份证明。如果您在户外（例如在花园里）的时间较长，锁上前门。

5

将贵重物品藏起来——显眼的贵重物品会成为罪犯的目标。保管好收据、保修单、估价和产品序号，把它们放在安全的地方。为珠宝、艺术品和其他贵重物品拍照或录视频。

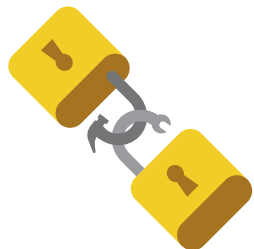
6

给门窗、杂物棚和车库安装上优质的锁具。在窗户上（尤其是一楼的窗户）安装固定的防盗装置。



保护您的工具

不要将工具或贵重物品留在车内过夜。要将它们放到不易看到的地方保管。只从信誉良好的商家购买工具——如果价格听起来便宜得离谱，那可能就是有问题。



刻上标记

在您的工具上刻上您的驾照号码——这样，失窃后被寻回的话，比较容易物归原主。

做好记录

记录所有工具的序列号，并将清单保存在安全的地方。

上锁

总是选择优质、坚固的锁具来锁住您的工具

报警

向警方报告任何可疑活动。

家人和人身安全

酒精

酒精对我们的社区造成社会性危害。过度饮酒会损害判断力，使人更易误入歧途或成为犯罪的受害者。以下是您可以采取的一些保障自身安全的措施。



- 总是告知别人您要去哪里。
- 与朋友约定一个见面地点，以防走散。
- 只在主路和照明充足的地方活动。
- 带一些现金或其他可以使用的付款方式以支付回家的交通费用。
- 互相照应，确保每个人都安全到家。
- 提防被人在饮料中下药。不要把饮料放在无人看管的地方，如果您没有亲眼看着饮料被倒进杯子里的话，不要接受别人（尤其是那些你不认识的人）拿给您的饮料。
- 外出前确保手机已充满电。
- 大量喝水。
- 喝酒之前吃一些饱腹的东西。
- 保管好您的物品，将其藏起来或随身携带。
- 计划好您在晚上活动结束后如何回家。

保护我们的儿童的安全

保护我们家庭和社区的儿童的安全，人人有责。对于儿童来说，知道如何识别不安全行为以及在感到不安全时应该怎么做也很重要。我们鼓励父母和其他看护人与儿童讨论不适当的行为和活动是什么样的，而不是可能会造成伤害的“某种类型的人”。

给家庭、大家族和看护人的建议：

- 认真倾听您的孩子的话语——留心一切异常情况，跟他们讨论如果再次发生该怎么办。
- 总是知道您的孩子在哪里，只把他们留给值得信赖的人照看。请看护人时，考虑要求其提供推荐人。
- 向儿童示范如何安全地往返学校和其他公共场所。教他们与朋友同行，避免一个人走路。
- 与附近的家长们保持联系，了解您的孩子跟谁一起回家。
- 为您的孩子准备一份有用的联系人和紧急电话的电话号码。
- 与您的孩子讨论如何识别并报告不安全行为。
- 鼓励您的孩子在感到不舒服、不安全或害怕时采取行动——他们可以与值得信赖的成年人、教师或警察沟通。

给儿童的建议：

- 如果你感到不舒服、不安全或害怕，要说出来。
- 如果你感到不舒服，离开那个场合。
- 相信你的“直觉”。
- 如果你求助的第一个人不帮忙，请继续尝试，直到有人帮到你为止。
- 如果你发现任何可疑情况，不要犹豫，马上拨打111。



保护青少年的安全

许多青少年仍在学习为自己的安全和身心健康负责。明确的指导、定期的沟通有助于帮助您家的少年做出正确的决定，远离伤害。尽管您可能觉得孩子并不爱听您的建议，但它们非常重要。

给家庭、大家族和看护人的建议：

- 确保您知道您家的青少年在做什么，并且你们可以随时联系到对方。
- 帮助您家的青少年应对压力——锻炼身体、听音乐和讨论问题都是有效的办法。
- 如果您家的少年不想做某件事或感到不舒服，请鼓励他们不要屈从于同伴的压力。
- 留意您家的青少年是否有受到霸凌的迹象——如果您有任何疑问，请向学校老师或辅导员提出。

青少年和酒精

您可以采取一些措施来帮助降低青少年在酒精方面的风险。请记住，不喝酒从是最安全的选择。以下是需要记住的其他事项：



1 延迟

大多数青少年从父母、看护人或家庭成员那里获得酒精饮品。研究表明，开始喝酒的年龄越小，以后生活中被饮酒所危害的可能性就越大。

2 少量

青少年的酒精耐受性较低。如果您决定为青少年提供酒类饮料，须量少且低度。

3 坦诚交流

鼓励就酒精和毒品问题进行开诚布公的对话，同时设定明确的界限和期望。

4 监督

如果青少年在场，可以考虑举行无酒精的聚会。如果现场有酒类提供，成年人需要进行监督。如果您家的青少年参加的聚会提供酒类，则成年的主人必须征得您的同意才能为他们提供酒精饮料。

5 开车

20岁以下人士的酒精摄入量上限为零。如果您家的少年酒后开车，他们可能会被起诉。

家庭伤害

家庭暴力及其所造成的伤害影响到新西兰的许多家庭，造成了灾难性的后果。

防止家庭暴力和有效应对是提高社区幸福感和安全感的最重要的手段之一，我们每一个人都可以出一份力。

某人受到其家庭成员伤害的迹象包括：

- ▶ 控制型行为
- ▶ 恐吓
- ▶ 谋杀威胁
- ▶ 扼颈
- ▶ 身体或性暴力
- ▶ 嫉妒或占有欲
- ▶ 跟踪

在有家庭暴力的家庭中生活的儿童可能会：

- ▶ 害怕
- ▶ 沉默和退缩
- ▶ 气势汹汹
- ▶ 异常乖巧
- ▶ 有遭到暴力的迹象或瘀伤
- ▶ 突然的行为改变
- ▶ 经常缺课

遭受家庭暴力的人可能：

- ▶ 恐惧或紧张
- ▶ 孤立或不合群
- ▶ 悲伤或愤怒
- ▶ 缺乏信心
- ▶ 不袒露心迹
- ▶ 担心亲人的反应

如果您怀疑自己身边有人是家庭暴力的受害者，那么您应当“多管闲事”——您可能挽救他们的生命。您可以问他们：

- ▶ 你还好吗？
- ▶ 有人在伤害你吗？
- ▶ 有什么我可以做的吗？

其他注意事项还有：

- ▶ 如果您认为某人处于危险之中，随时报警
- ▶ 讨论制定一个安全计划
- ▶ 倾听并认真对待他们说的话
- ▶ 不要告诉他们该怎么做——让他们自己做决定，无论这需要多长时间
- ▶ 给予支持，而不是建议

网络和个人身份信息安全

互联网是儿童、青少年和成年人的重要信息来源和社交互动手段。需要牢记的是，它还可能带来危险，包括网络欺诈、诈骗、霸凌和欺辱。



社交媒体

- 请仔细阅读有关隐私保护的选项，并确保您完全了解自己的权利以及您的数据将如何被处理。这也适用于应用程序更新。
- 将您的个人资料设置为私人，只邀请您认识的人成为朋友，并且只接受认识的人发出的添加好友请求。
- 不要在网上发布您的地址、电话号码或其他个人信息。



诈骗、欺诈、垃圾邮件

- 只向信得过的人或组织提供个人信息。
- 请记住，合法商家绝不应向您发送包含登录链接的电子邮件。
- 即使您很好奇，也绝对不要回复垃圾邮件。
- 如果您收到的邮件要求您提供个人信息，但不确定其是否可信，请先做一些简单的核实。直接搜索浏览该公司网站（而不是点击电子邮件内附的链接），直接致电其办公室或前往其位于您所在地区的分支。
- 使用安全的搜索引擎，重置您的电脑以使用Quad9 DNS，这有助于防止犯罪分子获取您的信息。

获取更多信息，请访问
www.quad9.org



您的电子设备和数据

- 在您的电脑上安装安全程序，以防御威胁和病毒。
- 安装广告拦截器，以免受到恶意广告的骚扰。不要在不熟悉或不可信的网站上点击广告。
- 设置强密码和多因素身份验证
- 对您下载了哪些软件以及授予应用程序哪些权限做到心中有数。
- 定期备份您的数据。
- 使用公共Wi-Fi网络时要小心——避免在使用中涉及敏感操作，例如网上银行。



儿童安全

- 了解您的孩子在网上与什么人交往。如果他们不是孩子现实生活中的朋友，请对这种友情打个问号。
- 了解您的孩子使用哪个社交网站，以及他们发布些什么信息。
- 与孩子讨论在网上发布个人信息的危险性。
- 请勿让您的孩子在家中的私人区域内使用电脑。
- 如果您或您的孩子在网上对某人产生怀疑，请立即停止联系。

详细资讯 和支援服务

您绝非孤军作战。
您总是可以得到帮助和
支持。

受害者支持

如果您是犯罪受害人，无论受害程度如何，都可以获得支持。我们可以帮助您应对犯罪行为给您的情感和实际生活造成的影响，并提供信息以帮助您了解法律程序。

访问以下网址，了解更多信息：
www.victimsinfo.govt.nz



心理健康

抑郁症帮助热线
0800 111 757
发送短信至 4202
www.depression.org.nz

1737
1737——电话和短信
www.1737.org.nz

自杀危机求助热线
0508 TAUTOKO

The Lowdown
0800 111 757
发送短信至5626
www.thelowdown.co.nz

生命热线
0800 LIFELINE
发送短信至HELP或4357
www.lifeline.org.nz

儿童与青年

Oranga Tamariki / 儿童部
0508 326 459 — 24小时热线
www.orangatamariki.govt.nz

儿童热线
0800 KIDSLINE

没有霸凌的新西兰
www.bullyingfree.nz/students

青年热线
0800 376 633
发送短信至234
www.youthline.co.nz

家庭暴力

妇女庇护危机热线

0800 733 843——24小时热线
www.womensrefuge.org.nz

家庭暴力信息热线

0800 456 450
www.areyouok.org.nz

“Shine” 全国帮助热线

0508 744 633——上午9点至
晚上11点
www.2shine.org

Shakti

面向移民和难民社区
妇女0800 742 584 — 24小时热线

全国制止暴力网络

+64 03391 0048
www.nnsvs.org.nz

遭虐待的老人帮助热线

0800 32 668 65 — 24小时热线

性侵

“安心倾诉” 全国性侵害求助热线

0800 044 334 —24 小时热线
www.safetotalk.co.nz

全国强奸危机热线

全国24小时求助热线
0800 883 300

妇女避难所

全国24小时危机热线
08 00 733 843 (0800 refuge)

Korowai Tumanako

027 422 6282 (24小时危机热线)
027 370 2091 (24小时危机热线)

酒精与毒品

酒精药物帮助热线

0800 787 797
发短信至8681
www.alcoholdrughelp.org.nz

健康促进局

www.alcohol.org.nz

新西兰毒品基金会

www.drugfoundation.org.nz

网络安全

Netsafe

0508 638 723
www.netsafe.org.nz

灾害

民防

04 830 5100
www.civildefence.govt.nz

Get Thru

www.getthru.govt.nz

联系警方

您可以通过多种途径获取更多信息或举报犯罪。

111

一、一、一 (111)

当您需要警察、消防或救护车等紧急服务时，请拨打111。

105

一零五 (105)

拨打一零五 (105)，报告已经发生且不需要警方紧急协助的事件。

*555

星号三个五 (*555)

致电星号三个五 (*555) 报告紧急但无生命危险的交通事故。

0800 555 111

犯罪阻止者

致电“犯罪阻止者”匿名举报犯罪。“犯罪阻止者”是一个独立的慈善机构。

上网报案

您还可以在网上举报财物丢失、财产损坏、商店偷窃和盗窃等犯罪行为，请访问：105.police.govt.nz

报案时

报案时，切记不要触摸任何可能被列为证据的东西，相关情况下还要拍照（例如，遭遇故意破坏或其他财物损失），这一点很重要。

亲自报案

您可以在本地警察局报案，您首先应当与前台接待人员交谈，他们将告知您进一步的程序。您也许能够直接与警官交谈，欢迎您带上可以为您提供支持的同伴。

要找到您本地的警察局，请访问：www.police.govt.nz/contact-us/stations

《社区守望者表格》

要报告您看到的非紧急的违规驾驶事件，但并不希望违规者被起诉，请通过警方网站或到您附近的警察局填写《社区守望者表格》(Community Roadwatch Form)。

www.police.govt.nz/about-us/publication/community-road-watch-form

**安全，安心：
来自新西兰警方的
安全信息。**

发布于2019年 ©

新西兰警察总局
180 Molesworth St,
Thorndon 6011
Wellington

了解更多：

Facebook/ Twitter: @nzpolice

Instagram: @newzealandpolice

网站: www.police.govt.nz/



New Zealand Government



NEW ZEALAND
POLICE
Ngā Pirihimana o Aotearoa