家人被刑事拘留后，家属行动清单

按时间顺序排好的一张表：什么时候该做什么、带什么、不要做什么。可以逐项勾选，也可以下载 PDF 打印出来，贴在冰箱上。

先记住三句话：① 不要等，前 37 天是变化最快的窗口；② 不要信"能捞人"的人，取保由办案机关依法决定；③ 钱只付到律所对公账户，拿发票。

第 1 天　拿到《拘留通知书》的当天

- [ ] 核对通知书上的三样信息：**涉嫌罪名**、**办案单位**、**羁押的看守所**
- [ ] 把通知书拍照存进手机，原件收好，后面办委托、存钱送物都要用
- [ ] 记下送达人姓名、联系电话，以及送达时间
- [ ] 确认当事人此前有没有被讯问、有没有自己聘请律师
- [ ] 通知其他直系亲属，确定一个对外统一联系人（避免多人重复沟通、信息失真）

> **当天不要做：**不要去找所谓的"中间人""能人"；不要转移、销毁任何可能与案件有关的物品、账目、聊天记录；不要自行联系同案人员或证人。

第 1–3 天　委托律师，安排第一次会见

- [ ] 确认承办律师姓名与执业证号，写入委托合同或《指派函》
- [ ] 签书面委托合同，甲方是**律师事务所**，加盖律所公章
- [ ] 费用转入**律所对公账户**，索取发票；不转个人微信、支付宝或私人卡
- [ ] 准备关系证明：身份证、户口本、结婚证、出生医学证明（证明你有权代为委托）
- [ ] 签署《授权委托书》，写清委托阶段（侦查 / 审查起诉 / 审判）
- [ ] 了解看守所的存钱、送物规则，准备符合规定的衣物（无金属、无绳带、无夹层）
- [ ] 把知道的案情写成时间线交给律师：什么时候、谁、做了什么、有哪些书面材料

第 3–30 天　侦查与提请批捕

- [ ] 收集客观材料：合同、转账记录、聊天记录、考勤记录、发票、监控位置线索
- [ ] 与律师确认是否可以申请取保候审，按材料清单准备
- [ ] 评估退赔、赔偿的可行性，与被害方沟通渠道（是否谅解由对方决定，不能强求、不能威胁）
- [ ] 确定保证人（须与本案无牵连、有固定住所和收入）或准备保证金
- [ ] 整理当事人的人品与家庭情况材料：无前科证明、在职证明、家庭负担情况

第 30–37 天 检察院审查批捕：最关键的七天

- [ ] 确认案件是否已提请检察院批准逮捕（向办案单位或律师核实）
- [ ] 确认律师是否已提交《不予批准逮捕法律意见书》，提交给了哪个检察院、哪位承办人
- [ ] 补充新的有利材料（退赔凭证、谅解书、病历、单位证明），及时交给律师
- [ ] 批捕结果出来后第一时间确认：批捕 / 不批捕 / 变更强制措施

全程 贯穿整个案件的五件事

- [ ] 固定沟通节奏：每周与承办律师沟通一次，重要节点当天沟通，避免天天追问、信息碎片化
- [ ] 所有付款只走对公账户，所有约定写进合同或书面确认
- [ ] 对"关系费""活动费""协调费"一律拒绝，并保留证据
- [ ] 不自行接触证人、同案人员，不在网络上讨论案情
- [ ] 照顾好自己的身体和情绪——这个案子可能持续数月，家属是当事人最重要的支撑

去律所时带什么

材料	用途
《拘留通知书》或《逮捕通知书》	确认罪名、办案单位、羁押场所，判断程序阶段
本人身份证	办理委托手续、核对身份
户口本 / 结婚证 / 出生医学证明	证明近亲属关系，作为代为委托的依据
与案件有关的书面材料	合同、转账记录、聊天记录、票据、往来函件等，越原始越好
自己写的时间线	按时间顺序记录已知事实，帮助律师快速建立案件框架

本清单为一般性行动提示，不构成对具体案件的法律意见，也不对案件结果作出任何承诺。个案差异很大，具体判断请以执业律师了解案情后的分析为准。相关阅读：《前 37 天该做什么》·《会见与存钱送物指引》·《取保候审材料清单》

广东新桦律师事务所 · 刑事辩护团队 | 咨询电话 13189739980 | 深圳市宝安区福永街道经发大厦11楼A座 | 执业许可证号 31440000MD02339444