

Plan de siguranță

Dacă sunteți afectată de violență în familie, este bine să vă faceți un plan pentru siguranța d-voastră. Ceea ce este important decideți d-voastră. Aici vă oferim doar câteva idei, care v-ar putea ajuta.

1. Plan de scăpare

Este bine să vă gânditi la:

Cum vă puteți proteja în locuința în care sunteți? Unde puteți fugii? Pe unde puteți scăpa din locuința în care trațiți? Cine v-ar putea ajuta să fugiți din locuință? Funcționează telefonul mobil? Reușiți să sunați la poliție?

2. Telefon

Aveți posibilitatea să cereți oricând ajutorul cuiva, de exemplu prin telefon? V-ați salvat numerele de telefon de urgență, pentru a putea apela rapid la acestea? Există alte locuri unde ați putea telefona în siguranță? Aveți bani mărunți la dispoziție pentru a putea

apela la cineva de la un telefon public?

3. Numere de urgență

Organizați-vă o lista cu numerele de urgență:

Poliție 133

Salvare 144

Pompieri 122

Centrul pentru femei afectate de violență în familie din Wiener Neustadt 02622 – 88066

Centrul pentru femei afectate de violență în familie din Neunkirchen 02635 -68971

Centrul pentru femei afectate de violență în familie din Amstetten 0747266500

Centrul pentru femei afectate de violență în familie din Mödling 02236 - 46549

Centrul pentru femei afectate de violență în familie din Mistelbach 02572 - 5088

Centrul pentru femei afectate de violență în familie din St. Pölten 02742 366 514

4. Ajutor

Cine vă poate ajuta? Stabiliți un cod secret/semn pe care să îl folosiți atunci când aveți nevoie de ajutor? De exemplu cu o vecină.

5. Copiii

Este foarte important să le explicați copiilor d-voastră situația în care vă aflați, dar într-un mod adecvat vârstei lor. De obicei, copiii cred că ei sunt vinovați pentru violența în familie. De aceea este foarte important să le explicați, că ei nu au nici o vină pentru ceea ce se întâmplă.

6. Cheile

Organizați-vă un al doilea rând de chei și păstrați-le într-un loc sigur în afara locuinței d-voastră.

7. Documente

Păstrați-vă copiile după cele mai importante documente la d-voastră. Originalele duceți-le într-un loc sigur.

8. Geantă de urgență

Pregătiți-vă o geantă cu lucrurile cele mai importante, pentru d-voastră și copiii d-voastră și păstrați-o într-un loc sigur.

9. Dovezi

Notați actele de violență și fotografiați leziunile cauzate prin acestea. Fotografați obiectele/lucrurile distruse în locuința în care trăiți. Acestea sunt de folos pentru a depune o eventuala plângere la poliție.

10. Cazare

Interbați prietenii sau rudele d-voastră, dacă puteți apela la ei pentru un loc de dormit în caz de urgență. Pentru aceasta ar trebui să aveți oricând acces la locuința în care v-ați muta. Dacă nu aveți unde să mergeți, puteți suna la un centru pentru femei afectate de violență în familie.

11. Gândiți-vă la ce ar mai fi necesar?