

Sugestie dotyczące zwiększenia bezpieczeństwa w związku

- Będę mieć pod ręką ważne numery telefonów.
- Mogę ukryć w telefonie profesjonalne agencje, nadając im różne nazwy
- Potrafię skonfigurować słowa kodowe we współpracy z agencjami wspierającymi, aby mieć pewność, że mój partner nie wykrywa ich wsparcia
- Mogę powiedzieć (Sąsiedzi i / lub przyjaciele) i o przemocy domowej i poprosić ich, aby zadzwonili na policję, jeśli usłyszą podejrzane dźwięki dochodzące z mojego domu.
- Mogę skonfigurować słowa kodowe z rodziną i przyjaciółmi, których używam w razie niebezpieczeństwa, aby mogli zadzwonić na policję w moim imieniu
.....
- Jeśli wyjdę z domu, mogę iść (wymienić cztery miejsca):
.....
.....
- Mogę zostawić dodatkowe pieniądze, kluczyki do samochodu, ubrania, rzeczy sentymentalne (np. Zdjęcia) oraz kopie dokumentów z
- Kiedy wyjadę, zabiorę
- Aby zapewnić bezpieczeństwo i niezależność, mogę: mieć telefon komórkowy w pełni naładowany i zawsze przy sobie; otworzyć własne konto oszczędnościowe; przeciwiczyć moją drogę ucieczki z osobą wspierającą; i przejrzeć mój plan bezpieczeństwa dnia (data)
- Kiedy zaczyna się przemoc, powinienem unikać następujących obszarów domu. Na przykład. łazienka (bez wyjścia), kuchnia i garaż (potencjalna broń)
.....

Sugestie dotyczące zwiększenia bezpieczeństwa po zakończeniu związku

- Potrafię: zainstalować alarm, wymienić zamki; zainstaluj mocniejsze drzwi; system bezpieczeństwa; czujniki dymu i system oświetlenia zewnętrznego.
- Poinformuję i, że mój partner już nie mieszka ze mną i poproszę o wezwanie policji, że jest obserwowane w pobliżu mojego domu

- Podam szkole / osobom, które opiekują się moimi dziećmi, nazwiska osób, które mają pozwolenie na ich odbieranie. Osoby, które mają pozwolenie, są
..... i
- Kiedy wykonuję połączenia telefoniczne, mogę używać 141, więc mój numer nie może być namierzony.
- Pomyślę o zachowaniu bezpieczeństwa podczas korzystania z serwisów społecznościowych (więcej informacji można znaleźć w sekcji Planowanie i porady dotyczące bezpieczeństwa).
- Mogę usunąć swoje nazwisko z listy wyborców lub w razie potrzeby ograniczyć informacje na jego temat - mogę to zrobić, kontaktując się z Radą Miasta lub Hrabstwa.
- Mogę poprosić o zasłonięcie nazwiska mojego dziecka w punkcie kontaktowym - ponownie kontaktując się z Radą Miejską / Okręgową lub Radą Okręgową.
- Mogę zmienić mój telefon komórkowy, kartę SIM i numer, aby upewnić się, że nie są one identyfikowalne.
- Mogę powiedzieć w pracy o mojej sytuacji i poprosić o sprawdzenie moje telefony.
- Potrafię unikać sklepów, banków i z których korzystałem mieszkając z moim agresywnym partnerem.
- Jeśli czuję się przygnębiony i gotowy na powrót do potencjalnie obraźliwej sytuacji, mogę zadzwonić po wsparcie.

Ważne numery telefonów

Policja

Linia pomocy.....

Przyjaciele

Schronienie

Opiekun GDASS

Elementy do podjęcia na liście kontrolnej

Identyfikacja

Księgi świadczeń

Akty urodzenia mnie i moich dzieci

Karty medyczne

Karta telefoniczna, telefon komórkowy lub zmiana na telefon płacony

Pieniądze, książki bankowe, karty kredytowe

- ☐ Klucze - do domu, samochodu, biura
- ☐ Klucze do domu znajomych lub krewnych
- ☐ Lekarstwa lub lekarstwa
- ☐ Prawo jazdy
- ☐ Zmiana ubrania
- ☐ Paszporty, pozwolenia na pracę, dokumenty Home Office
- ☐ Dokumenty rozwodowe
- ☐ Umowa najmu / dzierżawy, akt własności
- ☐ Księga spłat kredytu hipotecznego
- ☐ Dokumenty ubezpieczeniowe
- ☐ Książka adresowa
- ☐ Obrazy, biżuteria, przedmioty o wartości sentymentalnej
- ☐ Ulubione zabawki / koce dzieci
- ☐ Wszelkie dowody nadużycia, notatki, taśmy, pamiętniki, numery referencyjne przestępstw, nazwiska i numery zaangażowanych profesjonalistów.