

Možete odlučiti otići ili ostati s osobom koja Vas zlostavlja. To možete odlučiti Vi, i samo Vi. Evo nekoliko prijedloga koji Vam mogu pomoći bez obzira na to šta odlučite.

Događaj

- Ako dođe to tučnjave, nastojte biti u sobi gdje postoji izlaz, ali ne u kupaonici, kuhinji, ili blizu oružja.
- Vježbajte na koji način bi mogli sigurno izaći iz kuće. Koja vrata, prozori, dizalo, ili stepenice bi bile najbolje?
- Recite susjedima da paze na znakove nasilja i zamolite ih da zovu policiju.
- Imajte riječ šifru koju koristite sa svojom djecom, obitelji, i prijateljima, da im date na znanje da Vam je potrebna policijska pomoć.

Duševno zdravlje

- Nadite nekoga s kim možete slobodno i otvoreno razgovarati, da bi dobili potporu koju trebate.
- Porazgovarajte s nekim ko zna informacije o obiteljskom nasilju.

Zapamtite: Vi ne zaslužujete da Vas neko tuče ili Vam prijeti.

Priprema za odlazak

- Planirajte gdje ćete otići ukoliko napustite kuću, uključujući sigurno mjesto gdje možete otići u slučaju opasnosti.
- Imajte spremnu torbu s odjećom, novcem, i važnim dokumentima. Držite ju na tajnom mjestu, spremnu za brzi odlazak ukoliko Vam to zatreba.
- Razmislite o načinima na koje bi povećali Vašu neovisnost (učite Engleski jezik, nađite posao, otvorite bankovni račun na svoje ime).
- Držite kod sebe brojeve telefona i nešto novca u slučaju nužde.
- Planirajte otići vrlo oprezno. Vrijeme kada napuštate osobu koja Vas tuče je najopasnije vrijeme.

Dječji plan za sigurnost

Naučite svoju djecu:

- ✓ da nasilje nije njihova krivica
- ✓ da se ne miješaju u tuču
- ✓ kako da zovu policiju
- ✓ gdje da se sigurno sakriju u kući (na primjer ispod kreveta ili u ormar)
- ✓ kako da sigurno izađu iz Vaše kuće
- ✓ kojem susjedu ili članu obitelji da idu tražiti pomoć
- ✓ **da imaju pravo da budu sigurni**

Sigurnost u kući i na poslu

- Promijenite brave na Vašim vratima. Osigurajte sve prozore.
- Razgovarajte sa svojom djecom o planu za sigurnost.
- Recite osoblju u školi, mjestu za dnevnu skrb Vašeg djeteta, itd ko ima dozvolu da dođe po Vaše dijete.
- Recite susjedima i Vašem kućevlasniku da Vaš partner više s Vama ne stanuje i da trebaju zvati policiju ukoliko ga vide blizu Vašeg doma.
- Razmislite o tome kako da ostanete sigurni ukoliko policija ne dođe odmah.
- Razmislite o planu sigurnosti kada idete na posao ili u kupovinu. Šta bi učinili, ukoliko vidite osobu koja Vas tuče, dok ste vani?
- Razmislite o sudskoj naredbi koja sprječava Vašem suprugu da Vam se približi. Ta naredba ja papir sa suda koji govori osobi koja Vas zlostavlja da prestane ili da nema nikakav kontakt s Vama i takođe govori policiji da uhapsu osobu ukoliko pređe ovu naredbu.
- Uvijek držite kod sebe Vašu sudsku naredbu koja sprječava Vašem suprugu da Vam se približi. Zovite policiju ako Vaš partner prekrši dotičnu naredbu.
- Ako morate razgovarati s Vašim partnerom, razmislite o najsigurnijem načinu da to učinite.
- Ako razmišljate o tome da se vratite Vašem partneru, razgovarajte s nekim o alternativama koje postoje.

Kontrolni popis

Ako ćete otići, nastojte uzeti što više od sljedećih stvari:

- Odjeću da bi se mogli presvući
- Ličnu kartu/vozačku dozvolu
- Obiteljske pasoše
- Zelene karte ili vize
- Obiteljske izvode iz matične knjige rođenih
- Novac/kreditne kartice
- Bankovne knjižice
- Ključeve za kuću i auto
- Lijekove
- Adresar
- Fotografije
- Liječničke potvrde i potvrde o imunizaciji
- Karticu za socijalno osiguranje
- Identifikacijsku karticu za socijalnu pomoć
- Potvrde o školovanju
- Izvode iz matične knjige vjenčanih
- Dječije igračke
- Pisma koja su adresirana na Vas i Vašeg supruga
- Drugo: _____

Važni telefonski brojevi

Prijatelji:

Rodbina:

Portland Women's Crisis Line besplatan

poziv:

(prevodioci su dostupni)
1-888-235-5333

Domestic Violence Hotline besplatan

poziv:

(prevodioci su dostupni)
1-800-799-7233

Broj policije u slučaju opasnosti:

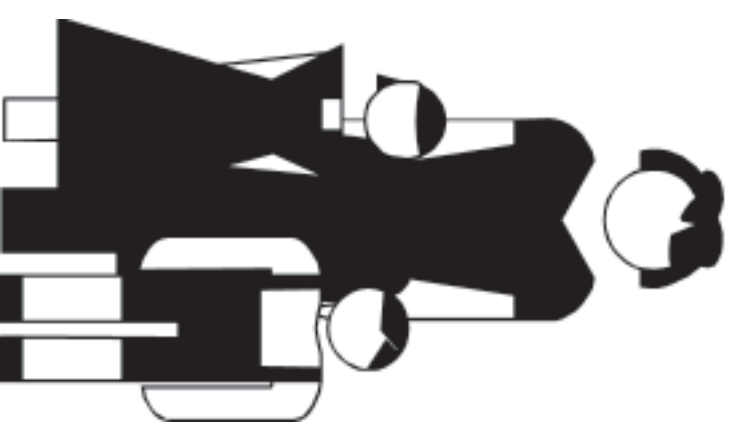
9-1-1

IRCO Refugee & Immigrant Family
Strengthening Program
503-234-1541

Russian Oregon Social Services
503-777-3437

IRCO Asian Family Center
503-235-9396

PLAN ZA SIGURNOST (SAFETY PLAN)



Ova publikacija je prerađena iz publikacija Ureda okrurnog tužioca okruga Dallas-a. Proizveo ju je IRCO koristeći sredstva koje je pristubio Odjel za društvene i obiteljske usluge okruga Multnomah u Portlandu, državi Oregon.