

Проверочный Список

Если вы планируете покинуть обидчика, постарайтесь взять с собой как можно больше нижеперечисленных вещей :

- Смену одежды
- Удостоверение личности или водительские права
- Семейные паспорта
- Зелёные карточки или визы
- Свидетельства о рождении
- Денги и кредитные карточки
- Чековые книжки
- Ключи от дома и машины
- Медикаменты
- Записные книжки
- Фотографии
- Медицинские записи и свидетельства о прививках
- Карточку Социального Обеспечения
- Карточку велфера
- Школьные документы
- Свидетельства о браке
- Легкие игрушки
- Письма, адресованные вам и вашему супругу
- Прочее: _____

Важные номера

телефонов

Друзья:

Родственники:

Portland Women's Crisis Line

(бесплатный):

(оказываются помощь переводчика)

1-888-235-5333

Domestic Violence Hotline

(бесплатный):

(оказываются помощь переводчика)

1-800-799-7233

Неотложная помощь полиции:

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

*Эта публикация адаптирована из публикации Отдела
Окружного Прокурора округа Даллас. Она была
разработана IRCO при помощи фондов
предоставленных отделом обслуживания семей и
общественности округа Маллума в городе
Портленд, штат Орегон.*

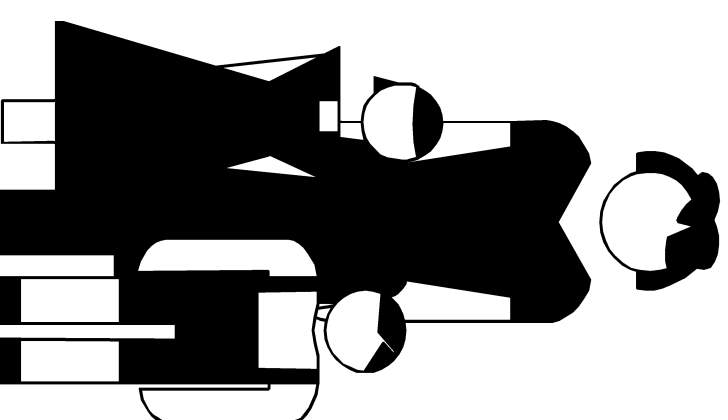
ПЛАН

ОБЕСПЕЧЕНИЯ

БЕЗОПАСНОСТИ

SAFETY

PLAN



Вы можете выбрать покинуть

обидчика или оставаться с ним.

Это ваш личный выбор. Ниже приведены некоторые предложения которые вам помогут при любом выборе.

Скандал

- Если случился скандал, постарайтесь переместиться в комнату в выходом, не не закрывайтесь в туалете, кухне, или вблизи места хранения оружия.
- Тренируйтесь, как покинуть дом быстро и безопасно. Какие двери, окна, лифт, или лестницы удобнее для быстрого побега?
- Предупредите соседей и договоритесь о сигнале в случае насилия, и попросите их позвонить в полицию.
- Договоритесь об условленном пароле с вашими детьми, друзьями, или родственниками для подачи знака о том, что вам необходима помощь полиции.

Психическое равновесие.

- Обратитесь к кому либо с кем вы можете говорить открыто.
- Найдите кого-то, светящего в ресурсах семейного насилия, к кому вы могли бы обратиться

Помните, вы не заслуживаете ударов или устрашений.

Подготовка к уходу от обидчика

- Продумайте, куда вам пойти, если вы уйдете из дому, в том числе, где найти безопасное место, куда в случае необходимости можно пойти
- Подготовьте сумку с одеждой, деньгами, важными документами.
- Держите сумку в секретном месте готовой при первой необходимости.
- Продумайте способы быть более независимой (учите английский, ищите работу, откройте счёт в банке на своё имя).
- Храните при себе немного денег и номера телефонов на случай необходимости.
- Тщательно планируйте уход из дома. Уход от обидчика - это самое опасное время.

План безопасности для детей

Научите ваших детей:

- ✓ что насилье это не их вина
- ✓ как остаться в стороне от драки
- ✓ как позвонить в полицию
- ✓ где прятаться внутри дома (например под кроватью или в кладовке).
- ✓ как безопасно выбраться из дома к каким соседям или родственникам обратиться за помощью
- ✓ что у детей есть право на безопасность

Безопасность дома и на работе

- Смените замки на дверях. Закройте все окна.
- Обсудите план безопасности со своими детьми.
- Сообщите в школу и детский сад о том, кто имеет право забирать ребёнка.
- Сообщите соседям и домовладельцу о том, что ваш партнер более не проживает вместе с вами и что следует сообщить в полицию, если он будет замечен вблизи вашего дома.
- Продумайте возможность для безопасности во время ожидания помощи полиции.
- Продумайте план безопасности когда вы идёте на работу или в магазин. Что вы будете делать, если вы увидите своего обидчика поблизости к вам?
- Попросите получить Ордер об Изоляции (Restraining Order). Ордер об Изоляции - это документ выданный судом, запрещающий лицу, которое подвергает вас преследованиям, вступать в контакт с вами, а также предоставлять разрешение полиции на арест нарушителя условий ордера.
- Всегда имейте Ордер при себе. Звоните в полицию, если ваш партнер нарушает условия Ордера. Если вам необходимо поговорить со своим сожителем, продумайте самый безопасный способ.
- Если вы планируете вернуться к своему сожителю, обратитесь за советом к Ближнему человеку.