

Säkerhetsplanering för personer som är våldsutsatta

- ◆ Kom överens om hur kontakten mellan dig och den som hjälper dig ska ske på säkraste sätt. Hur kan socialsekreteraren/annan stödperson kontakta dig? Hur kan du nå socialsekreteraren/annan stödperson på säkraste sätt? Var är det säkrast att träffas?
- ◆ Tänk ut säkra platser i närområdet dit du och dina eventuella barn kan gå om en konflikt uppstår där du är rädd för att din partner kommer att ta till våld. Kan du fly genom ett fönster? Kan du gå till någon granne? Undvik köket och andra ställen där det kan finnas vapen eller tillhyggen.
- ◆ Om du kan, berätta för någon i din närhet (familjemedlem, granne eller vän) om din situation så att han eller hon förstår dig om du behöver akut hjälp.
- ◆ Om du har en granne som du litar på, be den personen att ringa polisen om det hörs skrik från din lägenhet.
- ◆ Tänk ut vilka personer som du litar på och kan kontakta om något händer. Kom ihåg att du alltid kan ringa 112 och be om hjälp från polisen. Om du inte vill tala med polisen kan du be att få bli kopplad till socialjouren.
- ◆ Lär dig viktiga telefonnummer utantill.
- ◆ Försök ha lite pengar på dig så att du och eventuellt dina barn vid behov kan ta er från bostaden. Fundera ut hur ni kan ta er till en säker plats.
- ◆ Kom överens med personer du litar på om ett kodord. Det kan vara bra att ha om du behöver ringa på hjälp men inte vill att din partner ska förstå vad du gör.
- ◆ Samla dina viktiga papper så att du lätt kan ta med dem om du behöver lämna hemmet. Tänk också på att ta med andra saker som är betydelsefulla för dig.