



CHECK-LIST PLAN DE SÉCURITÉ

Il est difficile de quitter son domicile. Cette check-list a pour but d'assurer votre sécurité pendant cette période. Il s'agit simplement de recommandations sur ce que vous pouvez faire à l'avance pour être prêt au cas où vous devriez quitter rapidement une situation de violence.



AVANT DE PARTIR

- Si vous êtes blessé, rendez-vous chez un médecin, aux urgences ou dans une clinique et signalez ce qui vous est arrivé. Demandez que l'on documente votre visite.
- Prévoyez un plan de secours au cas où votre partenaire découvrirait ce que vous prévoyez. Par exemple, un membre de la famille ou un ami qui peut venir vous chercher ou chez qui vous pouvez vous rendre facilement.
- Placez toutes les pièces d'identité importantes de vous-même et de vos enfants dans un endroit sécurisé et caché :
 - Cartes d'assurance sociale
 - Cartes bancaires et/ou argent de secours
 - Permis de conduire et cartes d'assurance maladie
 - Courrier portant votre nom et celui de l'agresseur, par exemple une facture d'électricité ou de gaz, impôt foncier (taxes municipales), relevé bancaire, facture de téléphone
- Essayez d'apporter les documents suivants :**
 - Carte d'immatriculation et assurance (le cas échéant)
 - Photo du conjoint/partenaire
- S'il n'y a pas de danger, gardez les documents suivants dans un endroit secret de la maison. S'il n'est pas sécuritaire ou possible de les apporter avec vous maintenant, gardez-les au moins dans un endroit où il sera facile de les obtenir à l'avenir, si c'est possible :
 - Valise d'urgence contenant des produits de première nécessité
 - Jouets spéciaux, confort pour les enfants
 - Bijoux
 - Objets ayant une valeur sentimentale particulière
- Assurez-vous que votre téléphone est complètement chargé avant de partir et apportez votre chargeur.
- Parlez à un avocat si c'est possible et sans danger, afin de discuter :

CHECK-LIST PLAN DE SÉCURITÉ

- Le statut d'immigration, le cas échéant (si vous avez un visa, par exemple)
 - La meilleure façon de planifier la garde des enfants, le cas échéant.
- Évitez de signer des "accords" avec votre partenaire dans le cadre d'un processus de médiation - surtout si l'accord n'a pas été examiné par votre avocat ou une tierce partie informée.
 - Ne dites pas à l'agresseur que vous le quittez. Partez rapidement.

APRÈS AVOIR QUITTÉ

- Envisagez de demander une ordonnance de protection qui pourrait aider à éloigner l'agresseur de vous et de vos enfants. Si vous l'obtenez, gardez-la toujours sur vous.
- Ne retournez pas chez vous si vous n'êtes pas accompagné par la police. Ne confrontez jamais l'agresseur.
- Apprenez à vos enfants, s'ils en ont l'âge, à appeler la police et à rester au téléphone jusqu'à l'arrivée de la police.
- Si l'âge le permet, demandez-leur de s'entraîner à donner leur nom et leur adresse complète et à dire ce qu'ils pensent de la violence.

