

## *Säkerhetsplanering*

Här finns råd för dig som planerar att lämna hemmet och relationen.

*Tänk på hur du förvarar och planerar så att risken för dig/barnen inte blir större!*

### Packlista för att lämna hemmet

- Telefonlista med telefonnummer till professionella som kan hjälpa, släkt, vänner, arbetsgivare, skola, dagis m.m. (se under Rubriken "Kontakta oss!").
- Mobiltelefon och laddare, pin och pukkod.
- Barnens mobiltelefoner med laddare, pin och pukkod.
- Kontokort och kontanter.
- Mapp med viktiga handlingar: id-kort, körkort, pass (även barnens), ev. handlingar från Migrationsverket, bankuppgifter, säkerhetsdosa och kod, räkningar som ska betalas, försäkringskasseuppgifter, viktiga avtal som t.ex. hyreskontrakt, försäkringsbrev, betyg/intyg och CV.
- Alla viktiga nycklar. T.ex. till hemmet, bilen, bankfack etc.
- Kläder för några dagar och ytterkläder.
- Mediciner.
- Hygienartiklar, blöjor för små barn.
- Några av barnens saker; eventuellt några leksaker, dagbok, gosedjur, napp, filt, fotografier eller andra minnen.
- Lite mat, ev. nappflaska och välling för små barn.

### För din/barns säkerhet:

Tveka inte att ringa 112 i akuta situationer!

Kan hjälp påkallas på annat sätt, om det i en akut situation inte går att komma åt att ringa polisen?

Vad har fungerat hittills för att avvärja krissituationer med våld, kan de strategierna vara till hjälp?

Går det att förutse en upptrappning av våldet?

När på dygnet är det säkrast att lämna hemmet om det behövs?

Hur kan jag ta mig ut ur bostaden i en akut situation?

Hur kan hemmet lämnas så säkert och lugnt som möjligt för barnet/barnen?

Vem ska jag kontakta i första hand om jag lämnar hemmet?

Informera olika personer du litar på om hur du kan kontaktas utan att det skapar mer risk för dig.

Kan jag fråga någon innan, om jag kan komma dit i en akut situation?

I en akut farlig situation kan du alltid få hjälp med skyddat boende av socialtjänsten eller socialjouren, du kan ringa dit innan eller efter att du lämnat hemmet.

Ska du bestämma ett kodord med någon som du litar på som betyder att personen ska ringa 112?

Du har rätt att ta med dig barnen om du anser att det är bäst för dem, en våldsam förälder är inte en bra förälder!

#### Tänk på att:

Saker med stort värde för dig/barnen, t.ex. fotografier, anteckningar och smycken kan förstöras av den som utsätter dig för våld. Fundera på om det går att förvara dessa saker hos någon du litar på, då det kan vara svårt att ta med om du lämnar hemmet snabbt.

Finns det möjlighet att förvara andra saker hos någon som du litar på, så att du snabbt kan lämna hemmet utan att behöva ta med dig många saker?

För dagbok om de kränkningar, det hot eller våld du utsätts för. Skriv datum, tid och plats. Beskriv våldet och skador så noga du kan. Skriv om någon var vittne till det du utsattes för. Dina anteckningar kan vara av betydelse vid en eventuell rättegång.

Visa dina skador, gärna för läkare, be att få skadorna dokumenterade med kamera.

Öppna ett bankkonto som bara du har tillgång till, som din partner inte kan se att du har.

Ställ dig i bostadskö, men tänk på att det inte gör så att du får post eller meddelande kring detta som den som utsätter dig kan komma att se.

Gör en lista på det du vill ha med dig vid en framtida separation, även sådant som du inte kan ta med dig just när du lämnar hemmet.

#### När du lämnat relationen:

Kontakta socialtjänst, polis och sjukvård för stöd och praktisk hjälp för både dig och eventuella barn.

Ansök om äktenskapsskillnad (skilsmässa) hos tingsrätten.

Kontakta en jurist eller socialtjänsten om du och barnens andra förälder inte är överens om vårdnaden, boendet eller umgänget för gemensamma barn.

Ansök om sekretessmarkering hos skatteverket så att dina personuppgifter inte lämnas ut.

Säg eventuellt upp din gamla adress om den är till tidigare gemensam bostad med den/de som utsatt dig för hot/våld (för att minska risken för att post till dig råkar skickas till den adressen). Gör då en tillfällig eftersändning av posten dit du bor tillfälligt om det är säkert, eller be att få

använda individ och familjeomsorgens postbox i Svalöv som adress för tillfällig eftersändning.

Ta inte emot packningar som lämnats över av den som utsätter dig för hot/våld när du bor på en hemlig boendeadress. Någon behöver då leta igenom packningen *innan* den tas till ditt boende för att utesluta att t.ex. GPS-sändare packats ner.

Ansök om kvarskrivning hos skatteverket innan en mer permanent flytt, så att din nya adress inte kan röjas.

Säg upp avtal och kontrakt som står i ditt namn så att du inte får betalningsanmärkning om din före detta partner inte betalar räkningar.

Meddela försäkringskassan så att barnbidraget går till ditt konto, om barnen bor hos dig.

Ansök om bostadsbidrag och underhållsstöd hos försäkringskassan, om du har en låg inkomst.

Begär målsägandebiträde om du polisanmäler så att du får juridiskt stöd under rättsprocessen.

Om du är i Sverige på anknytning till din partner, berätta för migrationsverket om våldet du är/varit utsatt för. Om du har kontakt med socialtjänsten, be socialtjänsten att kontakta migrationsverket.

Tala med läkare om sjukskrivning om du inte orkar arbeta under/efter separationen.

Du kan begära bodelning om du inte får det du har rätt till av de gemensamma sakerna, tala med en jurist om detta.

Du kan hos tingsrätten begära kvarsittningsrätt på er gemensamma bostad. Tingsrätten fattar då beslut om du har rätt att bo kvar i er gemensamma bostad tills bodelningen är klar.