

Biztonság Tervezés

Biztonságban van?

A gyermekbiztonságra fel kell készülni

Hogyan készüljön fel személyes biztonságára erőszakosság esetén

Hogyan készüljön fel biztonságosan otthona elhagyására

Hogyan teheti otthoni környezetét biztonságossá

Hogyan lehet biztonságban otthonán kívül

Hogyan teremthet biztonságot a bírósági végzés,
a rendőrség és a igazságszolgáltatási rendszer segítségével

Victim Services Toronto

Biztonságban van? Gondolkozzon el:

Megváltozik a sértő fél mielőtt erőszakos lesz?

- Megváltozik a tekintete
- Megváltozik a testtartása (ökölbeszorítja kezét, stb.)
- Megváltozik a hangja
- Megváltozik az arckifejezése vagy az arcszine
- Szóban vagy szó nélkül fenyeget mielőtt ütni kezd

Az Ön magatartása megváltozik az bántalmazás előtt?

- Van bármilyen testi jele a félelmének a támadás előtt (gyomor- vagy fejfájás, mellkasi szorítás, félelemérzet)
- Jobban aggódik, mint szokott

Mik a lehetséges előjelei a bántalmazásnak?

- Részség, vagy drogos állapot
- Pénzhiány
- Fizetésnap
- A hét egyik napja
- Évszak
- Otthon volt, vagy nem
- Ki van a közelben
- Ki nincs a közelben
- Születésnap
- Évforduló
- Ünnepe
- Sportesemény

Mi más utalhat arra, hogy veszélyes a helyzete?

- A sértő fél fantáziál vagy gyilkossággal-öngyilkossággal fenyegetőzik
- Ön válni készül, vagy már elvált
- Birósági végzések kiküldése (válási papírok, korlátozási végzés, stb.)
- Új kapcsolat
- Dátumok vagy események, amik a sértő felet kontrollja elvesztésére emlékeztethetik
- Terhesség
- Gyermekai otthon vannak
- Gyermekai bántalmazása, vagy fenyegetése - gyermekai szemtanúi az erőszakosságnak
- Depresszió vagy pszichés viselkedés
- Alkalma van-e a sértő félnek fegyvert használni vagy használt-e már fegyvert korábban (revolver, puska, kés, kötél, küzdősport alkalmazása, stb.)
- Katonai vagy katonai jellegű kiképzés
- Ön elszigetelve el, a környezet, a kultúrája, a faja, a vallása, vagy rokkantsága miatt
- A bántalmazó:
 - elszigetelt életet él
 - megszállott módon viselkedik Önnel vagy a családjával
 - birtokolni és kontrollálni akarja Önt
 - fenyegetőzik
 - másokkal szemben is erőszakos
 - semmibe veszi, vagy megszegi a bírósági határozatot
 - durva a háziállatokkal
- Vegye figyelembe:
 - mennyire volt erőszakos a bántalmazó korábban, és rosszabbodott-e az erőszakossága
 - ki kellett-e a rendőrséget korábban hívni

A gyermekbiztonságra fel kell készülni

- Tanítsa meg gyermekeinek hogy:
 - mindig vigyázniuk kell magukra és ne féljenek segítséget kérni akkor sem, ha a szülők nincsenek jelen
 - a veszélyhelyzet szinterét azonnal hagyják el
 - kihez meneküljenek (pl. egy erre kijelölt megbízható szomszéd)
- Gyakorolja gyermekeivel, hogy mit csináljanak és hova meneküljenek a gyermekek, ha valami ijesztő esemény történik. Beszéljen velük arról, hogy mi történhet (játékos formában, ha meg kicsik)
- Magyarázza meg gyermekeinek, hogy előfordulhat, hogy nagyon gyorsan kell elmenekülni. Találjanak ki egy különleges jelet és gyakorolják a menekülést. Hívják ezt tűzriadónak
- A gyerek, ha egyedül van, ne nyissa ki az ajtót és ne vegye fel a telefont
- Amennyiben a bíróság Önnek ítélte a gyerekgondozási jogot, erről értesitse az iskolát, a gyerekorvost és minden más, a gyerekekkel kapcsolatos szervezetet és adjon nekik a határozatról egy másolatot
- Közölje ugyanezekkel a személyekkel, hogy ki mehet a gyerekekért, vagy ki mehet a közelükbe. Kérje meg őket, hogy mondják meg Önnek, és vagy a rendőrségnek, ha gyanús személyeket vagy tevékenységet észlelnek a gyermekei közelében
- Legyen benne biztos, hogy valaki mindig a gyerekek mellett van, akkor is, ha az iskolába mennek, vagy iskolából jönnek
- Ha a bántalmazónak jogi alapja van rá, hogy gyermekeit láthassa:
 - beszéljen egy ügyvéddel arról, hogy csak felügyelet mellett láthassa őket, vagy a láthatóságra való jogot meg lehessen szüntetni
 - dolgozzon ki egy személyes és csoportos biztonsági tervet a látogatások alkalmára. Tudják a gyermekek hogyan kell jelezni, ha veszélyben vannak, tudják, hogyan lehet a látogatás színhelyéről elmenekülni, és kihez, vagy hova tudnak menni segítségért
- Gondoskodjon arról, hogy a gyermekeket valaki más vigye a bántalmazóhoz, hogy Önnek ne kelljen vele találkoznia. Kérjen meg valakit, akiben megbizik, hogy az illető vigye el a gyermekeket és vegye is fel őket (a felvétel történhet nyilvános helyen)
- Tanítsa meg gyermekeit, hogyan kell a telefont használni, és hogyan kell a 911-t felhívni, vagy úgy telefonálni, hogy Ön fizet a hívásért (collect call). Mindig legyen náluk pénz telefonálni.
- Minden telefon közelében legyen ott a sürgősségi telefonszámok listája
- Találjon ki egy veszélyre figyelmeztető (szemmel látható, vagy egyéb) jelt, amiből gyermekei

fogják tudni, hogy nem szabad a házba, vagy szobába bemenni (pl. a villany be van/ki van kapcsolva)

- Keressen fel egy menedékhontot (shelter), vagy hívjon fel egy veszélyeztetett nők számára létesített 24 órás telefonügyeletet. Itt megtudhatja, hol vannak gyermek- és nőbiztonsági tanfolyamok vagy programok.

Hogyan készüljön fel személyes biztonságára erőszakosság esetén

- Tervezze meg és gyakorolja, hogyan fog elmenekülni otthonról
- Találjon ki mentséget arra, hogy otthonról elmegy (pl. bevásárol, meglátogatja a barátnőjét, stb.)
- Tudja, hogy melyik ajtót, ablakot, vagy lépcsőházat használhatja menekülésre
- Találja meg a leggyorsabb menekülési utat
- Határozza meg, melyik szoba veszélyes (pl. a konyhában kések vannak, stb.)
- Az erőszakos incidens alatt tudja, hogy melyik szoba biztonságos és melyikből lehet elmenekülni
- Tartson magánál állandóan egy mobil telefont
- A lakásban több helyen legyen telefon
- Legyen mindig telefon közelében
- Tartsa a kulcsait és a táskáját ott, ahol gyorsan el tudja érni
- Tartsa autója kulcsainak a másolatát ott, ahol gyorsan megtalálja
- Tolasson fel a kocsifeljáróra, és az autójában mindig legyen elég benzin
- Mondja meg a szomszédainak, munkatársainak, gyermekei tanárainak, vagy olyanoknak, akikben megbizik, hogy hívják a rendőrséget, ha úgy gondolják, hogy veszélyben van
- Találjon ki egy szóbeli vagy látható veszélyjelet, amiből az ismerősei ki tudják találni, hogy szükség van a rendőrség beavatkozására
- Tartson az egyik barátja, vagy családtagja lakásában ruhát, pénzt, gyógyszert, és minden más, amire szüksége lehet
- Kérjen kulcsot a barátjaitól vagy szomszédjaitól a lakásukhoz, amit veszély esetén használhat

- Tartsa észben vagy biztos helyen a 24 órás veszélyvonal, vagy menedékhely telefonszámát
- Ha bántalmazták, gömbölyödjön össze és védje a fejét, nyakát és fülét
- Vegyen részt egy önvédelmi kiképzésen

Hogyan készüljön fel biztonságosan otthona elhagyására

- Ne mondja meg bántalmazójának, hogy mikor fog elmenni, vagy hogy hova megy
- Hívjon fel egy 24 órás segélykérőt vagy menedékhelyet, és részletesen érdeklődjön meg, hogyan hagyhatja el otthonát biztonságosan és milyen segítséget kaphat
- Szálljon meg egy menhelyen, vagy kérje meg a menedékhely személyzetét, hogy találjon helyet az Ön számára egy másik városban, ha ez biztonságosabb
- Kérje meg a rendőrséget, hogy jöjjön ki, amikor elhagyja otthonát
- Abban az esetben, ha gyorsan kell otthonát elhagynia, kérje meg a rendőrséget, hogy kísérelje vissza, hogy összegyűjthesse személyes tárgyait
- Nyisson ki egy postafiókot, vagy a banknál egy biztonsági pánccsokrényt.
- Használjon fizető telefont olyan hívásokra, amikről a bántalmazónak nem szabad tudnia
- Nyisson ki bankszámlát egy olyan banknál, amiről nem tud a bántalmazó, és intézze el, hogy a számlakivonatot személyesen fel tudja venni, vagy egy barátja lakásához tudja küldetni
- Postáját küldesse olyan barát vagy családtag címére, akiben megbizik
- Törölje ki a telefonjából a legutóljára tárcsázott számot, hogy a bántalmazó ne tudja visszatárcsázni a hívott számot
- Ha nem tudja háziállatát magával vinni, hívja fel a Toronto Humane Society-t (Állatvédő Egyesület)

Mire lehet szüksége, amikor elhagyja lakóhelyét

- Személyazonosítás, mint például társadalombiztosítási kártya, vezetői és forgalmi engedély, OHIP (betegbiztosítási) igazolvány, útlevelek és immigrációs dokumentumok
- A gyermekei anyakönyvi kivonata és OHIP igazolványa
- Iskolai és orvosi, vagy oltási adatok

- Gyógyszerek és orvosi ellátmány, amire Önnek vagy gyermekeinek szüksége lehet
- Pénz
- Csekkönyv, hitelkártya and ATM kártya
- Bankkönyv és bankszámlakivonat
- Kulcsok az otthonához, autójához, páncélszekrényhez a bankban
- Másolatok a következőkről: bírósági végzések, peace bond (ami megtiltja, hogy a sértő fél fenyegethesse Önt), óvadék papírok, dokumentumok arról, hogy kinek van joga gyermekeit gondozni és hozzájukfélni, valamint válási iratok
- Bérleti megállapodás, telekkönyvi kivonat, házkölcsön megállapodás, biztosítási kötvény, vagyonkimutatás
- Kisméretű, de értékes tárgyak, mint például ékszerek
- Gyermekei kedvenc játékaik és takarói
- Szentimentális tárgyak
- Cimjegyzék, az összes telefonszámmal és címmel, amikre szüksége lehet
- Naptár időpontokkal
- A bántalmazás bizonyítékai, mint például fotók

Hogyan teheti otthoni környezetét biztonságossá

- Vágja vissza a háza körül növényeket és bokrokat, amik mögött el lehet rejtőzni
- Kérdezze meg a telefonszolgáltató vállalatot, hogy milyen biztonságvédelmi szolgáltatásaik vannak (blokkolt hívás, a hívás megszürése, privát szám, üzenetközvetítő, stb.)
- Győződjön meg róla, hogy a telefon be van kötve, mielőtt beköltözik az új lakásába
- Használja a *69 kódot, hogy megtudja, ki hívta, vagy a *57 kódot, amit a rendőrség vissza tud nyomozni Ön helyett (ez utóbbi két szolgáltatás pénzbe kerül)
- Legyen tudatában, hogy hol van az összes bejárat és kijárat az otthonában vagy épületében
- Cserélje ki a zárat és szereltesse fel egy jóminőségi biztonsági zárat

- Az összes ablakot fel kell szerelni zárral. Az üveges tolóajtóknak a sinjébe tegyen egy rudat, hogy ne lehessen az ajtót eltolni. Vegyen egy lakatot, amivel megakadályozhatja, hogy a tolóajtót ki lehessen a keretéből emelni
- Szereljen fel külső világítást
- Szerezzen be egy biztonsági riasztó rendszert
- Vásároljon egy létrát, amit az emeleten levő ablakból tud használni (ez tűz esetén is hasznos lehet)
- Kérdezze meg a rendőrséget, hogy megkaphatja-e a DVERS riasztót (Domestic Violence Emergency System)
- Kérdezze meg a rendőrtisztet, aki az Ön ügyével foglalkozik, hogy kaphat-e egy különleges azonosítót (Special Address System), ami automatikusan kijelzi a címét, ha a 911-et tárcsázza
- Hozzon létre otthonában egy olyan szobát, ahol biztonságban lehet egy darabig (szereljen fel zárat a háló- vagy fürdőszobára, tegyen be oda egy telefont és legyen egy szék, amit a kilincs alá nyomhat)
- Szerezzen egy kutyát
- Közölje a háztulajdonossal és a házmesterrel, hogy a sértő fél nem lakik a lakásában, és ha észreveszik, hívják a rendőrséget
- Szereljen fel az ajtajára egy kukucskálót, hogy lássa ki van az ajtó előtt
- A házzámnak minden időben és napszakban jól láthatónak kell lenni, hogy a segélynyújtók megtalálhassák
- Tartsa mindig a kezében a lakás- és autókulcsait, amikor hazajön, vagy elhagyja a lakását
- Ha hazajön, és valami szokatlant tapasztal (pl. az ajtó kicsit nyitva van), ne menjen be a lakásba. Menjen egy szomszédhoz és hívja föl a rendőrséget
- Csak megbízható személyeknek adja ki az új lakáscímét vagy telefonszámát
- Ha egy többlakásos épületben lakik, ne tegye a nevét a lakók listájára a kapubejáratnál
- Ha van már egy parkolóhelye, kérdezze meg, hogy megváltoztathatja-e egy másikra
- Vigyázzon arra, hogy mit dob ki a szemétkébe (vásároljon egy papírszeletelő gépet)
- Ha a számítógép szolgáltatója adott egy e-mail címet, amit a bántalmazója is ismer, változtassa meg, és az új e-mail címet csak megbízható személyeknek adja ki

Hogyan lehet biztonságban otthonán kívül

- Végezzen el egy önvédelmi tanfolyamot, ami megtanítja, hogy figyelje a környezetét, elkerülje a veszélyt és meg tudja védeni magát
- Ha liften közlekedik, álljon az ajtó mellett, háttal a lift oldalához, hogy könnyen hozzáférhessen a kezelőgombokhoz
- Közölje a főnökével, biztonsági személyzettel, barátokkal, tanárokkal és vagy munkatársaival, hogy miért kell óvatosnak lennie
- Adja oda bántalmazója képét a felsorolt személyeknek, hogy tudják, hogy néz ki az illető
- Írja le a felsorolt személyeknek, hogy hogy néz ki a bántalmazó autója
- Kérje meg, hogy ne kelljen a látogatóit közvetlenül fogadnia, illetve, hogy amikor telefonon keresik, valaki más vegye a hívást
- Változtassa meg az időpontokat, amikor dolgozni, vagy iskolába jár
- Ne dolgozzon vagy tanuljon olyankor, mikor egyedül van
- Változtassa meg az utat, amit használt azelőtt munka-vagy iskolába járásra
- Az autóját biztonságos, jól megvilágított helyen parkolja
- Kérjen meg valakit, hogy kísérje az autójához
- Tartsa a kocsiajtókat belakatozva, és ne szálljon be, mielőtt ellenőrizte volna, hogy valaki nem rejtőzik a hátsó ülésen
- Tartsa a kezében a kocsikulcsot
- Figyelje a környezetét
- Ha lehetséges, vegyen egy riasztó készüléket az autójába
- Ha busszal, villamossal vagy metróval utazik, üljön a vezető mellett, és használja a kijelölt váróhelyet a metróban
- Kerülje el az elhagyatott környékeket
- Legyen magánál mindig egy mobil telefon. Ha a 911-t hívja, mindig először mondja meg annak, aki felveszi a telefont, hogy hol van. Ha van rá ideje, utána megmondhatja, hogy miért hívja a 911-t
- Legyen óvatos olyan helyen, ahol nem kap vonalat a mobil telefonján, mint például lift, vagy a

metró

- Előre határozza el, hogy milyen úton fog menni, mikor kimegy a házból, és szükség esetén hová mehet segítségért (pl. tűzoltóság, rendőrség, üzletek)
- Vásároljon egy személyes riasztót, amit szükség esetén azonnal használhat
- Változtassa meg, hogy hol vásárol, melyik bankba vagy tornaklubba jár, vagy változtassa meg a napot és az időpontokat, amiket szokott használni
- Gondolkozzon el azon, hogy mit fog csinálni, ha a bántalmazójával összetalálkozik

Hogyan teremthet biztonságot a bírósági végzés, a rendőrség és a igazságszolgáltatási rendszer segítségével

- Kérje meg, hogy a bírósági végzés ne tartalmazzon semmiféle személyes információt
- Csináljon több másolatot a bírósági végzésről, és állandóan tartson magánál egy másolatot
- Adjon egy másolatot a bírósági végzésről a munkaadójának, iskolájának, vagy gyermekei iskolájának, és vagy annak a személynek, aki gyermekeire vigyáz
- Mondja meg a szomszédjainak, barátainak, munkatársainak és tanárainak, hogy rendelkezik egy bírósági végzéssel, és kérje meg őket, hogy hívják fel a rendőrséget, ha észreveszik a sértő felet.
- Adja meg nekik a bántalmazója fényképét és az autója leírását. Beszéljen az ügyvédjével, a rendőrséggel, a menhellyel, vagy a 24 órás, nőknek való szolgáltatással, ha bármiféle kérdése van a bírósági végzéssel kapcsolatban
- Értesítse a rendőrséget minden alkalommal, ha a bírósági végzés meg lett sértve, és kérje el az előfordulási számot (occurence number)
- Tartson egy részletes beszámolót, amiben minden alkalmat leír, amikor gyanítható, hogy a bántalmazója megpróbált Önnel kapcsolatba lépni, vagy sikerült is neki a kapcsolatteremtés. Adja meg a dátumot, időpontot, mi történt, és azt is, hogy ki volt jelen
- Hívja fel a 911-t, vagy a rendőrséget, ha segítségre van szüksége. Mondja meg, hogy bántalmazója megfenyegette-e, éppen bántalmazza, vagy attól fél, hogy bántalmazni fogja
- Ha a sértő felet letartóztatták, beszéljen a nyomozótisztával, a Victim Support Line-nal (segélyvonal), vagy a Victim Witness Assistance Programme-mal (sértettek és tanúk segélyprogramja), hogy megtudja, mikor lesz a kezességi tárgyalás, és, hogyha a bántalmazóját kiengedik, mik lesznek a kezességi feltételek, amíg szabadlábon van
- Kérje meg a Victim/Witness Assistance Programme-ot, hogy adjon Önnek egy másolatot a sértő fél kezességi dokumentumáról. A kezességi feltételek vázolják, hogy mit csinálhat (vagy nem

csinálhat) a sértő fél pl. lehet-e közvetlen vagy közvetett érintkezésben a bántalmazottal, megtiltja, hogy 500 m-n belül közelítsen az áldozat lakóhelyéhez, stb.

- Kérdezze meg a rendőrséget, hogy milyen riasztó rendszert ajánlanak
- Kérje meg a rendőrséget, hogy ajánlják részvételét a Domestic Violence Emergency Response System Program (DVERS) riasztó rendszerében
- Kérje meg a rendőrséget, hogy ajánlják részvételét a SupportLink Program-ban
- Kérje meg a rendőrséget, hogy a lakáscímét kössék össze a Special Address System Report-tal, amiben benne van a bántalmazó és az autója leírása, használ-e drogot vagy alkoholt, erőszakos-e, vagy hozzáférhet-e fegyverhez
- Vigyen valakit magával, ha találkozik a rendőrtiszttel, vagy az ügyvédjével
- Ha nincs megelégedve a rendőrséggel, kérje, hogy beszélhessen egy följebbvalóval, vagy nyújtson be panaszt a Professional Standards Section-nél.

Victim Services Toronto