



LISTE DE VÉRIFICATION POUR UN PLAN DE SÉCURITÉ

Si vous êtes actuellement victime de violences conjugales, ou si vous vous préparez à quitter une telle relation, mettez sur pied un plan de sécurité dès maintenant pour être prêt(e) en cas d'urgence.

Remarque : Il s'agit de recommandations. Certaines de ces options risquent de ne pas être la meilleure solution pour vous.

POUR TOUT L'ÉTAT

SAFELINK, 24/7 ligne d'assistance téléphonique pour les victimes de violences conjugales :
877-785-2020

Indemnisation des victimes :
617-727-2200

Massachusetts Office For Victim Assistance

MOVA

Victim & Witness Assistance Board
Massachusetts Office for Victim Assistance

(Bureau pour l'assistance aux victimes du Massachusetts)

Tél. : 617-586-1340

Courriel : mov@mass.gov

www.mass.gov/askmova

Cette brochure est subventionnée en partie par une subvention VOCA d'OVC, OJP, U.S. DOJ. Les opinions, résultats et conclusions ou recommandations exprimés dans cette brochure émanent du Massachusetts Office for Victim Assistance et ne reflètent pas nécessairement les opinions du DOJ ou d'OJP, OVC.

OBJETS ET DOCUMENTS À GARDER SOUS LA MAIN

Vous devriez garder les documents listés ci-après dans un endroit sûr et sécuritaire auquel vous pouvez accéder rapidement. Ou bien rangez-les chez une personne de confiance qui ne réside pas chez vous.

Pièce d'identité et/ou permis de conduire, cartes de sécurité sociale, actes de naissance



Passeports, documents d'immigration, cartes vertes pour vous-même et vos enfants

Documents : politiques d'assurance-vie, assurance médicale, assurance de la maison; contrat de location ou titre de propriété de votre maison, dossiers scolaires et médicaux; acte de mariage; document de divorce; documents relatifs à la garde des enfants; testaments; informations relatives aux impôts; carte grise et immatriculation du véhicule



Documents financiers : cartes de crédit/bancaires, argent liquide, carnet de chèques, livret de banque, etc. (Remarque : lorsque vous utilisez une carte électronique, un agresseur pourrait éventuellement suivre vos activités bancaires et identifier où vous vous trouvez)

Téléphone mobile (Remarque : votre mobile pourrait éventuellement être suivi par un agresseur).



Remplacez les cartes de membre de magasins

Clés pour votre maison et votre voiture

Injonction restrictive/de prévention du harcèlement (Si vous en avez)

Photos et objets personnels qui ne peuvent pas être remplacés

Vêtements de rechange, des affaires de toilette et les médicaments pour vous et vos enfants



Animaux domestiques, dossiers médicaux et carnet de vaccinations, médicaments pour les animaux et étiquettes d'identité

Les renseignements personnels de l'agresseur : numéro de sécurité sociale, date de naissance et fiches de paie



OÙ DEMANDER DE L'AIDE

Si vous avez besoin d'aide ou de conseils, contactez Un défenseur du programme de violences conjugales de votre région :

Agences associées à SAFEPLAN

Alianza	877-536-1628
Behavioral Health Network	413-283-1058
Elizabeth Freeman Center	866-401-2425
Greater Boston Legal Services	617-371-1234
Healing Abuse Working for Change (HAWC)	800-547-1649
Health Imperatives	508-588-8255
High Point Treatment Center/ South Shore Women's Resource Center	508-746-2664
Independence House	508-771-6507
NELCWIT	413-772-0806
New Bedford Women's Center	508-996-3343
New Hope, Inc.	800-323-4673
Stanley Street Treatment and Resource Center	508-675-0087
YWCA of Central MA	508-755-9030
YWCA of Northeastern MA	978-687-0331
YWCA of Western MA	413-733-7100

Massachusetts Office For Victim Assistance

MOVA

Victim & Witness Assistance Board

Êtes-vous en
sécurité?

RESTER EN SÉCURITÉ

SAFEPLAN est un programme de défense des droits civils rattaché au tribunal pour les victimes de violences conjugales, d'agressions sexuelles et de harcèlement qui cherchent à se protéger des actes de violence par le biais des

Processus d'injonction restrictive 209A et de prévention du harcèlement 258E.

Êtes-vous en sécurité?

Est-ce que vos amis ou les membres de votre famille vous ont dit qu'ils se faisaient du souci pour votre sécurité?



SIGNES AVANT-COUREURS DE VIOLENCES CONJUGALES

Une relation peut être violente si votre partenaire agit de la façon suivante :

- » Est jaloux ou possessif envers vous
- » Contrôle où vous allez et qui vous rencontrez
- » Vous empêche de voir vos amis et votre famille
- » Vous méprise ou dont les mots vous blessent
- » Vous fait tellement peur que vous vous faites du souci de savoir comment votre partenaire va réagir à ce que vous dites ou faites
- » Vous fait peur ou vous menace
- » Utilise ou possède des armes à feu ou des armes
- » Fait pression sur vous ou vous force à avoir des relations sexuelles
- » Vous tape, vous pousse, vous étrangle, vous attache, vous donne des coups de pied ou vous frappe (*vous, vos enfants ou vos animaux*)
- » Menace de vous identifier comme gay, lesbienne, bisexuel ou transgenre si vous ne lui obéissez pas.
- » Contrôle financier intégral, y compris vos feuilles de paie
- » Menace d'utiliser votre statut vis-à-vis de l'immigration contre vous.

N'OUBLIEZ PAS QUE

VOUS POUVEZ TOUJOURS COMPOSER LE 911 EN CAS D'URGENCE



COMMENT OBTENIR UNE INJONCTION RESTRICTIVE

Les injonctions restrictives et les injonctions de prévention du harcèlement peuvent être obtenues par l'intermédiaire des institutions suivantes :

- » Tribunal du district ou tribunal des familles et des successions de votre région
- » Le programme des violences conjugales de votre région peut vous aider à obtenir une injonction ou à vous mettre en contact avec un défenseur de vos droits de SAFEPLAN



PROTÉGEZ-VOUS À LA MAISON

- » Gardez un téléphone dans une pièce que vous pouvez verrouiller de l'intérieur; gardez un téléphone sur vous en permanence.
- » Prévoyez un plan pour vous échapper de la maison; apprenez-le à vos enfants.
- » Demandez à vos voisins d'appeler la police s'ils voient l'agresseur chez vous. Mettez au point un signal pour qu'ils appellent la police. Par exemple si le téléphone sonne deux fois, si un rideau est fermé ou si une lumière s'allume.
- » Préparez une valise avec des choses importantes dont vous auriez besoin au cas où vous devriez partir rapidement. Mettez-la dans un endroit sûr ou donnez-la à un ami ou à un membre de votre famille auquel vous faites confiance.
- » Obtenez un numéro de téléphone confidentiel et filtrez vos appels.
- » Si votre agresseur n'habite plus avec vous, changez les verrous de vos portes et posez des dispositifs de verrouillage sur vos fenêtres.
- » Des injonctions restrictives pourraient vous aider, ou parlez au propriétaire de votre appartement.
- » Si vous avez une injonction restrictive, il vous sera peut-être possible d'obtenir une aide financière par le biais de l'indemnisation des victimes. Un défenseur de vos droits peut vous aider à faire la demande.



PROTÉGEZ-VOUS LORSQUE VOUS N'ÊTES PAS CHEZ VOUS

- » Déplacez-vous avec différentes personnes, changez souvent vos itinéraires.
- » Faites vos courses et vos transactions bancaires à différents endroits
- » Gardez une copie de la décision judiciaire (le cas échéant) et les numéros d'urgence sur vous en permanence.
- » Veillez à ce que votre employeur ou votre établissement scolaire ait une copie des décisions judiciaires.
- » Mettez sur pied un plan pour savoir ce que vous ferez si quelque chose de violent se passe en public; soyez toujours conscient(e) de ce qui vous entoure.



FAITES EN SORTE QUE VOS ENFANTS SOIENT PLUS EN SÉCURITÉ

- » Apprenez-leur à éviter les altercations entre vous et votre partenaire, même s'ils veulent aider.
- » Apprenez à vos enfants comment se mettre en sécurité et comment appeler le 9-1-1 et donner votre adresse et numéro de téléphone à la police.
- » Donnez à la crèche ou à l'établissement scolaire toutes les décisions judiciaires pertinentes et dites-leur que vos enfants ne peuvent pas partir de l'école avec qui que ce soit sans que vous ayez été prévenu(e).
- » Veillez à ce que les enfants sachent à qui parler à l'école s'ils voient l'agresseur.
- » Veillez à ce que l'école sache que personne ne peut avoir accès à votre numéro de téléphone ou à votre adresse.



SÉCURITÉ SUR INTERNET ET AVEC LES SMARTPHONES

- » N'oubliez pas : Toutes les informations postées sur l'Internet appartiennent au domaine public et votre agresseur peut les voir.
- » Fermez les sessions de tous les comptes et les applications en ligne; ne cochez pas la fonction « garder ma session ouverte » et ne permettez pas à votre navigateur du web de mémoriser vos mots de passe.
- » Utilisez des mots de passe sécurisés (majuscules et minuscules, chiffres et symboles).
- » Révisez les paramètres de confidentialité des comptes de réseaux sociaux à intervalles réguliers.
- » Essayez d'éviter de poster des informations confidentielles sur les sites de réseaux sociaux (Facebook, Twitter, Instagram, etc.)
- » Interrompez la fonction de partage des infos GPS du smartphone.

Êtes-vous en sécurité?