

# Plan de sécurité - Prévention de la violence domestique

Nom : \_\_\_\_\_

Date : \_\_\_\_\_

## J'AI LE DROIT DE :

- Vivre dans un environnement sûr, à l'abri de toute forme d'abus (physique, verbal, émotionnel, sexuel) ou d'exploitation.
- De demander de l'aide aux autorités si je suis victime d'abus ou de violence.
- De demander une ordonnance de protection contre une personne qui m'a menacé ou maltraité.



## LIEUX SÛRS :

Si je ne me sens pas en sécurité chez moi, je peux me rendre dans l'un de ces lieux sûrs. (Il peut s'agir de la maison d'un voisin ou d'un ami de confiance, d'un refuge, d'un poste de police, d'un magasin, d'un restaurant ou d'un autre lieu public, surtout s'il est ouvert et bondé).

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_

## LES PERSONNES EN QUI JE PEUX AVOIR CONFIANCE POUR M'AIDER :

Lorsque j'ai besoin d'aide, je peux appeler ces personnes de confiance. (Pensez aux personnes qui pourraient vous aider en matière de logement, d'argent, de transport, de soutien émotionnel et de garde d'enfants. Il peut s'agir de membres de votre famille, de voisins, d'amis, de votre employeur, de vos collègues, du pasteur de votre église, etc.)

- Nom : \_\_\_\_\_ Numéro : \_\_\_\_\_

## CHOSSES À EMPORTER SI JE DOIS PARTIR RAPIDEMENT :

- Pièce d'identité avec photo
- Actes de naissance de mes enfants
- Documents relatifs à l'immigration et à la garde des enfants
- Téléphone portable et chargeur
- Ordonnance de protection
- Assurance automobile et documents d'immatriculation
- Dossiers médicaux et scolaires importants
- Documents relatifs à l'assurance maladie
- Médicaments
- Argent liquide ou carte de crédit à mon nom
- Vêtements de rechange pour moi et mes enfants
- Clés de maison et de voiture

# Plan de sécurité - Prévention de la violence domestique

## NUMÉROS ET RESSOURCES IMPORTANTS :

- Urgences : **911**
  
- Ligne d'assistance nationale contre la violence domestique : **800-799-7233**
  
- Ligne d'assistance locale contre la violence domestique : \_\_\_\_\_
  
- Centre d'accueil local pour les victimes de violences domestiques : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  
- Commissariat de police local (*pour porter plainte*) : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  
- Tribunal local (*pour demander une ordonnance de protection*) : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  
- Services de conseil : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
  
- Autres ressources : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_



*Conservez le présent plan dans un endroit sûr où votre agresseur ne le trouvera pas.*