

Persönlicher Sicherheitsplan

Obwohl ich nicht die Kontrolle habe über das, was mein Partner/meine Partnerin macht und Gewalttätigkeiten nicht voraussehen kann, habe ich verschiedene Möglichkeiten, mich und meine Kinder in Sicherheit zu bringen.

1. Im Notfall kann ich Folgendes tun:

Flüchten

Wenn ich mich dazu entscheide, kenne ich die **Fluchtwege**: Ausgänge, Fenster, Treppenhaus, Aufzüge.

Ich deponiere Geld und **Ersatzschlüssel** für Zimmertüren, Haustüre, PKW, _____ damit ich sie im Notfall griffbereit habe und nicht eingesperrt bin.

Ersatzschlüssel, **Kopien der wichtigsten Papiere** für mich und die Kinder (Ausweise, Aufenthaltstitel, Mutterpass, Impfpässe, Geburtsurkunden, Heiratsurkunde, Scheidungsurkunde, Krankenkassenkarte, Bankkarte, Kopie Mietvertrag, Versicherungsunterlagen, Zeugnisse), Kleidung und Kindersachen gebe ich bei _____ ab, die/der sie aufbewahrt und mir bringt, wenn ich sie brauche.

Falls ich flüchten muss, gehe ich zu _____. Dies habe ich abgesprochen.

Falls ich nicht offen sprechen kann, benutze ich _____ als **Codewort**, damit meine Kinder wissen, dass wir gehen und meine FreundInnen verstehen, dass ich komme.

Hilfe holen

Ich benutze das Wort _____ als **Codewort**, damit meine FreundInnen wissen, dass sie die Polizei holen sollen.

Mit meinem Nachbarn / meiner Nachbarin _____ kann ich über Gewalt sprechen und sie/ihn bitten, die Polizei zu holen, falls sie Verdächtiges wahrnehmen oder meine Klopfsignale an den Heizungsrohren hören. Ich kann Notrufnummern im Telefon speichern und meine **Kinder befähigen**, dass sie Polizei oder Feuerwehr rufen. Ich stelle sicher, dass sie dann die Adresse angeben können.

Ich vertraue meinem Instinkt: **Wenn ich gewalttätige Auseinandersetzungen kommen sehe, versuche ich, mich in der Nähe des Telefons aufzuhalten oder die Wohnung zu verlassen**. Ich schaffe mir ein Handy an ohne sein Wissen.

2. Ich plane meine Flucht:

Die wichtigsten Notfall-Nummern sind
Polizei/Notruf
Frauenhaus
Beratungsstelle

Ich trage immer Kleingeld/Telefonkarten und die wichtigsten Nummern bei mir.

Ich telefoniere nur von sicherer Stelle aus, damit mein Partner meine Pläne nicht erfährt.

Ich kann mit _____ meine Pläne besprechen.

Ich weihe meine Kinder zum Teil ein; **Namen von Personen und Orte halte ich noch geheim.**

Ich eröffne ein **eigenes Bankkonto** mit einer eigenen EC-Karte und mache Kopien von allen wichtigen Dokumenten, die ich bei _____ deponiere.

Haustiere kann ich ggf. in Sicherheit bringen bei _____.

Ich packe eine Notfalltasche

- Ersatzschlüssel für Wohnung/Auto, Zimmertüren
- Ausweis / Pass und Kinderausweise
- evtl. Staatsbürgerschaftsnachweis; Aufenthaltstitel, Arbeitserlaubnis
- Geburtsurkunden / Heiratsurkunde / Scheidungsurkunde
- Krankenkassen-Karte (auch der Kinder), wichtige ärztliche Unterlagen/Befunde
- Sozialversicherungsausweis / Rentenversicherungsnummer/Steuer-ID
- Renten-, Sozialamts- und Jobcenterbescheide; Kindergeld-/Betreuungsgeld/
Elterngeldbescheide
- Bankunterlagen, Sparbücher, Wertpapiere (Kopien)
- Versicherungsunterlagen, die mich und/oder die Kinder betreffen
- Führerschein; Kraftfahrzeugpapiere
- Mietvertrag, Arbeitsvertrag
- evtl. Sorgerechtsentscheide, Gerichtsbeschlüsse
- Schmuck
- das Nötigste für einige Tage: Kleidung, Hygieneartikel, Schulsachen, Lieblingsspielzeug,
Medikamente
- Adressbuch
- Erinnerungen: Tagebücher, Fotos und geliebte Dinge

3. Ich Sorge für mich:

Ich kenne eine Anwältin/Anwalt der/die mir helfen kann _____.

Ich nehme Kontakt mit einer Gewaltschutz-Beratungsstelle in meiner Nähe auf und lasse mich beraten _____.

Das nächste Frauenhaus befindet sich in _____.

Ich kann mich beim Weißen Ring beraten lassen und mir Unterstützung holen _____.

Wenn ich mich schlecht fühle und überlege, ob ich in eine gefährliche Situation zurückgehe, dann kann ich _____ anrufen oder mit _____ sprechen.

4. Sicherheit zu Hause und bei der Arbeit nach der Trennung:

Zu Hause

Ich tausche **Türschlösser** und installiere Sicherheitsschlösser. Ist das Eindringen über den Balkon möglich oder gibt es andere **Sicherheitsrisiken**?

Personen im Umfeld, die helfen können (zum Beispiel Freunde, Familie, Nachbarn, Hausarzt, Arbeitgeber, Kollegen)

_____.

Sonstige Maßnahmen zur Erhöhung der Sicherheit: _____.

Ich **ändere die Telefonnummer bzw. SIM-Karte**.

Gefährliche Situationen

Welche Situationen könnten besonders gefährlich für mich sein? Welche Schutzmaßnahme ist da möglich?

Ich vermeide Orte, an denen mein Partner mich vermutet oder sucht.

An welchen Orten brauche ich Schutz?

Wie kann ich mich dort schützen?

Wer kann mir dort helfen?

Bei drohender Gefahr in der Öffentlichkeit, auf dem Weg zur Arbeit, zum Kindergarten mache ich Folgendes: Ich beantrage beim zuständigen Amtsgericht ein **Kontaktverbot** (zivilrechtliche Schutzanordnung) und Sorge für dessen Zustellung. Ich trage diesen Gerichtsbeschluss und den Nachweis über die Zustellung immer bei mir.

Arbeitsstelle

Wie kann mich meine Arbeitsstelle unterstützen?

Vereinbarungen mit dem Arbeitgeber und den Kollegen?

Kinder

Besteht eine akute Gefährdung der Kinder? wenn ja, welche?

Wer hat das Sorgerecht?

Antrag auf einstweiliges/alleiniges Sorgerecht/Aufenthaltsbestimmungsrecht?

Gerichtliche Beschlüsse: Umgangsrecht? Begleiteter / Beschützter Umgang?

Erfahrungen mit der Regelung und der Umsetzung des Umgangsrechtes?

Will das Kind den Umgang? Fühlt es sich beim Vater sicher? Hat es Angst vor dem Vater?

Ich regle im Kindergarten, wer meine Kinder abholen darf.

Ich teile Kindergarten/Tagesstätte/Schule gerichtliche Beschlüsse bezüglich des Aufenthaltsbestimmungsrechtes und des Umgangsrechtes mit.

Mein Kontakt zum Jugendamt: _____ und zur Erziehungsberatungsstelle/Familienberatungsstelle: _____.

Besteht die Gefahr einer Entführung? Wenn ja, durch wen? Und wie?

Wer hat die **Reisepässe der Kinder**? Sind die Kinder im Pass des Vaters miteingetragen?

Präventivmaßnahmen, um eine Entführung zu verhindern?

Anträge, die ich beim Amtsgericht gestellt habe / Einstweilige Verfügungen

Antrag

beim

am

Beschluß ergangen am

Beschluß gültig bis

Verlängerung des Beschlusses spätestens beantragen am

Antrag

beim

am

Beschluß ergangen am

Beschluß gültig bis

Verlängerung des Beschlusses spätestens beantragen am

Die Grundlage für diesen Sicherheitsplan lieferte der »Separation Safety Plan« des Metropolitan Nashville Police Department. Zusammengestellt und übersetzt hat ihn Angelika May