

NVO PANDORA

PLAN ZASTITE OD NASILJA U PORODICI

SIGURNOSNI PLAN

HERCEGNOVI

2017

**STATISTIKE POKAZUJU DA UKOLIKO SE NASILJE JEDNOM DOGODILO, ONO
ĆE SE DOGODITI PONOVO**

Zbog toga je tim Nvo Pandora za Vas izradio sigurnosni plan i ponudio Vam mogućnosti od kojih ćete moći napraviti Vaš lični sigurnosni plan akcija Svaki plan je za sebe, individualan i zavisi od različitosti porodičnih situacija Prilikom izrade takvih planova držite se smjernica kako biste sebi olakšali što bezbjednije spašavanje sopstvenog i života Vaše djece Odlučite se i ispišite akcije kada ste u porodici stalno izloženi fizičkom, psihičkom, emocionalnom ili seksualnom nasilju Ukoliko niste u mogućnosti da sami sastavite plan akcija pridržavajte se naših uputstava, pomozite sebi i svojoj djeci **SAČUVAJTE ŽIVOT**

Žene često ne mogu da izbjegnu situacije nasilja, ali mogu da povećaju svoju sigurnost i zaštitu Sigurnosni plan je jedan od prvih i najvažnijih koraka da zaštitite sebe i djecu od nasilnika u kući Ovaj plan Vas unaprijed priprema za situacije nasilja i povećava šanse za Vas i dijete da preživite buduće napade nasilnika Iako nemate kontrolu nad nasilničkim ponašanjem Vašeg muža ili partnera ipak imate izbor kako je najbolje da reagujete na nasilno ponašanje istog, jer ga Vi ipak najbolje poznajete Upotrebite to znanje da biste razvili svoj sigurnosni plan

PRIPREME ZA MOGUĆE NASILJE

- Upotrijebite sopstveni instikt i unutrašnje osjećaje o situaciji ako po ponašanju nasilnika naslutite da Vas može napasti, učinite sve da biste to izbjegli

- Obavjestite se o tome koja su Vaša prava

- To možete učiniti u **besplatnoj pravnoj pomoći u opštini, preko SOS telefona, Sigurnoj ženskoj kući ili u NVO Pandora**

- Nadajte osobu u koju imate povjerenja (porodica, prijatelji, susjedi) koju ćete upoznati sa svojom situacijom, da bi ona znala da situacija u kojoj se nalazite može jednog dana biti opasna

- Napravite dogovor sa susjedima u oje imate povjerenja o lozinkama ili signalu koji ćete im dati kada ste u opasnosti Zamolite ih da ukoliko čuju buku ili pucnjavu iz vašeg stana pozovu policiju **na broj 122**

- Dogovorite se sa djecom za lozinku ili signal koji ćete (ili vi reći djeci ili djeca vama) kada bude potrebno da se pozove policija Prije svega toga provjerite da li djeca znaju sviju adresu i broj telefona Ukoliko nisu imala priliku ranije, naučite djecu da koriste telefon

- Naučite broj dežurne slube policijske stanice **122** ili ga držite na vidnom mjestu ukoliko se trenutno ne možete sjetiti

- Recite djeci kako da zbjegnu nasilje Naučite ih da ni oni ni vi niste krivi zbog nasilnog ponašanja njihovog oca Kada je neko nasilan onda je za sve važno da se zašтите

- Unaprijed isplanirajte svoja bezbjedna mjesta; - gdje i kod koga biste otišli ako nasilnik upotrijebi silu kako biste se zaštitili od napada i povrijeđa

- **Isplanirajte šta ćete uraditi ako djeca kažu nasilniku o vašem sigurnosnom planu, ili ako on to već nekako sazna**

- Ostavite torbu sa osnovnim stvarima kod komšija, prijatelja ili porodice za slučaj da morate iznenada napustiti kuću. Važna dokumenta i rezervne ključeve ostavite kod onoga u koga imate povjerenja
- Ukoliko ste u mogućnosti držite na sigurnom određenu svotu novca (prijatelji, rodbina, štedionica, sef)
- **OBAVEZNO** obavjestite učiteljicu ili razrednog starješinu u školi vašeg djeteta o vašoj situaciji zbog djetetove i vaše bezbjednosti
- Dajte prijateljima, komšijama, kolegama sa posla kao i porodici što više informacija o nasilniku; puno ime, nadimke, gdje radi, imena njegovih kolega i prijatelja, izgled auta koje vozi, kafane koje posjećuje, etc
- Uvijek imajte telefon i rezervnu telefonsku karticu pri sebi
- Prijavite policiji na vašoj opštini na broj **122** svaki nasilnički napad
- Napravite lični kontakt sa policajcima iz policijske stanice
- ko ste u mogućnosti postavite alarm u vašoj kuci (jer pritiskom na panik taster policija odmah izlazi na teren) ili nabavite velikog psa
- **NEMOJTE** nositi marame oko vrata koje se mogu iskoristiti da vas nasilnik time udavi
- Što više isplaniratenmbićete više u stanju da bolje zaštitite sebe i svoju djecu
- Ako možete pišite o svakom napadu i povrijedi koju ste zadobili u svom dnevniku, Bilježenje je važno za vašu lčnu istoriju a i za podsjećanje na događaje ako Vam zatreba na sudu. Uvijek upišitentačan datum, mjesto, ko i kako Vas je napao i šta su bile posljedice

UPAMTITE

VI NIJESTE ZASLUŽILI DA VAS BRAČNI DRUG PARTNER NITI BILO KO TUČE ILI DA VAM PRIJETI

PRIPREME ZA ODLAZAK IZ KUĆE

- Procijenite koliki je to stepen sile (koliko će vas muž-partner toga dana maltretirati) kako biste mogli odrediti ozbiljnost situacije i opasnost koja vam prijete da biste mogli lakše pobjeći ili otići i prije no se nasilje desi
- Izlazak iz kuće mora da bude oprezno isplaniran da bi vi i djeca bili sigurni Vrlo često nasilnici ako posumnjaju da ih žrtva napušta postaju još nasilniji Zato pažljivo napravite plan u kom ćete trenutku napustiti kuću
- Jedna od jako teških odluka je i to da postoje situacije u kojima žena mora da pobjegne bez djece, jer bekstvo sa djecom može sve vas staviti u ekstremno opasnu situaciju Da bi djeca bila zaštićena prvo majka mora da se zaštiti
- Vježbajte najbrži izlazak iz kuće Važno je da postoje radnje koje vi svakodnevno radite, da biste mogli da izađete iz kuće; kupovina, bacanje smeća, odlazak kod komšija etc To možete kasnije iskoristiti za bekstvo
- Imajte uvijek spremljenu torbu sa najvažnijim stvarima jer ako odlučite da pobjegnute mogli samo da je uzmete

UPAMTITE

KORISTITE SVOJE PREDOSJEĆAJE, VI NAJBOLJE POZNAJETE NASILNIKA

AKO STE POBJEGLI / OTIŠLI

- Pazite kome dajete telefon I adresu vašeg sadašnjeg boravišta
- Ako bude bilo potrebe da se vidite sa nasilnikom učinite to na javnom mjestu I u prisustvu osobe u koju imate povjerenja
- Budite kod rodbine ili prijatelja neko vrijeme ko morate da izadjete iz njihove kuće, obavjestite ih o tome gdje ste, kad odlazite I kad biste se trebali vratiti
- Uvijek dobro isplanirajte kojim ćete putem ići na posao ko postoji mogućnost svaki put idite drugim putem-ulicama
- **UPAMTITE**-Ne odlazite na mjesta za koje nasilnik zna da su vaša;-ne idite u iste radnje, istu poštu, kod iste frizerke
- Recite kolegama na poslu o čemu se radi
- Dogovorite se oko odlaska djece u školu; -ko ih dovodi I odvodi, ili će ići sama; kojim ulicama će ići u školu; da li su psihološkinja, pedagoškinja I director škole upoznati sa situacijom

VAŽNI TELEFONSKI BROJEVI

- **Policajska stanica u vašem mjestu; 1 2 2**
- **SOS telefon ili savjetovanište koje ste kontaktirali;**
- **Nacionalna SOS linija; 080 111 111**
- **Podgorica; 020-23 22 53 I 020-23 22 54**
- **Nikšić; 068- 024 086 I fiksna linija; 040-21 30 86**

Tim NVO Pandora iz Herceg Novog Vam nudi pomoć pri sastavljanju liste ukoliko se spremate da napustite kuću Ova lista je promjenljiva u zavisnosti od vaše situacije I vaših potreba

LISTA NEOPHODNIH STVARI U SLUČAJU NAPUŠTANJA KUĆE

- LIČNA KARTA~ PASOŠ
- ZDRAVSTVENA KNJIŽICA
- KLJUČEVI OD STANA I NEKI DRUGI KLJUČEVI KOJI SU VAM VAŽNI
- IZVODE IZ KNJIGA RODJENIH (SVOJ I DJEČIJI)
- IZVOD IZ KNJIGE VJENČANIH ILI RJEŠENJE O RAZVODU
- NOVAC
- TELEFONSKI IMENIK
- MOBILNI TELEFON I REZERVNA TELEFONSKA KARTICA
- VAŽNI DOKUMENTI SA SUDA I SUDSKE ODLUKE
- DOKUMENTI O STANU, KUĆI, AUTU, IMOVINI
- VOZAČKA DOZVOLA
- ČEKOVI, KARTICE ILI ŠTEDNA KNJIŽICA
- LJEKOVI
- LJEKARSKI IZVJEŠTAJI
- DJEČIJA ŠKOLSKA KNJIŽICA
- OMILJENA DJEČIJA IGRAČKA ILI VAŽAN UDŽBENIK
- GARDEROBA LIČNA I DJEČIJA
- OMILJENE SLIKE

UPAMTITE

NIKAD SE NE KAJTE ZA PREDUZETE KORAKE KAD STE NASILJU REKLI STOP

NE ĆUTITE BUDITE VIDLJIVI

I VI I VAŠA DJECA IMATE PRAVO NA NORMALAN NAČIN ŽIVOTA BEZ NASILJA

TELEFONSKI BROJEVI SLUŽBI PROTIV NASILJA U PORODICI

C R N A G O R A

- **POLICIJA;** 1 2 2
- **CENTRI ZA SOCIJALNI RAD;**
- **Podgorica;** - 020/230-570;
- **Danilovgrad;** -020/812-514
- **Plav;** - 051/255-075
- **Pljevlja;** - 052/301-264
- **Bar;** -030/303-492
- **Bijelo Polje;** -050/432-481
- **Herceg Novi;** -031/321-187
- **Nikšić;** -040/215-207
- **Berane;** -051/230-920
- **Rožaje;** -051/271-099
- **Mojkovac;** -050/472-101
- **Kotor;** -032/322-622
- **Cetinje;** - 041/231-890
- **Nacionalni SOS telefon; 080 111 111**
- **Podgorica SOS telefon; 020-23 22 53 I 020-23 22 54**
- **Nikšić SOS telefon; 068- 024 086 I fiksna linija;040-21 30 86**
- **Sigurna ženska kuća Podgorica; 069/013-321**
- **NVO Centar za ženska prava; 020/664-193**
- **NVO ANIMA; Kotor**
- **NVO Pandora Herceg Novi; 067/872-684**
- **NVO Bona Fide Pljevlja**

Potrudili smo se da Vam obezbjedimo brojeve preko kojih ćete uspjeti da se informišete o svojim pravima I dobijete pomoć I podršku Organizacije koje se bave srodnom tematikom a nijesu navedene o njima ćete saznati informišući se na već date brojeve

