**Plan d’urgence**

**Etape 1. Pendant les violences**

*Je peux utiliser les options suivantes :*

a. Si je decide de partir, je \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.  
b. Je peux garder un sac et y mettre \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ pour pouvoir partir rapidement.  
c. Je peux prévenir \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ à propos des violences et les laisse rappeler la police en cas de violences.

d. Je peux apprendre à mes enfants à utiliser le téléphone pour appeler le 17 ou le 18.  
e. J’utiliserai le mot de passe \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ pour mes enfants, mes amis, ma famille, pour appeler à l’aide.  
f. Si j’ai à partir de chez moi, j’irai chez \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
(Soyez prêts même si vous pensez que vous n’aurez pas à partir.)  
g. Si les disputes émergent, j’irai dans une pièce en sécurité comme \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.  
h.  Je peux apprendre ces stratégies à mes enfants : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.  
i. J’utiliserai mon instinct, mon intuition, mon jugement. Je vais me protéger et protéger mes enfants jusqu’à être hors de danger.

## 

## Step 2. Quand je suis prêt à partir

*Je peux utiliser les options suivantes :*

a. Je vais laisser de l’argent et un trousseau de clés avec \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.   
b. Je vais mettre les documents importants et les clés dans \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.  
c. Je vais ouvrir un compte independant à partir de cette date \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ pour pouvoir être plus indépendant

d. Les autres choses que je peux faire pour être plus indépendant : \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.  
e.  La ligne pour les violences conjugales est \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.  
f.  Le numéro pour le refuge est \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.  
g.  Je vais utiliser un telephone prépayé ou utiliser la carte de credit d’un ami, utiliser le télépgone d’un ami pour ne pas être traqué.   
h. Je vais voir avec \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ et \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ pour savoir avec qui je pourrai rester ou qui pourra garder mon argent   
i. Je peux laisser des vêtements chez \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.  
j. Je vais revoir mon plan d’urgence tous les \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ pour bien l’adapter et le connaitre   
k. Je vais revoir mon plan avec \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ (un ami, un conseiller, un avocat)  
l. Je vais réparer mon plan et le mettre en pratique avec mes enfants