

## KONTROL LİSTESİ

Ayrılırken yanınıza almaya ihtiyacı duyacaklarınız.

- Kimlik
- Sürücü belgesi, ruhsat, sicil belgesi
- Çocukların doğum belgeleri
- Sizin doğum ve evlilik belgeleriniz
- Para, kredi kartı, ATM kartı, telefon kartı
- Suistimal Düzeninden Koruma (SDK)
- Kira kontratı, ev tapu senedi
- Çek defteri, banka defterleri, hesaptan para çekme makbuzu
- Sağlık Sigortası
- Sigorta kağıtları
- Ev ve araba anahtarları
- ilaçlar ve reçeteleri
- Satılabilecek ufak şeyler
- Adres defteri
- Resimler
- Bütün ailenin medikal kağıtları
- Kendinizin ve çocuklarınızın sosyal sigorta kartı
- Sosyal yardım kimliği
- Okul kayıtları
- Çalışma izin belgesi
- Yeşil kart/ Göçmen kağıtları
- Boşanma belgesi ve çocukların sorumluluğuna ait belgeler
- Mücevherat
- Çocukların küçük oyuncakları
- Hayvanınız (eğer isterseniz)

## Diğer Yardım Numaraları

Police Emergency: 9-1-1

Mount Nittany ER: 234-6110

Centre County D.A.'s Office: 355-6735

MidPenn Legal Services: 1-800-326-9177 or 238-4958

### Aile içi ve Cinsel Şiddet Barınakları ve Civar illerdeki Yardımlar

#### Blair County

Family Services of Blair County:  
(814) 944-3585

#### Clearfield County

Crossroads: 1-800-773-1223

#### Clinton County

Clinton County Women's Center:  
(570) 748-9509

#### Huntingdon County

Huntingdon House: (814) 643-1190

#### Mifflin County

Mifflin County Abuse Network:  
(717) 242-2444

## EMNİYET EDİNME

Eğer partneriniz veya bir aile üyeniz tarafından incitiliyor veya tehdit ediliyorsanız bu broşürdeki bilgiler güvenli bir plan yapmanız için size yardımcı olabilir.



140 West Nittany Avenue  
State College, PA 16801  
(814) 234-5222  
Bellefonte: (814) 355-6477

### 24 HOUR HOTLINES:

234-5050  
1-877-234-5050

**GÜVENLİ – PROFESYONEL –  
GİZLİ – ÜCRETSİZ**

## Bir olay esnasında güvenlik

Eğer bir tartışma kaçınılmaz görünüyorsa, bu tartışmayı çıkış kapısı olan bir alanda yapmaya çalışın. Bu yer banyo, mutfak veya herhangi bir silahın olduğu yer olmasın.

İçinde eşyalarınızın olduğu bir çantayı gizli ama ulaşılabılır bir yerde çabukça alabilmek için bulundurun.

Size uygulanan baskıyı söyleyebileceğiniz ve evinizden kargaşa sesleri duyduklarında polisi arayabilecek bir komşu belirleyin.

Çocuklarınızla, ailenizle, arkadaşlarınızla veya komşularınızla aranızda polise ihtiyaç duyduğunuzda kullanabileceğiniz kod bir sözcük belirleyin.

Eğer evi terketmek zorunda kalırsanız nereye gidebileceğinize karar verin.( Buna ihtiyaç duyacağınızı düşünmeseniz bile)

Eğer durum çok tehlikeliyse kendi iç güdünüzü ve yargılama kabiliyetinizi kendi kendinizi güvende tutmak için kullanın. Mümkün olduğu kadar çabuk polisi arayın.

## Ayrılmak için hazırlık yaparken güvenlik

Onlarla kalmanıza izin verebilecek ve size bir miktar borç para verebilecek birilerini saptayın. Daima çocuklarınızı sizinle birlikte götürmeyi deneyin veya onları güvenerek bırakacağınız birilerini ayarlayın.

Güvendiğiniz birine paranızı, yedek anahtarlarınızı, önemli evraklarınızın kopyalarını ve giyeceklerinizi bırakın.

Bağımsızlığınızı oluşturmak veya arttırmak için kendi adınıza ait bir yatırım hesabı açın. Barınacağınız yerin numarasını yakınınızda bulundurun ve nakit para veya telefon kartınız her zaman yanınızda olsun.

Size şiddet uygulayan kişiden en güvenli biçimde ayrılma yolu için güvenlik planınızı aile içi şiddet savunucularıyla gözden geçirin.

## SUİSTİMAL DÜZENİNDEN KORUMA İLE GÜVENLİK PFA (SDK)

Bir SDK size veya sizin çocuklarınıza yapılacak tartaklamayı, tacizi ve/veya tehdit etmeyi önleyebilir. Ayrıca konutunuza, okulunuza veya çalışma alanınıza suistimalcinin girmesini engelleyebilir.

Eğer eşiniz veya aile üyeleriniz tarafından tehdit edildiyse veya fiziksel ya da cinsel tacize uğradıysanız bir SDK yı kayda geçirebilirsiniz.

Sıkıştırma, itirme, evden ayrılmaya izin vermemeye veya öldürmek ve zarar vermek için tehdit etmek tacizdir.

Evlilikte veya flörtte cinsel ilişkiye zorlanmak veya gözü korkutulmak bir tacizdir.

Eğer tacizci SDK'yi ihlal ederse polisi arayın. Aile, arkadaş ve komşularınıza bir SDK'nızın olduğunu haber verin ve onlar eğer evinizin, okulunuzun, çalışma alanınızın, çocuklarınızın okulunun veya kreşinin yakınlıklarında suistimalciyi görürlerse polisi aramalıdır.

**HATIRLAYIN... SUİSTİMALCİDEN AYRILMAK EN TEHLİKELİ ZAMANDIR. GÜVENLİK PLANINIZI İHTİYAÇ OLDUĞU KADAR SIKLIKLA GÖZDEN GEÇİRİN BÖYLECE AYRILMAK İÇİN EN GÜVENLİ YOLU BİLİRSİNİZ.**

## EĞER CİNSEL BİR ZORLAMAYA UĞRADIYSANIZ

Güvenli bir alana gidin. Mümkün olduğunca tıbbi müdahale alın.

911'i arayabilir veya hastanelerin acil servisine gidebilirsiniz. Değiştirebileceğiniz kıyafetleri yanınızda getirin. Kıyafetlerinizi değiştirmeyin, yıkanmayın ve duş almayın.

Böylece bunlar daha sonra bir suç yüklemek istediğinizde fiziksel kanıtları muhafaza edecektir.

911 vasıtasıyla polisle irtibata geçin.

Yasal ve medikal süreç boyunca sizi destekleyebilecek güvendiğiniz birini veya MİBKM'nı arayın.

Birçok cinsel zorlama geçiren kişiler olaylardan aylar veya yıllar sonra etkilenmektedir. Destekleme rehberliğine MİBKM (CCWRC)'de bir günde 24 saat erişilebilir.