

Ton plan d'urgence doit inclure plusieurs éléments essentiels :

- Décide d'un itinéraire de fuite. (Il importe que tu connaisses un lieu sûr où tu pourras aller, ne serait ce que pour faire un appel téléphonique.)
- Si tu as déjà été victime de violence dans le passé, assure-toi que le service de police est tout à fait au courant de la situation.
- Programme les numéros d'urgence dans la mémoire d'un téléphone sûr (un refuge, des voisins, des personnes susceptibles de t'aider en plus du service 911).
- Appelle une maison de transition et discute avec les membres du personnel. Choisissez ensemble un mot-code pour qu'ils puissent t'identifier si tu dois les appeler en cas de crise (1-855-225-0220).
- Parle à tes voisins et à des personnes en qui tu as confiance. Mets-les au courant de ta situation afin qu'ils puissent surveiller ce qui se passe et appeler la police s'ils deviennent inquiets.
- Parle à tes enfants. Ils doivent savoir chez quel voisin ils peuvent se réfugier en cas d'urgence et comment se servir du téléphone pour appeler la police au besoin.
- Cache de l'argent si c'est possible (tu auras peut-être besoin de payer un taxi en cas d'urgence), ainsi qu'une clé de la voiture afin de pouvoir partir rapidement.

Envisage de préparer **un sac d'urgence** dans lequel tu placeras des articles nécessaires pour quelques jours. Laisse ce sac chez une amie ou un ami si tu penses que c'est préférable.

Si tu sens qu'une telle démarche pourrait menacer ta sécurité, dresse au moins une liste des articles à emporter en cas d'urgence, et assure-toi de savoir exactement où ils sont.

Voici quelques articles qu'il serait important d'emporter avec toi :

- argent, états financiers ou carnets de banque, cartes de crédit
- vêtements pour toi-même et pour les enfants pour quelques jours
- clés de la maison et de la voiture
- téléphone cellulaire et cordon du chargeur
- copies de ton bail ou de ton hypothèque ou autre acte de propriété
- relevés d'emprunt hypothécaire
- certificat d'immatriculation de l'auto, permis de conduire, certificat d'assurance automobile
- pièces d'identité
- documents importants : certificats de naissance et de mariage
- documents de garde, ordonnances judiciaires, injonctions
- déclarations de revenus, permis de travail
- cartes d'assurance-maladie pour toi et les enfants
- dossiers médicaux et preuves de vaccination
- médicaments dont tes enfants ou toi-même pourriez avoir besoin
- carte de statut de Première Nation
- certificats d'immigration et de citoyenneté, passeports pour toi-même et les enfants
- jouets, livres et couvertures préférés des enfants
- photo de ton partenaire (à des fins d'identification)
- carnet d'adresses et de numéros de téléphone importants
- biens ou livres auxquels tu tiens (objets qui te réconfortent)