

Vorbereitungen für das eilige Verlassen der Wohnung

Dokumente und Schlüssel	<ul style="list-style-type: none"> ○ Fertigen Sie Kopien von allen wichtigen Dokumenten (siehe Checkliste Dokumente) an und hinterlegen Sie diese bei einer Vertrauensperson. ○ Lassen Sie sich ebenfalls für die wichtigsten Schlüssel einen Zweitschlüssel erstellen und hinterlegen diesen ebenfalls bei einer Vertrauensperson.
Notfalltasche	<ul style="list-style-type: none"> ○ Packen Sie eine Tasche mit den wichtigsten Dingen für Sie und Ihre Kinder und lagern Sie diese an einem Ort, auf den Sie im Notfall schnell Zugriff haben.
Unterstützung	<ul style="list-style-type: none"> ○ Klären Sie im Vorfeld mit Freunden, Familienmitgliedern und sonstigen Bekannten, ob es möglich wäre, kurzfristig irgendwo für ein paar Tage unterzukommen. ○ Weisen Sie ihre Nachbarn darauf hin, die Polizei zu rufen, sollten Sie lautstarke Auseinandersetzungen mitbekommen. ○ Überlegen Sie sich ein Notsignal für Ihre Nachbarn, Freunde, Familienmitglieder, mit dem Sie schnell signalisieren können, dass Sie Hilfe benötigen.
Kinder	<ul style="list-style-type: none"> ○ Besprechen Sie die Situation mit Ihren Kindern ○ Erklären Sie ihnen, wie sie sich im Notfall bemerkbar machen können und wie sie die vorab besprochenen Vertrauenspersonen oder auch die Polizei erreichen können. Hierbei ist es zum Beispiel sinnvoll, Notfallkontakte in den Kurzwahltafeln zu speichern und das Telefonieren mit den Kindern zu üben.
Flucht aus der Wohnung	<ul style="list-style-type: none"> ○ Informieren Sie sich im Vorfeld über die schnellstmöglichen Fluchtwege aus der Wohnung sowie über Schutzräume innerhalb der eigenen Wohnung, falls Sie diese nicht mehr verlassen können. Lassen sich Zimmer im Notfall verschließen und haben Sie die Möglichkeit, von diesen Zimmern aus die Polizei zu verständigen? Kommt es zum Beispiel für Sie in Frage, in diesem Zimmer ein geheimes Handy zu deponieren?
Beweise	<ul style="list-style-type: none"> ○ Dokumentieren Sie die Gewaltvorfälle. Hierfür ist es sinnvoll, etwaige Verletzungen zu fotografieren oder von einem Arzt attestieren zu lassen. Dies kann Ihnen bei einer späteren Anzeige von Nutzen sein.