







RECOMANACIONS ABANS DE SORTIR DEL DOMICILI

- » No parlis dels teus plans amb la persona agressora.
- » No prenguis tranquil·litzants, per poder estar alerta si decideixes marxar.
- » Surt quan la persona agressora no sigui a casa.
- » Adreça't als serveis enumerats a continuació o amb els quals estiguis vinculada.

TELÈFONS D'INTERÈS

- » **Telèfon d'emergències:** 112
- » **Servei d'Atenció, Recuperació i Acollida (SARA):**
932 915 910 [de dilluns a divendres, de 8.00 a 20.00 hores].
Marie Curie, 16.  Metro Lluçmajor (línia 4, groga)
 Autobusos 47, 76, 82, 122, H4, D40, D50, V27, V29
- » **Centre d'Urgències i Emergències Socials de Barcelona (CUESB):**
900 703 030 [24 hores, 365 dies l'any].
Llacuna, 25.  Metro Llacuna i Poblenou (línia 4, groga)
 Autobusos 136, N6, N8, V25, B20, B25

ABANS DE SORTIR DEL DOMICILI, ES RECOMANA PREPARAR:

- » Una bossa amb roba i efectes personals, tant propis com dels infants. Inclou-hi una joguina de valor especial per a cada infant.
- » Una còpia de les claus de casa i del cotxe.
- » Un compte en un banc que només tu coneguis, en el qual vagis ingressant diners. Demana al banc que no envii els extractes al domicili ni que truquin per telèfon a casa. Es pot sol·licitar que enviïn la correspondència a casa d'un familiar o amic o amiga.



DOCUMENTACIÓ (preparar l'original o una còpia a casa d'un familiar o amic o amiga)

Documents d'identificació i similars:

- » DNI propi i dels fills/es, NIE o passaport.
- » Llibre de família.
- » Targeta sanitària pròpia i dels fills/es.
- » Llibre de vacunacions dels fills/es.
- » Permís de conduir.
- » Diplomes d'estudis propis i dels fills/es.
- » Certificats de naixement.

Documents de l'habitatge:

- » Escritures.
- » Rebuts de lloguer.
- » Assegurança de l'habitatge.
- » Hipoteca.
- » Altres. Especifica'ls:

.....

Documentació mèdica:

- » Informes mèdics (diagnòstics, medicació, etcètera) propis i dels fills/es.
- » Informes de lesions (i dels fills/es, si també reben maltractaments).
- » Medicació pròpia i dels fills/es.

Documentació bancària:

- » Llibretes d'estalvis o talonaris.
- » Targetes de dèbit i de crèdit.

Altres documents:

- » Denúncies prèvies.
- » Documentació del cotxe.
- » Interlocutòria de mesures prèvies o sentències (de separació, divorci, ordre de protecció, ordre d'allunyament, etcètera).
- » Agenda de telèfons i adreces útils.

RECOMANACIONS BÀSIQUES EN CAS D'ACOLLIMENT, PERQUÈ NO ES PUGUI LOCALITZAR NI LA PERSONA NI EL RECURS

- » Canvia la targeta SIM del mòbil.
- » Desactiva la ubicació del mòbil i el GPS.
- » Elimina l'aplicació de correu electrònic (Gmail, Outlook...).
- » Instal·la un nou correu electrònic al mòbil, no facis servir l'antic dins del recurs d'acollida.