



# SIKKERHEDSLISTE

til dig, der er truet

---

**HOTLINE 70 27 76 66**

– svarer døgnet rundt

**EtniskUng**

**Denne folder er til dig, der er på flugt fra din familie og dit netværk på grund af vold, trusler eller tvang. Hvis du er bange for din sikkerhed og ikke vil findes, er det meget vigtigt, at du er opmærksom på de spor, du efterlader dig. Sporene kan nemlig føre til, at du bliver fundet.**

I denne folder finder du en sikkerhedsliste, der hjælper dig til at passe på dig selv og øge din sikkerhed. Folderen indeholder også information om vores tilbud til unge med etnisk minoritetsbaggrund, der oplever æresrelaterede konflikter.

Du kan læse mere på [www.etniskung.dk](http://www.etniskung.dk)

# Sikkerhedsliste

---

## MOBILTELEFON

- smid dit simkort ud
- køb taletidskort
- køb evt. ny telefon
- giv kun nummeret til politi, krise-center og kommune
- slå nummervisere fra (i indstillinger i mobiltelefonen)
- lad en anden indtale mobilsvare – nævn ikke navn eller mobilnummer
- får du trusler via sms/mail – gem disse, de kan måske bruges til at dokumentere, hvad du er udsat for
- ring aldrig fra et sted, hvor bag-

grundsstøj kan afsløre dig (fx togstationer mv.)

- send aldrig sms/mms – de viser altid dit nummer og kan let afsløre dig

## INTERNET

- slet dine profiler og undlad som udgangspunkt at bruge facebook, twitter, linkedIn, youtube osv.
- opret ny e-mailkonto, hvis du har brug for at skrive mails
- brug aldrig billeder eller andet, der kan identificere dig
- undgå, at der lægges billeder af dig på nettet

Læs mere om IT sikkerhed på side 12

## **VENNER/VENINDER/ KÆRESTER**

- fortæl ingen, hvor du opholder dig
- fortæl ikke nye venner om din historie

## **UDSEENDE**

- lav dit udseende om – farv eller klip dit hår
- skift tøjstil
- tag briller af/på
- brug kasket, hætte eller lignende

## **NAVN + ADRESSE**

- du kan få nyt for- og efternavn
- vælg et internationalt navn
- du kan få adressebeskyttelse i CPR-registret
- få hjælp til at søge navne- og

adressebeskyttelse i borgerservice eller på biblioteket

- du kan opholde dig anonymt på et krisecenter

## **NEM ID**

- bestil et nyt Nem ID

## **BANK**

- skift bank
- luk din netbankkonto
- vær opmærksom på, at hvis du bruger Mobile Pay, kan dit navn identificeres gennem dit telefonnummer

## **POST**

- få tilbageholdt din post på posthuset
- få posten leveret til et andet posthus længere væk fra din bolig

- send aldrig breve fra posthus/postkasse i nærheden af din bopæl
- modtag ikke anbefalet post, hvis ikke du i forvejen venter posten

## **TRANSPORT**

- tag ikke taxaer
- skift transportvaner (benyt forskellige stoppesteder og stationer)

## **ANDRE GODE RÅD**

### **Opholdssted**

Under 18 år:

- kommunen og politiet kan hjælpe dig væk hjemmefra

Over 18 år:

- kommunen og politiet kan hjælpe

dig væk hjemmefra, eller du kan selv henvende dig til et krisecenter

- politiet kan evt. hjælpe dig med en overfaldsalarm og tilhold samt info om dine muligheder i forbindelse med anmeldelser m.m.

## **Oplysninger**

- er du over 18 år, har ingen ret til at få informationer om dig – heller ikke din familie
- oplys alle instanser om, at de ikke må udlevere oplysninger om dig – fx til sagsbehandler, bank, dag-institution, skole, arbejdsgiver, skat osv.
- Skift læge og oplys om, at der kan være familiemedlemmer, der ringer for at få oplysninger

## Nyt CPR-nummer

- man kan ikke få nyt CPR-nummer eller ny identitet

## Når du tager væk hjemmefra

- tag pas, sygesikringsbevis, Nem ID personlige papirer, medicin osv. med dig

## Hvis du forlader Danmark eller er utryk ved udlandsrejse

- medbring en hemmelig mobiltelefon med taletidskort; husk at tjekke om det virker i udlandet, ellers køb et lokalt
- indtast telefonnummer på Udenrigsministeriet på denne telefon
- indtast telefonnummer på den danske ambassade og evt. adressen

- giv adressen på dit opholdssted i udlandet til en, du stoler på
- medbring en kopi af dit pas og din hjemrejsebillet
- medbring egne penge
- kontakt Udlændingestyrelsen for at få information om eventuelle konsekvenser for din opholdstilladelse
- udfyld en udrejseblanket, og giv den til en person, du stoler på. Du kan finde blanketten på [www.etniskung.dk](http://www.etniskung.dk)
- Vær opmærksom på, at der kan være store udfordringer forbundet med at komme tilbage fra udlandet
- Du kan finde oplysninger om udvalgte ambassader på [etniskung.dk/For-unge/](http://etniskung.dk/For-unge/)

# Værd at vide om digital sikkerhed

---

Vær opmærksom på, at sociale medier som facebook, twitter, instagram, youtube, linkedIn osv. kan sætte din sikkerhed på spil, hvis ikke du passer på.

## FACEBOOK

Facebook har en række indstillinger, som du bør tage dine forholdsregler omkring, hvis du ønsker at værne ekstra om dit privatliv.

- Tagging
- Places
- Statusopdateringer
- Privatindstillinger
- Anmeld/blokér

## Tagging

Tagging kan bruges til at navngive personer på billeder, der lægges ud på facebook. Hvis du bliver tagget på et foto, er det synligt for alle på din profil.

## Places

Du kan blive tagget på et sted (place), så oplysninger om, hvor du opholder dig, vil være synlige på din profil.

## Statusopdateringer

Dit navn kan blive tagget i andres statusopdateringer. Dette vil være synligt både for den, der skriver statusopdateringen, og på din profil.

## Privatindstillinger

I dine facebook-privatindstillinger, kan du kontrollere, hvad andre kan se om dig, og hvem der ikke skal kunne følge med.

## Anmeld/blokér

Du kan til enhver tid blokere personer, så de ikke kan se, du er på facebook. De vil ikke kunne anmode om dit venskab, og du "forsvinder for dem" på facebook. Gå ind på deres profil, og find "anmeld/blokér" på deres forside.



## E-MAIL

Husk altid at logge af, når du har brugt din e-mailkonto. Hvis ikke det er muligt (fx ved outlook), så opret en gratis e-mailkonto.

Vær opmærksom på, hvem du giver din e-mailadresse til.

Det er en god idé at vælge et kodeord, som indeholder både store og små bogstaver samt tal. Det gør det sværere for andre at gætte koden.

## APPLIKATIONER TIL SMARTPHONES

Der findes forskellige applikationer, der kan være problematiske, hvis man er truet. Visse applikationer kan give andre adgang til at læse dine mails via din mobil, give dem mulighed for at lytte med på dine samtaler og se dine fotos på telefonen mm.

Vær opmærksom på, om andre har haft adgang til din mobil, og tjek, om der er apps på den, som du ikke kender til. De såkaldte "spionapplikationer" kan give andre adgang til private oplysninger via din telefon.

## **ANONYM RÅDGIVNING OM ÆRESRELATEREDE KONFLIK- TER**

Rådgivningen er for unge af begge køn.  
Rådgivningen er gratis, landsdækkende  
og kan foregå både telefonisk eller  
personligt.

---

Ring anonymt til hotline:

# **70 27 76 66**

– alle dage døgnet rundt.

---

Eller skriv anonymt til rådgivningen på  
**[www.etniskung.dk/brevkasse](http://www.etniskung.dk/brevkasse)**

Har du spørgsmål, der  
handler om din sikkerhed,  
så kan du kontakte politiet,  
din kommune eller Etnisk  
Ung på 70 27 76 66.

.....  
**Hotline**

**70 27 76 66**

– svarer døgnet rundt  
.....

Etnisk Ung drives af Landsorganisation af Kvindekrisecentre (LOKK) med støtte fra Udlændinge-, Integrations- og Boligministeriet.

**[www.etniskung.dk](http://www.etniskung.dk)**

LOKK sekretariat  
Telefon 32 95 90 19  
Mail sekretariat@lokk.dk  
[www.lokk.dk](http://www.lokk.dk)

**LOKK**