

Алгоритм действий пострадавших в ситуации домашнего насилия

(Планы безопасности для пострадавших от домашнего насилия)

Вы находитесь с агрессором в одной квартире в ситуации совершения насилия:

1. Убегайте из квартиры, вызывайте сотрудников милиции по номеру 102!
2. При угрозе физического насилия и попытке ограничения передвижения, заперитесь в ванной с телефоном и попытайтесь вызвать милицию, позвоните знакомым и сообщите о ситуации, в которой Вы находитесь, попросите прийти на помощь.
3. Если доступ к телефону ограничен, громко кричите «Пожар!», «Горим!», стучите по батареям и т. п.
4. Если все-таки удалось выскочить на лестничную клетку, то звоните во все двери, кричите, зовите на помощь. Даже если никто не выйдет, по крайней мере, это может остудить нападающего, а у Вас будут свидетели происшествия в случае, если Вы в дальнейшем обратитесь в милицию.

Если Вы понимаете, что конфликт в семье усиливается – отправьте детей на прогулку или в гости к знакомым!

ДЕТИ НЕ ДОЛЖНЫ СТАНОВИТЬСЯ СВИДЕТЕЛЯМИ НАСИЛИЯ

Если вы живете вместе с человеком, который применяет насилие по отношению к вам:

1. Постарайтесь не изолировать себя от своего социального окружения, поддерживайте тесные отношения со своими друзьями (подругами), родственниками, соседями и т.п;
2. Обратите внимание на то, в каких случаях ваш супруг проявляет насилие с тем, чтобы предупредить такие ситуации заранее и обезопасить себя и детей;
3. Определите для себя такое место в доме, которое будет далеко от мест, где есть предметы, которые можно использовать в качестве оружия (например, кухня), и одновременно будет близким к выходу из квартиры (дома); в ситуации, если к вам применят насилие, либо прячьтесь в таком месте, либо покиньте квартиру;
4. Выучите наизусть телефоны милиции, кризисных комнат, соседей, друзей, к которым можете обратиться, находясь в опасности;
5. Подумайте, каким образом вы можете связаться с милицией; не забывайте, что в милицию вы сможете позвонить в любое время бесплатно;
6. Расскажите друзьям и соседям, которым вы доверяете, о вашей ситуации; договоритесь о знаках, по которым они смогут понять, что вы в опасности; договоритесь с ними, что надо будет сделать, если вы подадите такой знак;
7. Отрепетируйте поведение в момент опасности со своими детьми; уговорите их, что в ситуациях применения насилия они не должны вмешиваться; отработайте специальные

- слова, которые в момент опасности будут означать, что дети должны позвать кого-то на помощь либо покинуть квартиру (дом);
8. Убедите своих детей, что насилие ни в каком случае не может быть оправданным, никогда не думайте, что вы либо ваши дети являются причиной насилия;
 9. Потренируйтесь с детьми, как быстро покинуть квартиру (дом);
 10. Старайтесь хранить предметы, которые могут быть использованы в качестве оружия (нож и т.п.) в закрытых либо трудно доступных местах;
 11. Старайтесь не пользоваться вещами, которые можно использовать для удушения, т.е. шаль, шарф, толстые цепочки;
 12. Под любым предлогом, который не вызовет подозрение, выходите из квартиры (дома); таким образом вы приучите супруга к тому, что вы не постоянно находитесь в квартире (доме);
 13. Регулярно общайтесь по телефону со своим консультантом или сотрудниками кризисной комнаты чтобы обмениваться мнениями по своей ситуации;
 14. Всегда носите с собой мобильный телефон либо телефонную карту при его отсутствии.

Если Вы живете без обидчика, но ОН продолжает Вас преследовать:

1. Продумайте систему безопасности: замените замки на дверях и окнах, установите решетки на окнах.
2. Попросите кого-нибудь переехать в квартиру, чтобы не находиться одной.
3. Проинструктируйте детей: как вызвать милицию, позвонить членам семьи, друзьям или другим лицам, которые могут оказать помощь в ситуации насилия
4. Поговорите об опасности с работниками школы и детского сада и дайте им четкие указания о том, кто имеет право забирать детей, а кто нет, другие меры предосторожности.
5. Продумайте, насколько безопасным будет Ваш путь до работы и путь Ваших детей до школы и обратно?
6. Носите с собой свисток или другой предмет, который может создать шум и привлечь внимание прохожих в случае опасности.
7. Если есть такая возможность, старайтесь ходить на работу, сопровождать детей в детский сад, в школу не в одно и тоже время. Тоже правило постарайтесь применять ко времени своего возвращения домой; лучше ходить на работу и возвращаться домой в часы “пик”.

При угрозе насилия:

- Старайтесь не кричать и не плакать.
- Не отвечайте агрессией на агрессию.
- Говорите с агрессором спокойно и четко.

Если Вы опасаетесь подвергнуться насилию:

1. Продумайте план действий в критической ситуации.
2. Заранее договоритесь с соседями, чтобы они вызывали милицию в случае шума и криков из Вашей квартиры.

3. Сделайте дубликат ключей и приобретите новую sim-карту, при возможности мобильный телефон спрячьте в доступном Вам месте, о котором не догадается агрессор.
4. Если конфликта, инцидента не удастся избежать, постарайтесь выбрать такую комнату, из которой можно в случае необходимости легко выйти. Старайтесь избежать споров в ванной комнате, кухне, где есть острые и режущие предметы.
5. Запишите номера телефонов организаций и специалистов, оказывающих помощь пострадавшим от домашнего насилия.

Если ситуация критическая, покидайте дом незамедлительно, даже если Вам не удалось взять необходимые вещи!

Вы можете заранее собрать сумку со всем необходимым и спрятать ее дома или договориться с подругой/родственниками, которые смогут оставить ее у себя.

Если Вы планируете уйти от агрессора:

- ✓ Отдайте на хранение все документы, которые доказывают, что к вам применялось физическое насилие (фотографии, справки и т.д.), человеку, которому доверяете (друзья, соседи, адвокат и т.п.);
- ✓ Определитесь, где вы можете получить помощь, расскажите там о том, что делает ваш супруг и не забывайте, что вы не должны стыдиться ситуации, в которую вы попали;
- ✓ Если вы ранены, немедленно обратитесь к врачу, попросите врача оформить соответствующую справку;
- ✓ Определитесь с местом, где может быть оказана помощь вашим детям. Это может быть кризисная комната, ваши друзья либо соседи; научите детей тому, что в первую очередь они должны думать о своей безопасности;
- ✓ Записывайте все случаи насилия по отношению к вам в дневник, который будет находиться в надежном месте, недоступном вашему супругу;
- ✓ Не ждите кризисной ситуации, заблаговременно проконсультируйтесь со специалистом из консультационного центра, либо кризисной комнаты о своих правах;
- ✓ Спланируйте, как и на каком общественном транспорте вы доберетесь до места, где будете чувствовать себя в безопасности, либо всегда имейте при себе деньги на такси;
- ✓ Храните необходимые номера телефонов и документов в легкодоступном для вас месте на случай, если придется срочно покинуть дом;
- ✓ Обязательно храните в безопасном месте сумку с одеждой, лекарствами, несколькими любимыми игрушками детей и другими вещами, которые вам обязательно понадобятся в случае кризиса;
- ✓ Старайтесь всегда иметь при себе некую сумму денег на непредвиденный случай либо надежных людей (друзей, родственников), которые будут хранить отложенные вами деньги у себя;
- ✓ Спланируйте свои действия на тот случай, если дети либо кто-то другой расскажет супругу, что вы собираетесь от него уйти.
- ✓ **Необходимо взять с собой:**
 1. Документы:
 - свидетельство о рождении (Вас и Ваших детей);

- паспорт (Вас и Ваших детей);
- иные важные документы (свидетельство о браке/разводе, соглашения о детях, документы на квартиру, дипломы о получении образования, документы на машину, рецепты на получение лекарственных средств, пенсионное удостоверение, удостоверение по инвалидности и др.).

2. Деньги или иные средства для существования:

- наличные деньги;
- банковские карты;
- чековые книжки;
- драгоценности, которые можно продать и др.

3. Ключи:

- от дома;
- автомобиля;
- почтового ящика или камеры хранения, где спрятаны необходимые вещи/документы.

4. Средства коммуникации:

- телефонные карты;
- мобильный телефон.

5. Лекарственные средства.

6. Личные вещи:

- одежда (для Вас и Ваших детей);
- средства личной гигиены (мыло, зубная щетка, паста)

Если вы обратились за помощью в милицию:

- Пишите заявление с просьбой привлечь виновное лицо к ответственности.
- Заявление должно содержать сведения: о месте преступления, времени совершения преступления, сведения о личности виновного, данные о наступающих последствиях.
 - Попросите забрать агрессора в отделение.
 - Возьмите направление на прохождение судебно-медицинской экспертизы («снятие побоев») в отделении милиции по месту жительства.