

## **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 для женщин, 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.