

Алгоритм действий жертвы в случае насилия в семье:

1. Если вы находитесь с агрессором в одной квартире в ситуации совершения насилия:

- убегайте из квартиры, вызывайте сотрудников милиции по номеру 102.
- 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.
- если доступ к телефону ограничен, громко кричите «Пожар!», «Горим!», стучите по батареям и т. п.
- 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.

2. Если вы живете без обидчика, но он продолжает вас преследовать:

- продумайте систему безопасности: замените замки на дверях и окнах, установите решетки на окнах.
- попросите кого-нибудь переехать в квартиру, чтобы не находиться одной.
- проинструктируйте детей: как вызывать милицию, позвонить членам семьи, друзьям или другим лицам, которые могут оказать помощь в ситуации насилия.
- поговорите об опасности с работниками школы и детского сада и дайте четкие указания о том, кто имеет право забирать детей, а кто нет, другие меры предосторожности.
- продумайте, насколько безопасным будет ваш путь до работы и путь ваших детей до школы и обратно.
- носите с собой свисток или другой предмет, который может создать шум и привлечь внимание прохожих в случае опасности.

При угрозе насилия:

- старайтесь не кричать, и не плакать.
- не отвечайте агрессией на агрессию.
- говорите с агрессором спокойно и четко

3. Если опасаетесь подвергнуться насилию:

- продумайте план действий в критические ситуации.
- заранее договоритесь с соседями, чтобы они вызывали милицию в случае шума и криков из вашей квартиры.
- сделайте дубликат ключей и приобретите новую sim- карту, при возможности мобильный телефон – спрячьте в доступном для вас месте, о котором не догадается агрессор.
- если конфликта. Инцидента не удастся избежать, постарайтесь выбрать такую комнату. Из которой в случае необходимости легко выйти. Старайтесь избежать споров в ванной комнате, кухне, где есть острые и режущие предметы.
- 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 планируете уйти от агрессора, необходимо взять с собой:

1. Документы: свидетельство о рождении (вас и ваших детей), паспорт (ваш и ваших детей), иные важные документы (свидетельство о браке/ разводе, соглашения о детях, документы на квартиру, дипломы о получении образования, документы на машину, рецепты получения лекарственных средств, пенсионные удостоверение, удостоверение по инвалидности и др.).
2. Деньги или иные средства для существования: наличные деньги; банковские карты; 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).

Алгоритм действий в случае наличия насилия в семье

Если вы живете вместе с человеком, который применяет насилие:

- Постарайтесь не изолировать себя от своего социального окружения, поддерживайте тесные отношения со своими друзьями (подругами), родственниками, соседями и т.п.;
- Обратите внимание на то, в каких случаях ваш партнер проявляет насилие с тем, чтобы предупредить такие ситуации заранее и обезопасить себя и детей;
- Старайтесь хранить предметы, которые могут быть использованы в качестве оружия (нож и т.п.) в закрытых либо труднодоступных местах;
- Выучите наизусть телефоны милиции, кризисных комнат, соседей и друзей, к которым можете обратиться, будучи в опасности;
- Храните необходимые номера телефонов и документы в легкодоступном месте на случай, если придется срочно покинуть дом;
- Всегда носите с собой мобильный телефон либо телефонную карту при его отсутствии;
- 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), храните отложенные вами деньги у себя;
- 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;
- Обсудите со своими детьми поведение в момент опасности, отработайте специальные слова, которые будут означать, что дети должны позвать кого-то на помощь либо покинуть квартиру (дом);
- Убедите своих детей, что насилие ни в каком случае не может быть оправданным, никогда не думайте, что вы либо ваши дети являются причиной насилия. Потренируйтесь с детьми, как быстро покинуть квартиру (дом);
- 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;
- Во время назревания конфликта избегайте мест в доме, где есть предметы, которые можно использовать в качестве оружия (кухни, например), и одновременно будьте близки к выходу из квартиры (дома).
- В ситуации, если к вам применяют насилие, покиньте квартиру.