

ПАМЯТКА ЖЕРТВАМ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ И ИХ ЗНАКОМЫМ

1. Что сделать, если вы находитесь в потенциально опасной ситуации:

- продумайте свой план безопасности;
- соберите минимальный необходимый набор вещей, который понадобится в случае срочного ухода (деньги, документы, медикаменты, вещи и т.д.);
- найдите место, куда вы можете уйти в случае опасности (друзья, родственники, кризисный центр);
- расскажите о случае насилия и о своих опасениях тому, кому доверяете;
- уничтожьте любые следы, по которым вас можно найти: выключите геолокацию в телефоне, не пишите в соцсетях о своем местонахождении;
- уберите, спрячьте, избавьтесь от оружия, если оно есть в доме;
- приготовьтесь фиксировать каждый случай избиения или угроз на телефон: видео или аудио;
- позаботьтесь о пожилых людях и детях, они должны знать, что делать в случае опасности (расскажите им, что делать, куда идти, договоритесь о сигнале опасности для вас).

2. Что делать во время акта насилия:

- постарайтесь быстро уйти из закрытого помещения, где есть острые опасные предметы (кухня, гараж);
- если на шее есть украшения или аксессуары (шарф, цепочка), снимите их;
- по возможности находитесь в помещении ближе к выходу, ближе к двери;
- звоните с полицию и скорую помощь по единому номеру 112, дайте знать родственникам, знакомым, друзьям, соседям;
- если ситуация критическая, покидайте дом незамедлительно, даже если не получается забрать свой «кризисный чемоданчик».

3. Что делать после:

- если приехала полиция, обратите внимание на физический и материальный ущерб и попросите забрать агрессора в отделение;
- напишите заявление и требуйте, чтобы его приняли (заявление должно содержать информацию о месте, времени совершения преступления, личности виновного, последствиях для жертвы и просьбу возбудить уголовное дело и

привлечь виновное лицо к ответственности);

- расскажите о других случаях насилия, если они были, и расскажите о возможных свидетелях, дайте их контакты полиции;
- запишите ФИО полицейских, служебные телефоны, номер протокола;
- попросите направления на судебно-медицинскую экспертизу;
- документально зафиксируйте повреждения в травмпункте или поликлинике;
- собирайте доказательства насилия в отношении вас: снимки, справки, свидетельские показания и держите их в безопасном месте;
- доведите дело до конца, не останавливайтесь.

4. Чем можно помочь жертве, если вы ее знакомый:

- отнеситесь со всей серьезностью к рассказам жертвы домашнего насилия, здесь идет вопрос о жизни и смерти;
- не обвиняйте, не стыдите, не ругайте;
- вместе продумайте план действий: куда можно уйти, где найти работу, куда устроить детей и т.д.;
- если вы сами становитесь свидетелем насилия,

- вызывайте полицию;
- помогите жертве в походах в полицию, суд, медицинские учреждения, там нужна поддержка и настойчивость;
 - не осуждайте жертву, если она вернулась к обидчику, иногда для решительного шага нужно много времени, смелости и своей устойчивости.

Сайты некоторых Центров Помощи:

<http://anna-center.ru/index.php/ru/>

<https://krizis-centr.ru/>

<http://sisters-help.ru/>

<https://nasiliu.net/>

<http://crisiscenter.ru/>

Woman.ru против домашнего насилия!