

План безопасности в ситуации домашнего насилия

Домашнее насилие - проблема, не знающая социальных границ: возрастных, культурных, религиозных, расовых, финансовых и др. Никто не застрахован от ситуаций, связанных с домашним насилием, никто не застрахован стать очевидцем или пострадавшей/шим. Поэтому каждому социально ответственному человеку необходимо обладать важными знаниями, транслировать их другим людям о простых правилах и действиях, соблюдение которых позволит не просто уменьшить негативные последствия акта домашнего насилия для человека, а в некоторых случаях спасти ей/ему жизнь. **Набор этих правил/действий называется планом безопасности в ситуации домашнего насилия, он универсален для всех потенциальных пострадавших от этого вида преступления, подходит он и пожилым людям.**

Что нужно делать в ситуации домашнего насилия:

1. Обращаться в милицию. Безнаказанность виновника подпитывает насилие.
2. Искать и обращаться за помощью медицинской, психологической, юридической, социальной.
3. Подумать о собственной физической безопасности. Для этого узнать, записать и хранить в доступном месте номер телефона приюта, шелтера, кризисной комнаты для пострадавших от домашнего насилия.
4. Хранить копии документов, ключей, некоторую одежду и сумму денег, аптечку у человека, которому можно доверять.
5. Заранее поговорить с соседями о ситуации в семье и попросить их вызвать милицию, если они услышат крики из вашей квартиры/дома
6. Заранее спланировать, куда сможешь пойти и где остановиться в случае вынужденного побега из квартиры;
7. В момент насилия:
 - если агрессор нападает, то направляться в комнату, из которой можно легко выбраться на улицу, не запирайтесь в ванной, не прятаться на кухне или в другом помещении повышенной опасности;
 - вызвать милицию, если есть телефон под рукой;
 - громко кричать о помощи и стучать в стены, двери, батареи, чтобы соседи слышали о помощи;
 - если ситуация становится опасной для жизни, сделать вид, что готова подчиниться требованиям нападающего, а затем попытаться выбраться из дома/квартиры; позвать на помощь, позвонить в милицию.