

«Соседи, друзья и родные»

**Как обеспечить
свою
безопасность
женщинам,
подвергающимся
насилию и
жестокému
обращению**



«Соседи, друзья и родные»

Ваш партнер с вами жестоко обращается, а вы не знаете как защитить себя или как уйти?

Тот, кто дал вам эту брошюру, беспокоится о вашей безопасности, и, возможно, заметил какие-то признаки жестокого обращения. Вы должны знать, что вам есть на кого положиться, что вам хотят помочь, и, что хотя вы и не можете пресечь жестокость со стороны своего партнера, вы можете обезопасить себя и своих детей.

Данная брошюра рассказывает о том, как обезопасить себя и своих детей, а также о том, как вам спланировать свой уход.

«Соседи, друзья и родные» – это информационная кампания, которая проводится с целью научить окружающих распознавать признаки жестокого обращения, чтобы женщины, которым угрожает опасность, а также мужчины, склонные к бытовому насилию, могли получить необходимую помощь.

Каждый член общества может сыграть свою роль, чтобы помочь предотвратить жестокое обращение в отношении женщин. Вы можете обратиться за поддержкой в местные организации.

Эта кампания проводится правительством Онтарио совместно с Управлением по делам женщин, а также группой экспертов из организации «Соседи, друзья и родные» через Центр исследований и образования по проблемам насилия над женщинами и детьми.

Как разработать план по обеспечению безопасности

Обеспечить свою безопасность - самая главная задача независимо от того, решите ли вы остаться или уйти из дома. Для этого необходимо продумать действия, обеспечивающие безопасность вам и вашим детям.

Ниже приведено несколько полезных советов. Начните с самого легкого и безопасного для Вас действия, и предпринимайте их по одному.

Как защитить себя во время проживания с жестоким партнером:

- Расскажите о происходящем насилии человеку, которому вы доверяете.
- Вспомните, как и в какой степени, ваш партнер применял силу по отношению к вам в прошлом. Это поможет понять, какая опасность грозит вам и вашим детям, а также выбрать момент, чтобы уйти.
- Скажите детям, что жестокость — это всегда плохо, даже если жестокость проявляет человек, которого они любят. Объясните им, что ни вы, ни они не виноваты в этой жестокости и не являетесь ее причиной. Объясните им, что очень важно в таких случаях обезопасить себя.
- Подумайте заранее, куда пойти в случае экстренной необходимости. Научите детей как обращаться за помощью. Объясните им, чтобы они ни в коем случае не оказывались между вами и вашим партнером во время конфликта. Придумайте кодовое слово, которое послужит сигналом для них позвать на помощь или уйти.
- Не укрывайтесь там, где находятся Ваши дети, так как Ваш партнер может и им тоже причинить вред.
- Продумайте, как Вы уйдете из дома, и попробуйте проделать это вместе с детьми.
- Попросите соседей, друзей и родных немедленно позвонить в полицию, если они услышат, что ваш партнер применяет силу, и позаботиться о ваших детях в случае экстренной ситуации.
- Если разгорается скандал, постарайтесь перейти в такое место, откуда легко быстро выбраться на улицу. Не заходите в комнату, где может оказаться потенциальное оружие (например, кухня, ванная, мастерская и т.д.)
- Если вас избивают, прикрывайте лицо и голову руками с двух сторон, сцепив пальцы в замок. Не носите шарфов или длинных украшений.
- Паркуйте свою машину задним ходом и следите за тем, чтобы в баке всегда был бензин.
- Спрячьте свои ключи, мобильный телефон и немного денег в доступном месте по пути вашего побега.
- Имейте список телефонных номеров, по которым можно обратиться за помощью. В случае экстренной необходимости звоните в полицию. Полиция или местный приют, возможно, смогут снабдить вас мобильным телефоном или устройством подачи сигнала тревоги.
- Убедитесь, что всё оружие и боеприпасы спрятаны или убраны из вашего дома.

Подготовка к уходу

Полезные советы на случай, если Вы планируете уйти:

- Свяжитесь с полицией или местным приютом для женщин. Сообщите им, что вы намерены уйти из опасной обстановки и попросите их о помощи с обеспечением безопасности. Обратитесь к специалисту по проблемам домашнего насилия (заявление в полицию может привести к тому, что Вашему партнеру будет предъявлено обвинение).
- Если Вы получили травму, немедленно обратитесь к врачу или в пункт оказания срочной медицинской помощи и расскажите им, что с вами случилось. Попросите их оформить Ваш визит документально.
- Соберите важные документы – удостоверения личности, банковские карточки, финансовые документы на семейное имущество, последнюю налоговую декларацию о доходах, ключи, лекарства, фотографии вашего партнера и детей, карточки медицинского страхования, личную записную книжку с адресами и номерами телефонов, мобильный телефон, а также юридические документы (например, иммиграционные документы, документы на недвижимость, запретительное постановление суда или обязательства о соблюдении общественного порядка).

Подготовка к уходу

- Если Вы не можете хранить эти вещи дома, так как боитесь, что ваш партнер их найдет, подумайте о том, чтобы сделать копии и отдать их на хранение кому-то, кому вы доверяете. Местный приют для женщин также примет их от вас на хранение.
- Проконсультируйтесь у адвоката. Храните любые доказательства физического насилия, например, фотографии. Ведите записи всех случаев применения силы, записывая даты, события, угрозы и имена свидетелей.
- Соберите любимые фотографии, драгоценности и дорогие вам предметы, а также игрушки и одеяла для детей.
- Попросите кого-то присмотреть за вашими домашними животными, пока вы не обоснуетесь. Женский приют может вам в этом помочь.
- Не забудьте стереть из памяти телефона последний номер, по которому вы звонили, чтобы ваш партнер не мог перезвонить по этому номеру.

Вот несколько полезных советов для обеспечения вашей личной безопасности при уходе:

- Попросите полицию или кого-то из друзей, соседей или членов семьи сопровождать вас, когда вы будете уходить.
- Свяжитесь с местным приютом для женщин. На первых порах приют может быть безопаснее, чем места, о которых знает ваш партнер.
- Не говорите вашему партнеру о том, что уходите. Уйдите быстро.
- Имейте запасной план на случай, если ваш партнер узнает куда вы идете.

Что следует предпринять после того, как вы или ваш партнер разорвали отношения:

- Обратитесь в ближайший полицейский участок, чтобы поговорить с тем сотрудником, который специализируется по вопросам бытового насилия в отношении женщин.
- Подумайте о том, чтобы получить запретительное постановление суда или иные обязательства по соблюдению общественного порядка, которые помогут вам держать вашего партнера на безопасном расстоянии от Вас и Ваших детей. Держите этот документ при себе постоянно.
- Предоставьте полиции копии любых имеющихся у вас постановлений суда.
- Проконсультируйтесь у адвоката или в бесплатной юридической службе о мерах по обеспечению безопасности для себя и своих детей. Сообщите адвокату о каких-либо уголовных процессах, если таковые имеют место.
- Подумайте о том, чтобы поменять все компании, услугами которых вы пользовались совместно с вашим бывшим партнером.
- Обратитесь за номером телефона, который не зарегистрирован в справочнике, подключите определитель номера входящих звонков и заблокируйте определитель вашего исходящего номера.

- Убедитесь в том, что в школе или в детском саду, куда ходят ваши дети, знают о сложившейся ситуации и у них есть копии всех необходимых документов.
- Имейте при себе фотографии детей и вашего бывшего партнера.
- Попросите соседей позаботиться о ваших детях в случае экстренной ситуации, а также позвонить в полицию, если они увидят вашего бывшего партнера.
- Примите особые меры предосторожности на работе, дома и в общественных местах. Подумайте о том, чтобы рассказать о сложившейся ситуации вашему начальнику на работе.
- Подумайте, как изменить привычный образ жизни и избежать тех мест, которые известны вашему бывшему партнеру. Например, покупайте продукты в другом магазине или ходите в другую церковь.
- Если вы боитесь ходить одна, попросите кого-то из соседей, друзей или членов семьи сопровождать вас.
- Возвращайтесь к себе домой только в сопровождении полиции. Ни в коем случае не выясняйте отношения с Вашим партнером лицом к лицу.

Круглосуточные линии телефона доверия в Онтарио для женщин, пострадавших от жестокого обращения: **1-866-863-0511** и **1-866-863-7868** (TTY - для лиц с плохим слухом). Эти услуги предоставляются анонимно и конфиденциально на 154 языках. Эти звонки бесплатные и номер не появится в Вашем счете за телефон.

Сотрудники линии телефона доверия предоставят вам дополнительную поддержку по обеспечению, безопасности, поиску места в местном приюте для женщин или постараются связать вас с другими местными службами помощи.

Для получения дополнительной информации об услугах линии телефона доверия для женщин, пострадавших от насилия, посетите наш сайт: **www.awhl.org**
Если Вы чувствуете что Вам грозит реальная опасность, вызовите полицию.

*Большинство жителей Онтарио чувствуют личную ответственность в борьбе с бытовым насилием в отношении женщин. Осознать это – значит сделать первый шаг. Отнеситесь серьезно к признакам проявления жестокости. Для получения дополнительной информации посетите сайт **www.neighboursfriendsandfamilies.on.ca***

Если вы говорите по-французски, свяжитесь со службой помощи женщинам Femaide по бесплатному телефону **1 877 336-2433**. Телефон доверия для глухих или слабослышащих женщин **1 866 860-7082**. Обе линии конфиденциальны.

Для получения дополнительной информации о помощи, оказываемой франкоязычной организацией Femaide, посетите Веб-сайт **www.briserlesilence.ca**