

ПЛАН БЕЗОПАСНОСТИ В СИТУАЦИИ ДОМАШНЕГО НАСИЛИЯ пожилого гражданина

**Если вы живете вместе с человеком,
который по отношению к вам применяет насилие:**

- постарайтесь не изолировать себя от своего социального окружения, поддерживайте тесные отношения со своими друзьями (подругами), родственниками, соседями и т.п.;
- 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;
- обратите внимание на то, в каких случаях агрессор проявляет насилие с тем, чтобы предупредить такие ситуации заранее и обезопасить себя;
- старайтесь хранить предметы, которые могут быть использованы в качестве оружия (нож и т.п.) в закрытых либо трудно доступных местах;
- старайтесь не пользоваться вещами, которые можно использовать для удушения, т.е. шаль, шарф, толстые цепочки;
- под любым предлогом, который не вызовет подозрение, выходите из квартиры (дома). Таким образом вы приучите агрессора к тому, что вы не постоянно находитесь в квартире (доме);
- сделайте дубликат ключей;
- всегда носите с собой мобильный телефон либо телефонную карту при его отсутствии.
- выучите наизусть телефоны милиции, круглосуточного доступа в “кризисную” комнату, соседей, друзей, к которым можете обратиться, находясь в опасности;
- подумайте, каким образом вы можете связаться с милицией; не забывайте, что в милицию вы сможете позвонить в любое время бесплатно;
- если ситуация критическая, покидайте квартиру (дом) незамедлительно, даже если Вам не удалось взять необходимые вещи.