**ПАМЯТКА Что мне делать, если я в опасности?**

* Если спора невозможно избежать, постарайтесь, чтобы он проходил там, где есть выход, а НЕ в ванной комнате, кухне или близко от оружия.
* Попрактикуйтесь в безопасном уходе из дома.
* Держите заранее упакованную сумку в секретном, но доступном месте.
* Всегда держите при себе важные номера и/или телефонную карточку.
* Придумайте код для сообщения детям, родным и друзьям, когда вам понадобится милиция.
* Запланируйте, куда вы пойдете, если уйдете из дому.
* Если ситуация очень опасна, положитесь на собственную интуицию для своего спасения.

**Обеспечение безопасности дома, на работе и в публичных местах**.

* Сообщите соседям и хозяину дома, что вы расстались со своим партнером и что им следует вызвать милицию, если его увидят скандалящим у вашего дома.
* Решите, кому рассказать о вашей ситуации на работе. Обязательно рас- скажите охранникам офиса или здания. Если возможно, дайте им фото- графию своего партнера.
* Смените номер телефона. Смените старые или установите дополнительные замки на двери и окна. Попрактикуйтесь с детьми в обеспечении их безопасности, когда вас с ними нет.
* Попросите кого-нибудь провожать вас до машины, автобуса или поезда. Если можете, добирайтесь до дома разными маршрутами.
* Оставьте деньги, ключи и копии важных документов у человека, которому вы доверяйте.
* Откройте сберегательный счет на свое имя для финансовой независимости.

**Что могут для меня сделать сотрудники службы защиты?**

* Выслушать и оказать моральную поддержку.
* Сотрудничать с милицией. Помочь вам подать заявление в милицию.
* Объяснить вам судебную систему и прийти в суд вместе с вами.
* Направить вас в юридическую службу.
* Помочь найти безопасное место (убежище) для вас и ваших детей.

**Чем мне может помочь милиция?**

* Немедленно ответить на звонок по телефону 102.
* Отвезти вас и ваших детей в безопасное место (убежище).
* При необходимости обеспечить медицинскую помощь.
* Решить, не следует ли провести арест.

**Что такое убежище?**

Убежище – это безопасное секретное место для вас и ваших детей, где вам бесплатно и конфиденциально помогут сделать необходимые шаги на пути к независимой жизни.

**Список необходимого для вашей безопасности**:

Если вы собираетесь уйти из дому, по возможности возьмите с собой следующее:

Удостоверение личности

Свидетельство(а) о рождении

Свидетельство о браке

Карточку(и) социального обеспечения

Документы о разводе и опеке

Медицинскую страховку или карточку

Лекарства и рецепты на лекарства

Деньги, кредитные карты и карточки для банковских автоматов

Водительские права, документы на автомобиль

Договор об аренде квартиры, документ о владении домов

Ключи от дома и от машины

Записную книжку с адресами

Домашних животных

**План на случай экстремальных обстоятельств**.

* Найдите самый безопасный выход из вашего дома.
* Практикуйте план исчезновения с детьми. Определите самое безопасное время для ухода.
* Обязательно расскажите кому-то из близких родственников или друзей о том, что вы подвергаетесь домашнему насилию. По возможности, поделитесь с соседями и попросите их вызвать милицию, если они услышат подозрительный шум в вашем доме. Так же вы можете разработать систему условных сигналов, которые бы свидетельствовали о неблагополучной ситуации в вашем доме. Также используйте слова-коды, которые можно использовать в разговоре с вашими детьми и друзьями.
* Храните у себя: запасные ключи от дома, запасной набор одежды для вас и детей, рецепты, деньги, копии всех юридических документов и доказательства легальности вашего замужества.
* Храните все следы приступов насилия вашего мужа: порванную одежду, сломанные телефоны, сфотографируйте поломанную мебель и другие следы, оставшиеся после скандалов.
* Храните это все в недоступном для мужа месте!
* Обучите детей набирать 102.
* Старайтесь не использовать оружие при самозащите