

ЗАХОДИ БЕЗПЕКИ У ВИПАДКАХ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА



Якщо починається сварка, яка може закінчитися фізичним насильством, спробуйте перейти у приміщення, яке можна легко покинути. Намагайтеся триматися ближче до виходу. Уникайте суперечок у кімнатах, де є гострі та ріжучі предмети



Знайдіть місце, куди зможете піти у разі небезпеки. Важливо, щоб це було місце, де зможуть Вас захистити і у якому кривдник одразу не знайде Вас



Домовтеся зі своїми сусідами, щоб вони викликали поліцію у випадку, коли почують крик з Вашого помешкання



Зробіть дублікат ключів та заховайте їх у надійному місці запасні ключі від дому/квартири або машини так, щоб у разі небезпеки Ви могли швидко вийти та дістатися до безпечного місця



Заховайте в безпечному місці необхідну суму грошей, список з номерами телефонів, паспорт, документи дитини, інші важливі документи, також деякий одяг та необхідні ліки



Заздалегідь дізнайтеся телефони місцевих служб, які зможуть надати Вам необхідну підтримку



Не мовчіть! Розкажіть про свою проблему людям, яким довіряєте найбільше та обов'язково зверніться за допомогою до спеціалістів

