



## COVID-19 И ДОМАШНЕЕ НАСИЛИЕ БЮЛЛЕТЕНЬ БЕЗОПАСНОСТИ

### Обеспечение безопасности семей от бытового насилия во время COVID-19 (коронавирус)

Для людей, живущих с бытовым насилием, дом не является безопасным местом. Мандаты на карантин могут уберечь вас от пандемии, но могут быть смертельными, если вы живете с партнером, совершающим насилие. Насилие в семье резко возрастает во время стрессов и экономических трудностей. Насилие может быть менее предсказуемым и более серьезным.

#### Предупреждающие признаки насильственного поведения

- Одержимость вами: ваш обидчик говорит, что он не может без вас жить
- Угрозы или попытки убить вас, ваших детей, родственников или домашних животных
- Угрозы или попытки похитить вас или ваших детей
- Насилие или серьезные случаи жестокого обращения в отношении вас, ваших детей, родственников или домашних животных
- Удушье / Удушение
- Депрессия или разговоры о самоубийстве
- Фантазии об убийстве или самоубийстве
- Владение оружием или угрозы его применения
- Увеличение употребления наркотиков или алкоголя
- Непредсказуемые изменения в поведении
- Уничтожение имущества

#### Предпринимайте экстренные меры безопасности в случае, если рядом есть оружие. Будьте бдительны и настороже.

Если вы испытываете какие-то из вышеперечисленных признаков, позвоните в круглосуточную горячую линию Sojourner (414) 933-2722.

#### Советы безопасности, если Вы живёте в насилии

- Следите за типами насильственного поведения и пытайтесь предупредить события, приводящие к насилию.
- Определите безопасные места в доме, где нет оружия и есть способы убежать. Если возникает спор или ссора, постарайтесь быть в этих местах.

#### 3 ВЕЩИ, КОТОРЫЕ ВЫ МОЖЕТЕ СДЕЛАТЬ ПРЯМО СЕЙЧАС, ЧТОБЫ ОСТАВАТЬСЯ В БЕЗОПАСНОСТИ:

##### 1) Составьте план безопасности.

Позвоните в Sojourner за помощью в планировании безопасности, подаче заявления в суд на контактный запрет и за постоянной поддержкой. Позвоните на бесплатную конфиденциальную круглосуточную горячую линию (414) 933-2722, чтобы поговорить с адвокатом или посетите [familypeacecenter.org](http://familypeacecenter.org) для получения дополнительной информации.

##### 2) Ознакомьтесь с фактами о COVID-19.

Знание - сила. Научитесь защищаться от COVID-19 информацией из надежных источников (например, [cdc.gov](http://cdc.gov)) или позвоните по телефону 2-1-1, пн-пт., с 8 утра - 4:45 вечера.

##### 3) Обратитесь за помощью.

Вы не одиноки. Это не ваша вина, и мы здесь, чтобы помочь. Позвоните на круглосуточную горячую линию в любое время дня и ночи. Поддержка по телефону, смс и электронной почте также доступна. Позвоните 911 за помощью в случае необходимости.

- Не бегите туда, где находятся дети, поскольку ваш партнер также может причинить им вред.
- Если насилие неизбежно, сделайте себя маленькой целью. Забейтесь в угол и свернитесь в клубок, защищая лицо; руки с обеих сторон головы, пальцы переплетены.
- Если возможно, всегда имейте доступ к телефону и знайте, по каким номерам обращаться за помощью. Запомните круглосуточную горячую линию Sojourner, (414) 933-2722. Звоните 911, если ваша жизнь в опасности.
- Сообщите друзьям и соседям, которым вы доверяете, о вашей ситуации и разработайте план и визуальный сигнал или кодовые слова, для ситуации, когда вам понадобится помощь.
- Научите своих детей, как обращаться за помощью. Накажите им не участвовать в насилии между вами и вашим партнером. Запланируйте кодовое слово, чтобы сообщить им, что они должны обратиться за помощью или покинуть дом.
- Скажите своим детям, что насилие никогда не бывает правильным, даже если кто-то, кого они любят, проявляет насилие. Скажите им, что ни вы, ни они не виноваты и не являетесь причиной насилия, и что, когда кто-либо проявляет насилие, важно оставаться в безопасности.
- Практикуйте, как безопасно выбраться из дома. Практикуйтесь со своими детьми.
- Придумайте, что вы будете делать, если ваши дети сообщат вашему партнеру о вашем плане безопасности, или если ваш партнер каким-то образом узнает о вашем плане.
- Храните оружие, такое как ружья и ножи, запертым и как можно более недоступным.
- Возьмите за правило парковать ваш автомобиль на подъездной дороге и держать его в заправленном состоянии. Держите дверь водителя незапертой, а другие закрытыми - для быстрого побега.
- Старайтесь не носить шарфы или длинные украшения, которые могли бы быть использованы для удушения.
- Придумайте несколько правдоподобных причин для выхода из дома в разное время дня или ночи.

(источник End Abuse Wisconsin)

**Социальное дистанцирование необходимо для общественного здравоохранения.**

**Чтобы избежать дальнейшей изоляции, оставайтесь на связи хотя бы с одним доверенным лицом в вашей жизни. Важны запланированные, ежедневные контакты с этим лицом.**

### **Позвоните в Sojourner за помощью**

Sojourner остается открытым, несмотря на приказ «Оставайтесь дома». Мы приняли меры предосторожности, чтобы обезопасить вас и наших сотрудников от COVID-19.

**За помощью звоните:**

**Координатор программы Олеся:**

**(414) 336-2437;**

**Общественный защитник Юлия:**

**(414) 467-8008**

Звоните на круглосуточную горячую линию (414) 933-2722 в любое время дня и ночи. Поддержка по телефону, смс и электронной почте также доступна. Позвоните 911 для экстренной помощи, если это необходимо.

619 W. Walnut St., Milwaukee, WI 53213

(414) 276-1911 (основной) | (414) 933-2722 (круглосуточная горячая линия)



619 W. Walnut St.,  
Milwaukee, WI 53213

(414) 276-1911 (main) | (414) 933-2722

(24-hour hotline)