

телефонов, паспорт, свидетельство о браке, документы детей, другие важные бумаги, одежду и белье на первое время, нужные лекарства, а также деньги – сколько сможете.

5. Заранее договоритесь с друзьями и родственниками о том, то в случае опасности они предоставят вам временное убежище. Не убегайте из квартиры «в чем есть», неподготовленный побег вынудит вас в скором времени вернуться – как правило, на чрезвычайно невыгодных для вас условиях.

6. Сделайте все возможное, чтобы обидчик не нашел вас. Спрячьте все записки и адреса, которые могут подсказать, где вы: записные книжки, конверты с адресами, номера телефонов.

7. Узнайте номера телефонов и адреса социальных центров, общественных, религиозных и других организаций, специалистов, которые могут оказать психологическую, юридическую и медицинскую помощь, а в случае необходимости и укрытие.

При критической ситуации покидайте дом.

- Если Вы оказались в трудной жизненной ситуации, связанной с насилием в семье,

- Вам и Вашим детям необходима помощь,

Вы можете обратиться за психологической помощью в Молодечненский районный территориальный центр социального обслуживания населения.

*В Молодечненском РТЦСОН функционирует **«кризисная» комната**, в которой женщина с детьми на безвозмездной основе может получить временный приют.*

**г. Молодечно
ул.Тавляя,4**

МТС 8-033-381-57-22

**Телефон «Доверие»
74-66-20**

www.mol-rtson.lepshy.by

**Общациональная бесплатная
горячая линия для пострадавших от
домашнего насилия
8-801-100-8-801**

**Государственное учреждение
«МОЛОДЕЧНЕНСКИЙ РАЙОННЫЙ
ТЕРРИТОРИАЛЬНЫЙ ЦЕНТР
СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ
НАСЕЛЕНИЯ»**

**Отделение социальной адаптации и
реабилитации**



Женщина не для насилия

Домашнее насилие – очень распространенная проблема в современном мире. В настоящее время данная проблема проявляется в каждой четвертой белорусской семье. Пострадавшими становятся женщины различного материального и социального положения.

Жизнь женщины, смилившейся с домашним насилием, нередко обусловлена мифами и стереотипами:

«Насилие как проявление заботы».

«У женщины одна дорога – от печи до порога».

«В браке не может быть сексуального насилия».

«Милые бранятся – только тешатся».

«Домашнее насилие – это дело отдельной семьи, в которое не стоит вмешиваться».

Очень многие женщины боятся признаться самим себе в том, что подвергаются насилию. Среди белорусских женщин бытует поговорка "Если бьет, значит любит", но нужно понимать, что подобное отношение к тебе или твоим близким выходит за рамки не только моральных норм, но и закона. Жизнь под угрозой – это не «женская» доля, это попытка оправдать насилие! Но насилие не может быть оправдано любовью, недостатком воспитания или выпитым алкоголем! Культурные, социальные и этнические традиции не могут служить оправданием насилия!

Своим безропотным поведением и бездействием женщина ставит под угрозу

не только свою жизнь, но и жизнь своих детей. Домашнее насилие имеет множество проявлений:

Физическое насилие выражается в нанесении увечий, тяжких телесных повреждений, побоях, пинках, шлепках, толчках, пощечинах, бросании объектов и т.д.

Сексуальное насилие – это принуждение к сексуальному акту с использованием силы, угроз или шантажа (изнасилование), причинение боли или вреда здоровью посредством сексуальных действий.

Экономическое насилие – использование денег для контролирования партнера. Это отказ в содержании детей, единоличное принятие финансовых решений, создание ситуации, при которой партнер вынужден выпрашивать деньги или отчитываться в любых тратах, утаивание доходов, растрачивание семейных денег, запрет работать, принуждение работать, изъятие заработанных денег.

Психологическое насилие – выражается в унижении, оскорблении, контроле поведения, изоляции, ограничении круга общения жертвы, допросе, шантаже, угрозах причинения насилия и т.д.

Часто домашнее насилие принимает форму повторяющегося сценария жестокого обращения – сочетания насилия и контроля. И женщина ходит как по замкнутому кругу: От фазы напряженности (когда возникают разногласия, словесные перепалки, учащаются конфликты) через фазу побоев,

криков, к фазе извинений, примирения. Однако, фаза извинений длится недолго, ситуация только на некоторое время налаживается, а затем все начинается сначала.

Поэтому, дорогие женщины, не допускайте в свою жизнь НАСИЛИЕ!

Никакие обычаи, традиции или религиозные мотивы не могут служить оправданием насилия.

Каждая женщина, испытывающая домашнее насилие, должна иметь свой план действий, чтобы справиться с проявлениями насилия.

Несколько советов по обеспечению своей безопасности.

1. Если спора не избежать, постарайтесь выбрать для него комнату, из которой можно в случае необходимости легко выйти. Старайтесь избежать споров в ванной комнате, кухне, где есть острые и режущие предметы.

2. Договоритесь с соседями, чтобы они вызвали милицию, если услышат шум и крики из вашей квартиры.

3. Приготовьте запасные ключи от дома (машины) и держите их так, чтобы в случае опасности, можно было срочно покинуть дом – и тем самым спасти свою жизнь или избежать новых побоев и оскорблений.

4. С той же самой целью спрячьте в безопасном, но доступном для вас месте книжку с номерами необходимых