В рамках проекта "Цени свою жизнь" психолог ТЦСОН Верхнедвинского района информирует

Как не стать жертвой домашнего тирана?

Что делать, если в Вашей семье уже имеет место насилие?

Домашнее насилие – умышленные противоправные либо аморальные действия физического, психологического или сексуального характера близких родственников, бывших супругов, граждан, имеющих общего ребёнка (детей), либо иных граждан, которые проживают (проживали) совместно и ведут (вели) общее хозяйство, по отношению друг к другу, причиняющие физические и (или) психические страдания.❗

1. Если сложилась критическая ситуация, то постарайтесь незамедлительно покинуть квартиру

2. Попросите соседей, которым Вы больше других доверяете, чтобы они вызывали милицию, если услышат из Вашей квартиры крики.

3. В случае же, если Вы не можете выйти из квартиры, необходимо:

🔹запереться в ванной с телефоном и попытаться вызвать милицию;

🔹позвонить друзьям или соседям и попросить их прийти на помощь;

🔹открыть окна, попытаться привлечь внимание прохожих;

🔹если Вам удалось попасть на лестничную площадку, то звоните во все двери, зовите на помощь. Даже если никто не выйдет, это может остудить нападающего, а у Вас будут свидетели в случае, если вы обратитесь в милицию.

Домашнее насилие – это не то, что нужно скрывать, замалчивать, терпеть либо страдать от него. Случай семейного насилия, если он произошёл, необходимо остановить, чтобы предотвратить его повторение в будущем.

Если вы и ваши близкие стали жертвой насилия или находитесь в трудной жизненной ситуации вы можете обратиться за оказанием услуги временного приюта, психологической и социальной помощью в  ТЦСОН Верхнедвинского района.

По «телефонам доверия» окажут психологическую помощь: 8 (02151) 6-31-70 (с 8.00-17.00)

+375(33)349 82 92 (круглосуточно)

✅Помните: мир без насилия начинается в вашем доме! 🏡 Сделаем его безопасным вместе!

📌Наш адрес: г. Верхнедвинск, ул, Советская, 60/1.