



Фондация
Будителките

ЗАЩИТЕНИ

ПЛАНОВЕ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

ПЛАНОВЕТЕ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

Когато се намирате в насилствена среда и сте жертва на домашно насилие, или сте в риск от такова, е изключително важно предварително в една относително по-спокойна обстановка да сте обмислили как ще постъпите, за да повишите своята безопасност. През 2007 г. в изпълнение на Програмата за превенция и защита от домашно насилие за периода 2007-2008 г., МВР издаде Справочник със съвети към пострадалите лица за получаване на бърза и ефективна защита в случаи на домашно насилие (65), в който се съдържат и варианти на планове за безопасност. В настоящия пътеводител са включени планове за безопасност, базирани на тях, но в актуализиран и разширен вариант, което е обосновано от развитието на обществените отношения и наблюдаваните тенденции при извършваните актове на домашно насилие.

Пострадалите лица от домашно насилие често не осъзнават сериозния риск за живота и здравето им, когато живеят с насилник или имат интимна връзка с такъв. И прочитайки варианти на планове за безопасност, които са включени тук, може само да разбере колко висок за него/нея е рискът. Затова и на следващите страници ще откриете общи препоръки за Вашата безопасност и конкретни действия, които бихте могли да предприемете, за да я повишите. Ако последвате практичните съвети, дадени в този раздел и изготвите план за защита, съобразен с Вашето положение и нужди, ще Ви помогне освен за осъзнаване на риска и за изграждане на ежедневна рутина за безопасност, която да следвате.

65 - Справочникът е съставен от работна група от представители на МВР, Министерството на труда и социалната политика, Министерството на здравеопазването, Министерството на образованието и науката, Агенцията за социално подпомагане, Държавната агенция за закрила на детето, както и представители на неправителствени организации: Фондация “Асоциация Анимус”, Фондация “Български център за джендър изследвания”, Фондация “Център Надя”, Фондация за грижи в общността “Дива” - Пловдив и Асоциация “Деметра” – Бургас. Авторът на настоящия пътеводител е бил един от представителите на МВР в тази работна група.



ОБЩИ ПРЕПОРЪКИ ЗА БЕЗОПАСНОСТ

- При опасност да бъдете нападната позвънете на **ЕЕН 112** или на **полицията**. Ако нямате възможност да направите това, съседите могат да го сторят вместо Вас.
- Договорете се със своите съседи да позвънят на ЕЕН 112 и да извикат полиция, ако чуят викове от Вашия дом.
- Научете телефоните на местните служби, които могат да Ви окажат необходимата подкрепа (**кризисен център за жени, телефон на доверието и др.**).
- Разкажете за насилието на тези, на които се доверявате.
- Подгответе си **място**, където бихте могла да отидете в случай на опасност.
- Ако не можете да избегнете спора или инцидента, постарайте се да се придвижите към такава стая, от която можете лесно да избягате в случай на необходимост.
- **Избягвайте стаи, които нямат достъп до външни врати** (като банята или кухнята, където има остри и режещи предмети).
- Обмислете как можете бързо и безопасно да напуснете дома си. Определете кои **врати, прозорци, стълби са подходящи за това**.
- Предварително оставете при Вашите приятели или роднини **резервни дрехи, важни документи, номера на телефони, необходими лекарства** и др.
- Постарайте се да унищожите всички възможности, които биха помогнали на Вашия насилник да Ви намери;
- **Ако ситуацията е критична, напуснете дома си незабавно, дори да не сте успели да вземете със себе си необходимите вещи. Помнете, че Вашият живот е в опасност!**
- Когато напускате дома си, направете всичко възможно да вземете децата със себе си!
- **След побой/физическо насилие/сексуално насилие, незабавно си извадете медицинско свидетелство!**



ПЕРСОНАЛИЗИРАН ПЛАН ЗА ЗАЩИТА

Дата _____

Дати на преоценка/преглед:

- По време на инцидент на насилие в къщи аз мога да използвам някои от следните стратегии:
- Когато предусещам инцидент, аз ще опитам да се придвижа до място с най-малък риск (*напр. не в банята, кухнята или стаи без достъп до външни врати*).
- Аз ще кажа на _____ и _____ (*посочете с имена поне двама души, които са Ваши съседи*) за насилието и ще ги помоля да се обадят на полицията, ако чуят подозрителен шум, идващ от моя дом.
- Аз ще използвам _____ като мои кодови думи до моите деца или приятели, така че те да знаят, че искам те да се обадят на ЕЕН 112 или полицията за помощ.
- Аз ще науча моите деца на имената ни и пълен адрес, както и как да използват телефона, за да контактуват с полицията и да кажат “някои наранява моята майка” и да кажат къде живеем.
- Ще науча децата си къде да се скрият в къщата/апартамента, или къде да отидат, ако напуснат къщата/апартамента, за да бъдат защитени, в случай, че аз бъда нападнат/а.
- Ако реша да напусна, аз ще: _____ (*мислете как да излезете безопасно и кои врати, прозорци, подвижни стълби или аварийни изходи да използвате*)

- Мога да държа моята чанта и ключове (от дома и колата), както и важни документи готови и да ги сложа _____ (посочи място) с цел да напусна по-бързо.
- Ако напусна дома си, ще отида _____ (решете този въпрос дори ако не мислите, че насилие няма да се случи отново).
- Ако не мога да отида на първото място, ще се скрия в _____ или _____ (посочи място)

Помнете, че трябва да уведомите всички хора, които споменахте тук за Вашите планове, за това че помощта им може да Ви е необходима.

ПЛАН ЗА БЕЗОПАСНОСТ В ДОМА МИ

Мерките за безопасност, които мога да използвам

включват:

1. Мога да сменя, колкото е възможно най-скоро ключалките на вратите и прозорците ми.
2. Мога да помоля _____ да ми помогне да сложа ключалки на прозорците и/или верига/резе на моята входна врата.
3. Мога да си инсталирам: системи за сигурност, включително и обикновени ключалки, решетки на прозорците, вклинени срещу вратите пръти; сигнално-охранителна техника - алармена система и/или видеокамери за наблюдение и запис и др.
4. Мога да заменя дървените врати с по-стабилни железни/метални/блиндирани врати.
5. Мога да инсталирам детектори за дим и да си набавя пожарогасители за всеки етаж на моята къща/апартамент.
6. Мога да си инсталирам задействаща се от движение осветителна система отвън, която светва, когато някой приближава до дома ми.
7. Ще ползвам телефон, на който се вижда номера, от който се звъни (идентификацията на линията на викация (CLI), за да мога да докладвам за заплашителни обаждания на полицията.
8. Мога да си купя мобилен телефон.
9. Мога да питам полицията за всички мерки за подкрепа и защита, с които те биха могли да ми помогнат.
10. Ще се обадя на полицията, ако видя извършителя близо до дома ми или ако ме заплашва/преследва ме /свързва се с мен по друг начин.

11. Ще помоля _____
да се обади в (посочете имената на поне 2 души, които са Ви
близки) полицията, ако види извършителя близо до дома ми.

12. Ще науча децата си как да използват телефона, за да се
обадят на _____, ако сме в
опасност или да се обадят (ЕЕН 112, полиция, 2 души, които са
Ви близки) на мен, ако бъдат отвлечени.

13. Ще информирам всички хора, които се грижат за децата
кой може да ги взима и кой не.

ПЛАН ЗА БЕЗОПАСНОСТ НА РАБОТА И НА ПУБЛИЧНИ МЕСТА

Когато сте на работа е важно и други хора да знаят какво се случва. Това могат да бъдат Вашите най-близки колеги или Вашия началник и хора като служител на пропуски или рецепционистта. Не е нужно те да знаят цялата история, но можете да ги помолите да не пускат никого при Вас или да не му позволяват да Ви звъни.

Мога да предприема всяка или всички от следните мерки:

1. Ако му имам доверие, мога да информирам началника си, отговорникът по сигурността и _____ в работата ми за (попълнете имената на Ваш близък колега) положението ми.
2. Мога да помоля _____ да ми помогне с проучването на телефонните обаждания в работата.
3. Когато си тръгвам от работа, мога да уведомявам _____ . (посочете Ваш близък, който да знае кога си тръгвате и кога би трябвало да сте се прибрала)
4. Когато пътувам към вкъщи, ако възникне проблем аз мога да да потърся помощ от _____ . (посочете Ваш близък, който би могъл бързо да реагира при нужда)
5. Ако използвам обществен транспорт, аз мога да сядам в близост до водача на превозното средство или до вратите за качване и слизане. (обикновено до водача има камери и е по-безопасно, а близостта до врата ще Ви помогне бързо да слезнете от превозното средство, ако видите насилника близо до Вас)

6. Мога да използвам различни маршрути за пазаруване, отиване до пощенския клон, банката и други, за да намаля риска от контакт с извършителя.

7. Мога да си купя мобилен телефон.

8. Мога да си купя много силна аларма, която да държи в джоба си (*под ръка*), която да използвам при нужда, за да привлека внимание и помощ.

9. Мога да се упражнявам да крещя много силно “Махни се от мен!” или “Извикайте полиция, този човек е опасен!”.

10. Мога да нося обувки, с които да ми е удобно да бягам.

11. Мога да посещавам на курс по самозащита, за да засиля увереността си, че мога да се защитя при физическо нападение.

12. Също така мога и да _____
(*посочете всички допълнителни мерки за защита, които считате, че може да използвате*)

ПЛАН ЗА БЕЗОПАСНОСТ, КОГАТО СЕ ГОТВИТЕ ДА НАПУСНЕТЕ ДОМА СИ

Най-доброто е да напуснете дома си, след като предварително сте обмислили всичко стратегически, което от своя страна го прави по-безопасно за Вас.

Но никога не забравяйте, че понякога просто се налага да бягате. Дори и без план!

Ако все пак можете да планирате, е добре да го направите, както за Вас, така и за Вашите деца, тъй като много мъже често са много деспотични и агресивни, когато Вие вземете решение да напуснете. Когато планирам да напусна ще използвам някои или всички от следните стратегии:

1. Ще оставя пари, копие на важни документи и резервна връзка ключове при _____ така, че да мога да напусна бързо. *(посочете с имена поне 2 души, на които имате доверие)*
2. Ще си открия спестовна сметка в _____ с цел да *(посочете банка/клон на банка)* повиша моята независимост.
3. Ще потърся правен съвет от адвокат, който е наясно със спецификата на проблема/е специалист в областта.
4. Ще проверя дали _____ и _____, *(посочете с имена поне 2 души, на които имате доверие)* за да разбера кой би ми позволил да остана у тях при непредвидени обстоятелства и/или да ми заеме пари.

5. Мога да оставя резервни дрехи у _____.

(посочете с имена поне 2 души, на които имате доверие)

6. Ще репетирам моя план за бягство/напускане.

7. Други неща, които мога да направя, за да повиша моята независимост:

- мога да си купя мобилен телефон и да науча номера, на които да позвъня при непредвидени обстоятелства;

- мога да осъществя контакт с местната гореща телефонна линия/ група за подкрепа/убежище, като техните телефонни номера са:

_____;

(запишете номерата, на които да потърсите помощ за подкрепа и убежище при нужда)

-мога да преглеждам моя план за безопасност всеки

_____ (изберете периодичност на прегледа) с

цел да планирам най-безопасния начин да напусна.

ПЛАН ЗА БЕЗОПАСНОСТ СЪС ЗАПОВЕД ЗА ЗАЩИТА

Заповедите за защита съдържат мерки за защита, които включват забрани, наложени от съда върху движението и действията на хората, като те имат различни форми: ограничителни/защитни заповеди, мерки, свързани със контакта на насилника с децата или заповеди, с които се разпорежда посещаване на специализирани програми за овладяване на агресията.

Съгласно ЗЗДН, районният съд е длъжен да изпрати заповедта за защита на районните управления на МВР по настоящия адрес и на установения в хода на производството адрес на извършителя, както и по посочения от пострадалото лице адрес.

Следните стъпки, които мога да предприема могат да помогнат на приложението на моята заповед за защита:

1. Ще пазя моята заповед за защита (*оригиналът, ако е възможно*) на _____.

Винаги я пазете във Вас или близо до Вас. (*посочете място за съхранение*). Ако сменяте дамската си чанта, това е първото нещо, за което трябва да проверите. Добра идея е също така да направите копия - за всеки случай.

2. Ще информирам моя работодател, приятели, съседы, училището на децата, детската ясла/градина) _____, (*посочете го тук*) че имам издадена заповед за защита.

3. Ако насилникът унищожи заповедта, мога да се снабдя с друго копие от съда, чрез моя адвокат или _____.
(*мястото, където сте оставили екземпляр за съхранение*)

4. Ако очаквам неприятности, мога да информирам полицията и да ги помоля да бъдат нащрек.

5. Ако извършителят наруши заповедта, ще се обадя на полицията и ще осведомя за това тях и всеки друг, който е необходимо, вкл. адвоката ми. *(докладвайте за всяко нарушение на заповедта)*

6. Ако не съм доволен от действията на полицейските служители, мога да подам оплакване по началника на управлението, както и да осведомя адвоката си.

Настоящият проект се реализира с финансовата подкрепа на Български фонд за жените. Проектът не отразява становището на БФЖ и БФЖ не носи отговорност за него.