



Women's Shelter of York Region Inc.

План безопасности для женщин и молодежи

ПОИСК БЕЗОПАСНОГО МЕСТА ВО ВРЕМЯ НАСИЛЬСТВЕННОГО ИНЦИДЕНТА

Рекомендуемые Советы По технике Безопасности:

- Заранее определите безопасное место, куда вы можете пойти в своем доме, когда слышны драки, споры или громкие голоса, которые заставляют вас чувствовать страх или беспокойство.
- Безопасное место в вашем доме - это место, где не происходят драки, громкие звуки и споры.
- Попасты в безопасное место не означает, что вам нужно прятаться. Это просто означает уйти от борьбы. Оставайся там, пока бой не прекратится.
- Если на двери комнаты есть замок, это может быть хорошим выбором, потому что вы можете запереть дверь.
- Держась подальше от боя, вы можете сделать что-то, что поможет вам почувствовать себя лучше, например:
 - Слушать музыку
 - Смотреть телевизор
 - Писать, рисовать или играть в видеоигры
 - Быть с любимым из своих братьев или сестры и поговорите или поиграйте вместе
 - Не забывайте давать себе положительные послания и использовать методы, которые вы узнали, чтобы сохранять спокойствие, такие как дыхательные техники (сделайте глубокий вдох и сосчитайте до 10) и отправляйтесь в место или комнату, вы чувствуете себя спокойнее.
 - Позвоните в службу помощи детям по телефону 1-800-668-6868 и поговорите с кем-нибудь, если это безопасно.
- Если вы думаете, что во время драки вам может быть безопаснее вне дома, заранее подумайте о безопасных местах, куда можно пойти. Поговорите со своей матерью или опекуном о том, где будет это безопасное место, чтобы вы могли встретиться вместе после боя, когда это будет безопаснее. Придумайте, как вы туда доберетесь: пешком, на велосипеде, на автобусе, вызовите кого-нибудь на прогулку или вызовите такси.
- Постарайтесь сохранить немного денег в кармане, кошельке или комнате для таких вещей, как звонки из общественного телефона-автомата, если он есть, или покупка билета на автобус.



Women's Shelter of York Region Inc.

- Попасты в гущу боя может быть опасно для вас. Хотя вы можете испытывать противоречие по поводу драки и можете захотеть прекратить драку самостоятельно, для вас и вашей матери или опекуна будет безопаснее, если вы не будете участвовать в ней. Если вам нужно или вы хотите оставаться поблизости, оставайтесь вне поля зрения, и, по возможности,, держите рядом телефон.

ЗОВЕТ НА ПОМОЩЬ

Рекомендуемые Советы По технике Безопасности:

- Вы не несете ответственности за безопасность своей матери или опекуна, но вы можете получить помощь. Поговорите со своей матерью о коде или специальном слове, которое знают только вы двое, и она может произнести это вслух, чтобы сообщить вам, когда вам следует позвать на помощь.
- Вы также можете поговорить со своей матерью или опекуном о сигнале, который знают только вы двое, и который она может использовать, чтобы сообщить вам, что что-то происходит. (Например, если вас нет дома, когда начинается драка, ваша мама и вы можете договориться, что, если возможно, она включит свет на крыльце или закроет жалюзи на окнах, чтобы вы знали, что нужно отправиться в безопасное место).
- Знайте, как позвонить в службу экстренной помощи, если вы думаете, что кто-то ранен, вы не чувствуете себя в безопасности или слышите, как ваша мать произносит кодовое слово.
- Попробуйте использовать телефон, которого нет в комнате, где идет драка, или используйте мобильный телефон. Даже если минуты вашего мобильного телефона израсходованы, вы все равно можете набрать 911 и дозвониться. Если это безопасно, пойдите в дом соседа и воспользуйтесь телефоном там или в другом безопасном месте, например в местном магазине, чтобы позвонить.

ВОТ КАК ВЫ ДЕЛАЕТЕ ЭКСТРЕННЫЙ ВЫЗОВ:

- Нажмите кнопки 9-1-1 на телефоне для экстренных служб.
- Люди, которые ответят, скажут: «Это служба экстренной помощи. Вам нужна полиция, пожарная или скорая помощь?» Вы говорите: «Полиция». Вы говорите: «Меня зовут _____. Мне лет.»
- Вы говорите им о проблеме: «Мне нужна помощь. Пошлите полицию. Кто-то причиняет боль моей матери».



Women's Shelter of York Region Inc.

- Вы говорите: «Я звоню с (укажите полный адрес) ____»
- После того, как вы это сказали, лучшее, что вы можете сделать, - это оставаться на связи по телефону. Человеку по телефону, возможно, потребуется задать вам еще вопросы, или вы, возможно, захотите поговорить с ним еще немного. Если вы повесите трубку, оператор службы 911 может перезвонить, что может создать опасность для вас, вашей матери или опекуна.
- Если вы не можете оставаться на связи, потому что не чувствуете себя в безопасности, скажите человеку по телефону, что вы просто кладете трубку, не вешая ее, пока не приедет полиция.
- Несмотря ни на что, драка - это не ваша вина, даже если вы слышите свое имя в драке или беспокоитесь, что драка происходит из-за вас, например, из-за того, что вы не убрали свои игрушки или не получили хорошую оценку в школе.
- У взрослых есть много способов решения конфликтов и проблем, но насилие никогда не должно быть одним из них.
- Вы не можете заставить человека вести себя агрессивно или оскорблять; как человек себя ведет - это их выбор, и вы не виноваты в его поведении.
- Насилие в отношении женщин опасно, и люди могут пострадать.
- Это против закона, чтобы причинить кому-то боль.