Міністерство
внутрішніх справ
України

Основні кроки, які **допоможуть впоратись** із ситуацією **домашнього насильства** в умовах карантину:

1 підготовчий етап

(якщо є ризики потрапити у ситуацію домашнього насильства)

- завчасно сплануйте план втечі з будинку
- зробіть копії або фото важливих документів, сховайте їх або передайте родичам, друзям чи близьким для вас людям
- завчасно підготуйте речі першої необхідності, ліки, документи, дублікати ключів та гроші
- зберігайте такі речі в надійному та доступному для вас місці або у людини, якій довіряєте
- домовтесь з сусідами, друзями або близькими людьми щодо сигналів про перебування у небезпеці, щоб вони знали, коли ви потребуєте допомоги, а також щодо вашого тимчасового місця перебування
- навчіть дітей не втручатися у конфлікт дорослих, вміти покликати на допомогу та викликати 102

Якщо в родині є діти або люди похилого віку впевніться, що:
вони знають як діяти у подібних ситуаціях
(поясніть заходи безпеки, навчіть сигналів про небезпеку та телефонувати на 102);
поінформовані про безпечне місце, куди можна сховатись,
та шлях яким можна швидко залишити приміщення;
після такої ситуації перебувають у безпеці.

Якщо ви потребуєте консультації, зверніться на телефони гарячих ліній.

Нагадуємо номера екстрених служб та гарячих ліній:

НАЦІОНАЛЬНА ДИТЯЧА ГАРЯЧА ЛІНІЯ
понеділок-п'ятниця 12.00 – 17.00
0 800 500 225 (безкоштовно зі стаціонарних телефонів)
116111 (безкоштовно з мобільних телефонів)

БЕЗКОШТОВНА НАЦІОНАЛЬНА «ГАРЯЧА» ЛІНІЯ
З ПОПЕРЕДЖЕННЯ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА
Зараз – цілодобово, з 01.04.2020 – з 10.00 – до 18.00
0 800 500 335 (зі стаціонарних телефонів)

НАЦІОНАЛЬНА ПОЛІЦІЯ **102**

БЕЗКОШТОВНА ГАРЯЧА ЛІНІЯ ДЛЯ ЖЕРТВ
ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА
працює цілодобово **15-47**

БЕЗОПЛАТНА ПРАВОВА ДОПОМОГА
ЦІЛОДОБОВА ГАРЯЧА ЛІНІЯ
0 800 213 103

Міністерство
внутрішніх справ
України

Основні кроки, які **допоможуть впоратись** із ситуацією **домашнього насильства** в умовах карантину:

2 критичний етап
(якщо напруга зросла та ситуація загострюється)

- уникайте приміщень, де є гострі та небезпечні предмети
- за можливості перебувайте у приміщенні, з якого легко піти, тримайтеся ближче до виходу
- зніміть з шиї будь-які аксесуари чи прикраси
- подбайте про безпеку дітей та людей похилого віку
- намагайтеся уникнути конфлікту, спробуйте залишити приміщення та повідомити 102
- подайте сигнал небезпеки сусідам, друзям або близьким людям, якщо немає можливості викликати 102 особисто

Якщо в родині є діти або люди похилого віку впевніться, що:
вони знають як діяти у подібних ситуаціях
(поясніть заходи безпеки, навчіть сигналів про небезпеку та телефонувати на 102);
поінформовані про безпечне місце, куди можна сховатись,
та шлях яким можна швидко залишити приміщення;
після такої ситуації перебувають у безпеці.

Якщо ви потребуєте консультації, зверніться на телефони гарячих ліній.

Нагадуємо номера екстрених служб та гарячих ліній:

НАЦІОНАЛЬНА ДИТЯЧА ГАРЯЧА ЛІНІЯ
понеділок-п'ятниця 12.00 – 17.00
0 800 500 225 (безкоштовно зі стаціонарних телефонів)
116111 (безкоштовно з мобільних телефонів)

БЕЗКОШТОВНА НАЦІОНАЛЬНА «ГАРЯЧА» ЛІНІЯ
З ПОПЕРЕДЖЕННЯ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА
Зараз – цілодобово, з 01.04.2020 – з 10.00 – до 18.00
0 800 500 335 (зі стаціонарних телефонів)

НАЦІОНАЛЬНА ПОЛІЦІЯ **102**

БЕЗКОШТОВНА ГАРЯЧА ЛІНІЯ ДЛЯ ЖЕРТВ
ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА
працює цілодобово **15-47**

БЕЗОПЛАТНА ПРАВОВА ДОПОМОГА
ЦІЛОДОБОВА ГАРЯЧА ЛІНІЯ
0 800 213 103

Міністерство внутрішніх справ України

Основні кроки, які **допоможуть впоратись** із ситуацією **домашнього насильства** в умовах карантину:

3 посткритичний етап

(якщо ви знаходитесь у безпеці і напруга спала)

- якщо вам завдано тілесних ушкоджень, обов'язково зверніться до медичних закладів та детально повідомте лікаря про ситуацію, що сталася
- зафіксуйте всі прояви насильства: фото синців та саден, повідомлень з погрозами, запис телефонних розмов, медичних довідок
- зателефонуйте на 102 та повідомте про ситуацію, яка сталась
- повідомте своїх родичів або близьких людей про ваш стан та подальші наміри
- змініть свої контактні дані (адресу електронної пошти, номер телефону), вимкніть геолокацію в телефоні, ноутбуці, планшеті, та не відображайте своє місцезнаходження у соціальних мережах

Якщо в родині є діти або люди похилого віку впевніться, що:
вони знають як діяти у подібних ситуаціях
(поясніть заходи безпеки, навчіть сигналів про небезпеку та телефонувати на 102);
поінформовані про безпечне місце, куди можна сховатись,
та шлях яким можна швидко залишити приміщення;
після такої ситуації перебувають у безпеці.

Якщо ви потребуєте консультації, зверніться на телефони гарячих ліній.

Нагадуємо номера екстрених служб та гарячих ліній:

НАЦІОНАЛЬНА ДИТЯЧА ГАРЯЧА ЛІНІЯ
понеділок-п'ятниця 12.00 – 17.00
0 800 500 225 (безкоштовно зі стаціонарних телефонів)
116111 (безкоштовно з мобільних телефонів)

БЕЗКОШТОВНА НАЦІОНАЛЬНА «ГАРЯЧА» ЛІНІЯ
З ПОПЕРЕДЖЕННЯ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА
Зараз – цілодобово, з 01.04.2020 – з 10.00 – до 18.00
0 800 500 335 (зі стаціонарних телефонів)

НАЦІОНАЛЬНА ПОЛІЦІЯ **102**

БЕЗКОШТОВНА ГАРЯЧА ЛІНІЯ ДЛЯ ЖЕРТВ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА
працює цілодобово **15-47**

БЕЗОПЛАТНА ПРАВОВА ДОПОМОГА
ЦІЛОДОБОВА ГАРЯЧА ЛІНІЯ
0 800 213 103