**ГУ «Лунинецкий территориальный центр социального обслуживания населения»**

**Останови насилие**

Брошюра на ясном языке

Лунинец

2024 г

***Что такое насилие?***

***Кто и где может помочь?***



Насилие - когда Вас заставляют делать то, что вы не хотите. Когда на вас кричат, вас пугают, угрожают, хотят ударить, бьют.

Никто не может этого с вами делать.

У вас есть права для того, чтобы жить без страха, ходить смело по улицам, магазинам, поликлинике, находится дома.

В любом месте вы должны себя чувствовать хорошо и спокойно.

Никто не имеет права:

* бить, таскать за волосы, обзывать;
* кричать на Вас, говорить злые слова;
* делать вам больно, обвинять в плохих делах;
* заставлять Вас переживать страх, стыд, вину.

Вы имеете право:

• ходить туда, куда вам нужно;

• свободно разговаривать по телефону;

• пользоваться интернетом, общаться в социальных сетях.

**Вы должны знать - Ваши права нарушать нельзя. Никому не разрешается это делать!**

Внашей стране законы защищают права людей. Закон, который называется «Об основах деятельности по профилактике правонарушений» защищает права тех людей, которые пострадали от домашнего насилия.

**Домашнее насилие - это плохие, злые, некрасивые поступки близких родственников или тех людей, которые живут с тобой в одном доме, из-за которых тебе больно, стыдно, обидно, хочется плакать, ты чувствуешь вину и страдаешь.**

Пострадать от домашнего насилия может любой человек: ребёнок, взрослый, пожилой.

Человека, который совершает насилие, называют насильником.

В семье насильник постоянно контролирует другого человека:

• подслушивает телефонные разговоры;

• просматривает переписку в интернете;

• решает, с кем можно общаться;

• не разрешает выходить из дома;

• командует Вами.

Насильник может угрожать с помощью обмана, оскорблять Вас, запугивать избиениями.

Виды домашнего насилия:

• физическое;

• психологическое;

• экономическое;

• сексуальное;

• пренебрежение.

**Физическое насилие**

Физическое насилие - это когда Вас бьют, щипают, кусают, толкают, душат, делают больно и вредят вашему здоровью.

Часто после этого у человека появляются синяки и раны на теле, которые болят.

При физическом насилии один человек делает больно другому человеку.



**Психологическое насилие**

При психологическом насилии Вас обзывают плохими словами, на вас кричат, говорят обидные, жестокие слова и даже шутки. От этого Вам больно в душе и очень неприятно.

* Вас пугают и вам становится страшно;
* Вам не разрешают видеться с семьёй или с друзьями, заниматься тем делом, которое Вам нравится;
* читают вашу переписку в телефоне;
* заставляют рассказывать о чем вы говорите с другими людьми;
* не разрешают надевать одежду, которая Вам нравится.



**Экономическое насилие**

Экономическое насилие - это когда человек не может сам тратить свои деньги на то, что он хочет, а его заставляют тратить на другие ненужные ему вещи или совсем забирают.

* Если Вас заставляют отчитываться за каждую покупку. Если Вас заставляют попрошайничать;
* когда Вас заставляют подписать документы, в которых Вы не разбираетесь, и вы можете после этого остаться без денег или квартиры;
* Вас заставляют взять кредит в банке, после этого Вы будете выплачивать большие деньги банку и останетесь без денег на жизнь;
* когда Вам врут и заставляют потратить деньги на то, что вы не хотите;
* экономическое насилие - это когда у Вас забрали деньги, которые Вы заработали, накопили, получили.



**Сексуальное насилие**

* Сексуальное насилие - это когда вас заставляют заниматься сексом с человеком, а вы этого делать не хотите;
* если сексуальные отношения приносят боль, отвращение, стыд. Значит, над Вами совершается сексуальное насилие;
* человек заставляет Вас фотографироваться без одежды, хотя вы этого не хотите;
* фотографии, где вы без одежды, человек показывает другим людям;
* кто-то заставляет Вас раздеваться и показывать свое тело;
* кто-то трогает ваше голое тело, когда Вы этого не хотите;
* человек трогает те места в вашем теле, которые люди прячут под нижним бельём;
* Вас заставляют прикасаться к интимным органам другого человека, чаще мужчины, когда вы этого не хотите;
* Вас заставляют смотреть фильм о сексе.

Сексуальное насилие может произойти с кем угодно, и это не стыдно, поэтому надо обращаться за помощью в милицию, позвонив по номеру 102. Насильника накажут и он больше не будет обижать Вас и других девушек и женщин





**Что такое пренебрежение?**

Пренебрежение - это вид насилия:

* это неуважительное отношение к человеку. Это отказ от заботы о человеке, которому нужен уход;
* когда родители или другие родственники не заботятся о Вас;
* Вы проживаете с родителями в грязной квартире;
* Вы не можете умыться, постричься, вылечиться от болезней. Вам не хватает еды, питья и чистой одежды;
* Вам нужно попасть в поликлинику, в магазин, в территориальный центр и вам нужно сопровождение, чтобы дойти или доехать, а родители или другие близкие родственники не помогают Вам.
* Пренебрежение к родителям происходит, если дети не ухаживают за своими родителями.
* Родители по состоянию здоровья не могут ухаживать за собой и дети не обеспечивают родителей едой, питьём, лекарствами. Родители живут в одиночестве.



**Почему женщины не рассказывают о насилии?**

В нашем обществе иногда считают, что женщины менее важны, чем мужчины, потому что они слабее.

Большинство женщин не рассказывают о насилии.

Им стыдно. Они думают, что им не поверят. Женщины боятся, что их накажут,

если они кому-то расскажут о своей беде.

Женщины боятся, что семья перестанет заботиться о них. Многие женщины считают нормальным,

что на их просьбы о помощи близкие люди не обращают внимания. Они думают, что заслуживают неуважительного отношения к себе.

Но это не так. Насилие имеет тяжёлые последствия для здоровья. Травмы остаются на всю жизнь. Из-за побоев появляются болезни.

Психика человека тоже страдает из-за насилия. Человек переживает стресс. Теряет доверие к людям. При знакомстве с новыми людьми

женщина испытывает страх и неуверенность в себе.

Помните, что любой человек может пострадать от домашнего насилия.



**Что делать, если над Вами совершили насилие?**

Если Вы стали жертвой насилия, обязательно обратитесь за помощью! Это может быть близкий друг, подруга, родители, милиция, хорошие соседи, знакомые или работник территориального центра.

**Территориальный центр**

За помощью и советом обращайтесь в т ГУ «Лунинецкий территориальный центр социального обслуживания населения».

Он находится в г. Лунинец, улица Фрунзе, дом 6, кабинеты 15, 22,24.

Приходите и мы Вам поможем.

В нашем центре работают хорошие специалисты, они выслушают Вас и помогут.

Также у нас в центре есть «кризисная» комната, в которой можно пожить бесплатно некоторое время, пока не решат вашу проблему, пока вы не будете в безопасности.

Наши номера телефонов: можно звонить с 8.00 до 17.00, перерыв с 13.00 до 14.00

6-52-81 – Людмила Михайловна

6-52-11 – Ольга Анатольевна

По номеру 2-40-98, если вы в опасности, можно звонить и днем и ночью.

**Медицинские учреждения**

Если Вы пострадали от побоев, обратитесь в ближайшую поликлинику, травмпункт, приёмное отделение больницы. Вас направят к травматологу или к врачу-терапевту «снять побои». Врач спросит, из-за чего у Вас на теле появились повреждения. Вы расскажете, что с Вами произошло.

Он зафиксирует телесные повреждения в Вашей медицинской карточке. Врач напишет заключение. Заключение врача поможет Вам, если Вы решите наказать насильника.

**Милиция**

Если Вы решили наказать насильника, ТО сразу после совершения насильственных действий, обратитесь в милицию.

Телефон милиции - **102.**

Если Вы ещё не были у врача и не «сняли побои», то сотрудник милиции выпишет Вам направление к врачу. Врач осмотрит Вас и выдаст заключение.

Это заключение Вы отдадите в милицию.

Текст **брошюры** переведён на «ясный язык» специалистами по социальной работе отделения комплексной поддержки в кризисной ситуации.

Лунинец

2024г