

## ФАКТИ ЗА ДОМАШНО НАСИЛИЕ

Важно е да се знае, че няма „те и ние“, когато говорим за жертви и лица, преживяли домашно насилие – това могат да бъдат наши приятели, наши роднини, наши съседни или наши колеги.

Домашното насилие не е само физическо – то може да бъде емоционално, физическо, сексуално, финансово или изразено в контролиращо поведение. Под каквато и да е форма то в Ланкишър съществува обединението #noexcuseforabuse (няма-извинение-за-нападение).



Всеки, който се чувства в риск от насилие, е важно да не забравя, че може да му бъде оказана помощ и съдействие по всяко време.

Ако на вас са ви познати някои от тези чувства или поведение, тогава вие или някой, когото познавате, вероятно се намира във връзка, в която съществува насилие:

Чувствали ли сте се някога:

- Подценени или иронизирани?
- Обвинявани за насилие или спорове?
- Изолирани от вашето семейство и приятели?
- Възпрепятствани от някого да посещавате колеж или работа?
- Обвинявани за неща, които не сте извършили?
- Ограничавани за това с какво да сте облечени, с кого да се виждате, къде да ходите или какво може да мислите?

Случвало ли се е:

- Да сте били заплашвани?
- Да са ви унищожавани ваши вещи?
- Да ви е нарушавано личното пространство?
- Да са ви проверявани имейлите, съобщенията или писмата?

Били ли сте някога наранявани чрез:

- Удряне на плесница, удар или юмрук?
- Бутане или блъскане?
- Ухапване или ритане?
- Изгаряне?

Сексуално насилие може да изпита всеки, независимо дали е от мъжки или женски пол. Случвало ли ви се е да сте:

- докосвани по начин, по който не сте желали да бъдете докосвани?
- получавали нежелани сексуални предложения?
- наранявани по време на сексуален акт?
- принуждавани да осъществявате необезопасен сексуален акт – например, без употребата на презерватив?

- принуждавани да осъществите сексуален акт – когато вашият партньор или бивш партньор е осъществил сексуален акт с вас без вие да сте желали това, то тогава това е изнасилване

### **Подайте жалба**

Ако желаете да съобщите за престъпление, но не сте в непосредствена опасност, може да се обадите в полицията на номер 101 или да докладвате онлайн на следния адрес: [lancashire.police.uk/reportcrime](http://lancashire.police.uk/reportcrime)

Ако имате нужда от полиция при спешен случай, моля не се страхувайте да се обадите на 999 – там ще ви помогнат и ще ви защитят от опасност.

### **Ако не е възможно да разговаряте при обаждане на спешната линия 999, когато се обадате от мобилен телефон**

При обаждане на 999, операторът (лицето, което отговаря на телефонната линия) ще ви попита от каква спешна служба имате нужда. Слушайте въпросите на оператора от линия 999. Ако не може да кажете „полиция“ или „линейка“, отговорете чрез кашляне или като почукате по телефонната слушалка, ако е възможно. Ако някой ви нарежда какво да правите, наберете 55 на вашия телефон. Това ще позволи на оператора от 999 да разбере, че ситуацията е спешна и вие сте в опасност, но не може да разговаряте.

### **Обадете се на 999 от стационарен телефон**

Ако се чува само шум на заден план по време на обаждането и операторът не може да прецени дали е нужна спешна помощ, тогава ще бъдете свързани с оператор от полицията.

Ако вие прекъснете разговора, като затворите с телефонната слушалка, линията може да остане свързана за още 45 секунди в случай, че вдигнете телефонната слушалка отново.

Когато се осъществяват обаждания към 999 от стационарни телефони, информация за вашето местонахождение ще бъде налична автоматично за операторите, което спомага за предоставяне на съответната помощ.

### **Ако сте глухоними или не сте в състояние да общувате вербално**

Вие може да се регистрирате за обслужване със съобщения при спешни случаи: [emergencySMS service](#). Изпратете съобщение REGISTER на телефонен номер 999. Вие ще получите съобщение, което ще ви посочи каква е следващата стъпка. Направете това, когато сте в безопасност, за да сте в състояние да изпратите съобщение, когато сте в опасност.

### **Не знам къде се намирам, но имам нужда от полиция, защото ситуацията е спешна**

Ако имате нужда от полиция при спешна ситуация, но не сте сигурни къде се намирате, може да използвате приложението [what3words](#) или уебсайта, за да създадете произволен код от три думи, за да установят нашите оператори къде

точно се намирате. Този код позволява на операторите от полицията по опростен начин да опишат точно къде се намирате и им позволява да изпратят помощ на местопроизшествието. Подробна информация за приложението what3words и как то може да ви помогне при спешни случаи ще намерите като посетите сайта [www.what3words.com](http://www.what3words.com)

### **Оказване съдействие на приятел/ка, ако са били подложени на насилие**

Ако вие се притеснявате за приятел/ка, върху които е упражнено насилие, информирайте ги, че сте забелязали нещо нередно.

Съседите и обществото може да са от жизненоважно значение за онези, които живеят в среда на домашно насилие. Обърнете внимание на вашите съседи, ако те се обърнат за помощ към вас; на тази страница има съвет как да подходите. Те може да не са готови да споделят, но вие трябва да се опитате да намерите спокоен момент, когато те могат да разговарят, ако решат да го направят.

Ако някой ви сподели, че страда от домашно насилие:

- изслушайте и не ги обвинявайте
- осъзнайте, че се изисква смелост да разговаряш с някого за изпитваното насилие
- отделете им време за разговор, но не ги принуждавайте да говорят, ако те не желаят това
- осъзнайте, че те са в застрашаваща и трудна ситуация
- кажете им, че никой не заслужава да бъде заплашван или бит, независимо от това какво е казал насилникът
- окажете им подкрепа като приятел – насърчете ги да изразят своите чувства и им дайте възможност да вземат своите собствени решения
- не им казвайте да прекратят връзката си, ако те не са готови за това – това е тяхно решение
- попитайте ги дали са изпитали физическо увреждане – ако е така, предложете им да отидете с тях в болницата или при личния лекар
- помогнете им да съобщят за насилието в полицията, ако те са избрали да направят това
- бъдете готови да предоставите информация на организации, които предлагат помощ на лица, изпитали домашно насилие

### **Помощ и съдействие**

Ако се притеснявате, че приятел, съсед или близък са жертви на домашно насилие, може да посетите [www.noexcuseforabuse.co.uk](http://www.noexcuseforabuse.co.uk) относно информация за служби, оказващи подкрепа в Ланкишър.