

Некоторые меры предосторожности

На улице

- Будьте бдительны, знайте, что происходит вокруг вас
- Будьте уверены в себе, не ходите по улицам с видом потенциальной жертвы
- Доверяйте своей интуиции
- Будьте сознательными гражданами

Помните: алкоголь и наркотики притупляют бдительность, делают вас легкой наживой

В общественном транспорте

- Ожидая автобус на остановке, старайтесь держаться возле других
- Старайтесь ожидать автобус на хорошо освещенных остановках
- Находясь в автобусе, присматривайтесь к окружающим вас людям. Если чьи-либо действия кажутся вам подозрительными, известите об этом водителя
- Выходя из автобуса, обратите внимание на тех, кто выходит вместе с вами. Если кто-то преследует вас, зайдите в ближайшее здание и попросите о помощи.
- Выбирайте хорошо освещенные улицы, чтобы пройти от остановки до конечной точки вашего маршрута

В автомашине

- Всегда запирайте двери и окна
- Не оставляйте личные вещи в салоне
- Пользуйтесь противоугонными средствами
- Никогда не оставляйте ключи в зажигании
- Паркуйте машину в хорошо освещенных местах
- Всегда знайте, что происходит вокруг вас
- Немедленно сообщайте в полицию о происходящем преступлении

Предотвращение сексуального насилия

Если на вас напали, оцените ситуацию и постарайтесь найти выход из положения. Вы сможете избежать изнасилования, воздействуя словами, неожиданным поступком или применением силы. Какую бы тактику вы ни избрали, действуйте решительно и быстро, чтобы ошеломить и обескуражить нападающего.

После нападения:

Направьтесь в безопасное место. Позвоните в полицию

Сохраните свидетельства нападения. Не принимайте душ и не спринцуйтесь: кровь или сперма являются важными уликами. Не меняйте одежду и не меняйте обстановку на месте преступления.

Немедленно обратитесь в медучреждение за помощью. Центр сексуальных травм при Центральном госпитале скорой помощи оказывает бесплатную медицинскую помощь жертвам изнасилования, а также оказывает услуги по предотвращению беременности и венерических заболеваний. Опытные консультанты окажут психологическую помощь.

В отдельно стоящем доме

- Все внешние двери вашего дома должны иметь замки, выдвигающиеся не менее, чем на 2,5 см.
- Когда вы вечером уходите из дома, оставляйте свет включенным
- Не оставляйте ключ на дверном косяке или под коврик
- Дверь вашего гаража должна иметь висячий замок
- Уезжая в отпуск
 - Приостановите все виды доставки
 - Подсоедините систему освещения к таймеру
 - Информировать полицию о вашем отсутствии
 - Попросите соседей ухаживать за домом и газоном
- Сообщайте в полицию каждый раз, когда вы видите подозрительно ведущего себя человека, вызывающую подозрение машину
- НИКОГДА не оставляйте на автоответчике сообщение, что вас нет дома

В многоквартирном доме

- Не впускайте посторонних людей, когда входите и выходите из здания
- Никогда не открывайте незнакомым людям дверь с помощью интеркома (селекторной связи). Направляйте их к менеджеру дома.
- Не оставляйте ключи под ковриком, на дверном косяке или в почтовом ящике
- На дверной табличке женщинам следует указывать не полное имя, а инициалы (например, М.Смит вместо Мэри Смит)
- Немедленно сообщайте в полицию о подозрительных посторонних людях, странных звуках и действиях (тел.533-0123). Затем сообщите менеджеру дома и соседям.

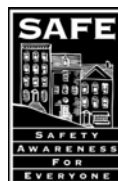
Общественное объединение соседей

(Neighborhood Watch)

Сделайте район вашего проживания более безопасным и благоустроенным, создав общественное объединение соседей. Работая вместе со своими соседями, вы лучше узнаете друг друга, создадите сплоченный коллектив и, применяя необходимые меры предосторожности, уменьшите тем самым преступность в районе вашего проживания. Специалист по предотвращению преступлений из организации San Francisco SAFE поможет вам организовать встречу с соседями, научит эффективно сотрудничать с полицией и другими службами, чтобы разрешить существующие проблемы.

Лекции о личной безопасности

Специалисты по предотвращению преступлений из организации SAFE выступают в школах, клубах, домах с лекциями о личной безопасности, учитывая нужды каждой конкретной аудитории, например, «Правила безопасности на улице», «О безопасности для пожилых», «Советы для инвалидов», «Безопасность детей», «Защита от сексуального насилия», «Безопасность на рабочем месте».



www.sfsafe.org

Если вы хотите больше узнать об организации San Francisco SAFE, создать общественное объединение соседей или прослушать лекцию о личной безопасности, звоните по телефонам 673-7233 (по-английски) или 553-1968 (по-русски).