НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПРАВОВИХ НАУК УКРАЇНИ
НАУКОВО-ДОСЛІДНИЙ ІНСТИТУТ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМ ЗЛОЧИННОСТІ ІМЕНІ АКАДЕМІКА В. В. СТАШИСА
61002, м. Харків, вул. Пушкінська, 49. Тел.: (057) 700-65-81
E-mail: officemanager@aprnu.rol.net.ua , ivpz@aprnu.rol.net.ua

від 17.11.2021 р. № 393-01-55/15

Голові Полтавської обласної державної адміністрації
Олегу СИНЄГУБОВУ

Вельмишановний Олеже Васильовичу!

Інститутом за підтримки Національного фонду досліджень України виконується проєкт «Соціально-правові та кримінологічні наслідки пандемій та шляхи їх усунення в Україні» (реєстраційний номер 2020.01/0155).

Всесвітня пандемія гострої респіраторної хвороби COVID-19 та її наслідки стали одними із найсерйозніших викликів людству за останні сімдесят років. Тому науковцями НДІ ВПЗ у межах виконання проєкту було розроблено аналітичну довідку з пропозиціями щодо підвищення ефективності діяльності правоохоронних органів, органів державної влади і місцевого самоврядування у період боротьби з пандеміями та режиму карантину, а також пам'ятки, в яких наведено практичні рекомендації громадянам щодо зменшення можливостей стати потерпілим від кримінальних й адміністративних правопорушень та уникнення впливу від деяких фонових для злочинності явищ у період епідемії (пандемії).

У зв'язку з цим надсилаємо Вам зазначені матеріали та звертаємося із проханням посприяти їх поширенню.

Заздалегідь вдячні, сподіваємось на взаєморозуміння і подальшу співпрацю.

Додаток:

1) Аналітична довідка з пропозиціями щодо підвищення ефективності діяльності правоохоронних органів, органів державної влади і місцевого самоврядування у період боротьби з пандеміями й епідеміями та режиму карантину – 1 прим.;
2) Пам'ятка для населення «Як не стати жертвою крадіжки у період пандемії» – 25 прим.;
3) Пам'ятка для населення «Як не стати жертвою насильницького злочину у період пандемії» – 20 прим.;
4) Пам'ятка для населення «Як уникнути корупційних ризиків суб'єктам підприємництва у період пандемії» – 15 прим.;
5) Пам'ятка для населення «Як не стати жертвою домашнього насильства у період пандемії» – 25 прим.;
6) Пам'ятка для населення «Як убезпечити себе від побутового пияцтва та алкоголізму у період пандемії» – 20 прим.;
7) Пам'ятка для населення «Як не бути обманутим при лікуванні від пандемії» – 25 прим.

З повагою
Директор Інституту **Владислава БАТИРГАРЕЄВА**

Виконавець: Шрамко Сабріє
Тел.: +380 (66) 185 70 55

АПАРАТ ПОЛТАВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ
РЕЄСТРАЦІЙНИЙ 15630/0/01-58
«23» 11 2021 р.

НДІ вивчення проблем злочинності імені академіка В. В. Сташиса
bona fides

НФДУ

ЯК НЕ БУТИ ОБМАНУТИМ ПРИ ЛІКУВАННІ ІНФЕКЦІЙНОЇ ХВОРОБИ ПІД ЧАС ПАНДЕМІЇ ЧИ ЕПІДЕМІЇ

Шановні громадяни, не поспішайте викинути цю пам'ятку, адже одного разу вона все ж таки може знадобитися.

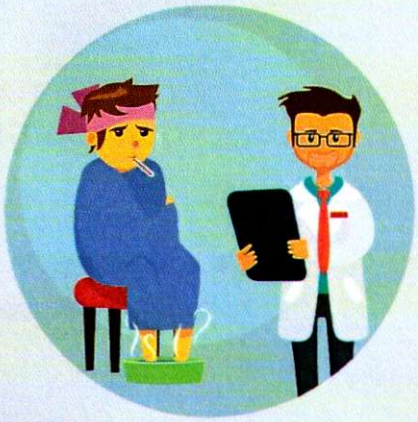
Як підготуватися на випадок хвороби:

- ✓ потурбуйтеся заздалегідь про укладення декларації із сімейним лікарем;
- ✓ за можливості укладіть договір страхування на випадок інфекційної хвороби;
- ✓ за наявності перших ознак недомагання звертайтеся по допомогу до свого сімейного лікаря. Для цього Вам необхідно заздалегідь подбати про обмін контактними телефонами, адресами електронної пошти тощо з Вашим лікарем, створити електронний кабінет на HELSI (https://helsi.me/) та ін.;
- ✓ не розраховувати на навмання, не чекати, коли стане зовсім зле. Пам'ятайте, для Вашого здоров'я дорога кожна година!
- ✓ якщо Ви проживаєте самі, знаходьтеся на зв'язку з кимось із рідних, близьких, знайомих, сусідів, або працівниками поліклініки (лікарні) чи соціальної служби;
- ✓ вдома завжди майте необхідні ліки, які Ви постійно приймаєте. У випадку Вашої госпіталізації **не забудьте** їх взяти із собою;
- ✓ складіть перелік речей, які знадобляться Вам у лікарні на випадок госпіталізації;
- ✓ максимально обмежте фізичні контакти з оточуючим світом, намагайтеся вирішувати всі справи дистанційно, за можливості, користуйтеся інтернет-замовленнями та сервісами доставки;
- ✓ обмежте вихід із дому, далекі і близькі поїздки;
- ✓ заздалегідь обдумайте, з ким можна залишити маленьких дітей і домашніх улюбленців на випадок госпіталізації;
- ✓ суворо дотримуйтесь карантинних правил, робіть зауваження тим, хто їх не дотримується;
- ✓ ВАКЦИНУЙТЕСЯ!
- ✓ у будь-якому разі намагайтеся зберігати спокій, будьте максимально зібраними і сподівайтеся на краще.

Ці нескладні поради допоможуть Вам бутим зібраними, чітко виконувати приписи лікарів та зайвий раз не турбуватися про домашні справи!

ЧОГО СЛІД УНИКАТИ, щоб не стати жертвою обману:

- ✓ не займайтеся самолікуванням;
- ✓ не піддавайтеся загальній паніці;
- ✓ не довіряйте «чудодійним» лікам, які пропонуються недобросовісними особами чи то через мережу Інтернет, телефоном, у торговельних точках, чи то у будь-який інший спосіб;
- ✓ не довіряйте особам, які обіцяють Вас швидко вилікувати за допомогою засобів нетрадиційної медицини, гомеопатії тощо;
- ✓ не відчиняйте двері до Вашої оселі особам, які пропонують Вам будь-які нібито санітарно-епідеміологічні послуги, як-то: «протиковідна» обробка приміщень, автомобілів, одягу, взуття та ін., санітарно-гігієнічні засоби, «антивірусні» освіжувачі повітря та ін.;



- ✓ будьте уважні, коли спілкуєтеся із незнайомими Вам особами (на вулиці, по телефону, по електронній пошті, у месенджерах і т.п.), особливо, якщо вони наполегливо цікавляться Вашим станом здоров'я, фінансовим становищем, нібито проводять соціологічні опитування тощо;
- ✓ прискіпливо вивчайте інформацію про так звані «ковідні пакети» аналізів, які рясно пропонують медичні лабораторії (більшість аналізів, запропонованих у такому пакеті послуг, можуть бути особисто Вам не потрібні або дублюватися із іншими призначеними Вам лікарем аналізами, особливо комплексними);
- ✓ за можливості вивчіть ринок діагностичних медичних послуг Вашого населеного пункту;
- ✓ своєчасно повідомляйте лікарів про Ваші фінансові можливості, особливо коли Вам пропонується здати цілий «набір» дороговартісних аналізів або наполегливо рекомендуються послуги конкретної медичної лабораторії. Наполягайте на здачі лише необхідних аналізів. При цьому пам'ятайте, що низку клінічних аналізів та ПЛР-тести безкоштовно можна здати у поліклініках, де працює Ваш сімейний лікар. Вакцинуватися також можна безкоштовно як у поліклініках, так і у спеціальних пунктах вакцинації;
- ✓ отримуйте інформацію про хворобу, її наслідки, способи лікування тільки з перевірених офіційних джерел;
- ✓ дотримуйтеся інформаційної гігієни – перевіряйте інформацію, особливо негативну, на предмет її правдивості;
- ✓ переконайтеся, що Ви чи Ваші близькі, рідні, інші особи, які уповноважені представляти Ваші інтереси, у лікарні під час госпіталізації спілкуються саме з Вашим лікарем;
- ✓ не поспішайте із придбанням різних акційних товарів, ліків чи послуг, у тому числі у кредитно-фінансовій сфері, особливо щодо тих речей, які для Вас не є предметами першої необхідності;
- ✓ сміливо заявляйте про свої права у сфері охорони здоров'я, але пам'ятайте і про обов'язки;
- ✓ будьте взаємоввічливі з медичним персоналом.

Урядова гаряча лінія – **1545**
Гаряча лінія МОЗ – **0 800 505 201**
Контакт-центр МОЗ з питань COVID-19 – **0 800 602 019**
Центр громадського здоров'я – **0 800 505 840**
Національна служба здоров'я – **16-77**

Повідомити в МОЗ про корупційне правопорушення:
Електронна пошта: **anticor@moz.gov.ua**
Телефон: **+38(044)200-06-71**

БУДЬТЕ ЗДОРОВІ ТА УВАЖНІ!

Тираж 2 000 прим.

НФДУ

Пам'ятка для населення

ЯК УБЕЗПЕЧИТИ СЕБЕ ВІД ПОБУТОВОГО ПИЯЦТВА ТА АЛКОГОЛІЗМУ У ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ

Що необхідно знати про алкоголь та інфекційні захворювання?

- Не існує корисного алкоголю та безпечної дози для організму людини!
- Алкоголь не захищає від COVID-19
- Вживання алкоголю послаблює здатність організму людини боротися з інфекціями, збільшує ризик виникнення ускладнень від хвороби
- Вживання алкоголю підвищує ризик інфекційного захворювання
- Допустима добова норма алкоголю для чоловіків складає 40 г чистого спирту (менше 2 пляшок пива / 100 мл горілки / 3 келихів сухого вина); для жінок — 30 г чистого спирту (менше 1,5 пляшки пива / 80 г горілки / 2 келихи сухого вина)

Щороку **3,3 млн** помирає внаслідок зловживання алкоголем

Причини зловживання алкоголем

- «Контакт» з алкоголем з раннього віку
- Психічні розлади
- Генетика
- Соціальні чинники
- Депресія або стрес
- Залишення на самоті зі своїми проблемами
- Вживання алкоголю «за компанію»
- Спокуса рекламою

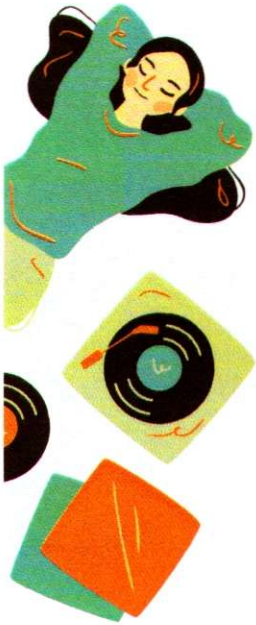
Понад **250 млн** страждають від розладів здоров'я через вживання алкоголю

Алкоголь є причиною загибелі під час ДТП у **20 %** випадків

Як зрозуміти, що Ви зловживаєте алкоголем?

- Ви вживаєте алкоголь на самоті
- Алкоголь є єдиним способом зняття напруги
- Бажання випити є усвідомленим
- Ви вживаєте алкоголь потай від близьких та друзів
- Маєте «заначки» алкоголю
- Не контролюєте кількість випитого
- Втрачаєте пам'ять у стані сп'яніння
- Маєте ритуали випивки
- Ви втратили інтерес до улюблених занять
- Виявляєте агресію стосовно близьких
- При відмові від вживання алкоголю відчуваєте неспокій, головний біль, біль у животі, тремтіння, тривогу, порушення сну, підвищення артеріального тиску

МІЙ ПЛАН "STOP"



Корисні поради від спеціалістів або стратегічні кроки

1. Ввести у режим дня фізичну активність та медитації
2. Знайти цікаві теми для інтелектуальнго розвитку
3. Приділити вільний час спілкуванню з дітьми
4. Позбавитися алкоголю у домі
5. Якщо намір випити виникне, то віддати перевагу дорогим алкогольним напоям
6. Встановити собі певну міру і не дозволяти собі її перевищувати
7. Мінімізувати спілкування/перегляд інфоресурсів/дії, що пригнічують Вас
8. Уникати спілкування з особами, які схиляють до вживання алкоголю

Професійні поради можна отримати АНОНІМНО від:

Національна гаряча лінія з питань реабілітації нарко- та алкозалежних	+ 380 800 507 703
Благодійний фонд Каритас	+380 67 563 50 90 0800 600 053
Український центр лікування залежності	+380 99 508 08 88

За психологічною підтримкою АНОНІМНО можна звернутися до:

Психологічні консультації для підлітків Teenergizer	+38 066 136 33 14
Інформаційна лінія Ал-Анон/ Алатін в Україні	+38 095 838 29 33

Корисні інтернет-ресурси, що можуть стати Вам у нагоді:

Групи Анонімних алкоголіків у Вашому місті	https://aa.org.ua/groups/
Групи Ал-Анон/Алатін в Україні	http://surl.li/aonrl

Памятайте, допомога завжди поряд

Тираж 1 500 прим.

КУДИ ЗВЕРТАТИСЬ:

102 Національна поліція

#ДійПротиНасильства (https://t.me/police_helpbot) – чат-бот Національної поліції у месенджері «Telegram»

15 47 урядова гаряча лінія з протидії торгівлі людьми, запобігання та протидії домашньому насильству (цілодобово, безкоштовно)

116-123 (з мобільного)
0800500335 (зі стаціонарного) Національна гаряча лінія із попередження домашнього насильства **«Ла Страда»** (цілодобово, безкоштовно, конфіденційно)

lastrada_ukraine
ГО «Ла Страда-Україна»
la-strada.org.ua
la-strada.org.ua

0 800 213 103 гаряча лінія Координаційного центру з надання правової допомоги (цілодобово, безкоштовно)

Non_Violence_Bot – чат-бот Координаційного центру з надання правової допомоги у месенджері «Telegram»

понеділок-четвер 09.00-18.00, п'ятниця 09.00-16.45

116-111 (з мобільного)
0800500225 (зі стаціонарного) – національна дитяча гаряча лінія

КОРИСНІ ВЕБ-РЕСУРСИ

msp.gov.ua Міністерство соціальної політики («Громадянам» / «Запобігання та протидія домашньому насильству та жорстокому поводженню з дітьми» / «Інші» / «Довідкові матеріали»)

legalaid.gov.ua Безоплатна правова допомога від Координаційного центру правової допомоги

itseems.tellme.com.ua Безкоштовна психологічна допомога постраждалим від домашнього насильства (платформа створена Інститутом когнітивного моделювання та БФ «Фонд Маша» Маші Єфросиніної за підтримки Товариства Червоного Хреста України)

itseems.com.ua Анонімний онлайн-щоденник (платформа створена Інститутом когнітивного моделювання та БФ «Фонд Маша» Маші Єфросиніної за підтримки Товариства Червоного Хреста України)

rozirvykolo.org веб-сайт для підтримки жертв домашнього насильства

STOP ABUSE UKRAINE – спільноти у «Viber» та «Telegram», створені для підтримки жертв домашнього насильства

НФДУ

ВИ ПОВИННІ ЗНАТИ:

якщо щодо Вас у сім'ї чи в межах Вашого місця проживання, з боку Вашого родича, колишнього чи теперішнього подружжя чи іншої особи, яка спільно проживає (або проживала) з Вами однією сім'єю, вчиняють або погрожують вчинити...

...побиття (у т. ч. ляпаси, стусани, штовхання, щипання, шмагання, кусання), а також незаконно позбавляють волі, наносять побої, здійснюють мордування, заподіюють тілесні ушкодження різного ступеня тяжкості, залишають в небезпеці, не надають допомогу, якщо Ви перебуваєте в небезпечному для життя стані, погрожують вбити чи вчиняють інші правопорушення насильницького характеру,
при цьому Ви: постійно маєте синці, поризи, переломи, втрачені зуби, сліди від укусів, незвичних опіків і т.п., відчуваєте агресію, страх до фізичної близькості тощо – щодо Вас вчиняється

ФІЗИЧНЕ НАСИЛЬСТВО

...будь-які дії сексуального характеру **БЕЗ** Вашої згоди або стосовно дитини незалежно від її згоди, або в присутності дитини, примушують до акту сексуального характеру з третьою особою, і т.п., у тому числі вчинені стосовно дитини або в її присутності (напр., розбещення, дитяча порнографія або проституція),
при цьому Ви: намагаєтеся уникати фізичних контактів, маєте висипи, синці, рани та ін. травми, відчуваєте біль при сечовипусканні / маєте нетримання сечі, ускладнення при ходьбі / сидінні або помічаєте те ж саме у дитини, відмічаєте, що вона знає терміни, не властиві для дітей, є надмірно піддатливою, має сліди укусів людиною тощо, це –

СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО

ДОМАШНЄ НАСИЛЬСТВО

...словесні образи, погрози, у тому числі щодо третіх осіб, приниження, переслідування, залякування, інші діяння, спрямовані на обмеження волевиявлення особи, контроль у репродуктивній сфері та ін.,
при цьому Ви: постійно побоюєтесь за свою безпеку чи безпеку третіх осіб, відчуваєте емоційну невпевненість, нездатність захистити себе або була завдана шкода психічному здоров'ю, то це –

ПСИХОЛОГІЧНЕ НАСИЛЬСТВО

... умисно позбавляють житла, їжі, одягу, іншого майна, коштів чи документів або можливості користуватися ними, залишають без догляду чи піклування, перешкоджають в отриманні необхідних послуг з лікування чи реабілітації, забороняють працювати / навчатися або, навпаки, примушують до праці чи вчиняють інші правопорушення економічного характеру,
при цьому Ви: страждаєте на безсоння, маєте хворий вигляд, неохайну зовнішність, у Вас не має їжі, чистого одягу, взуття та ін., це –

ЕКОНОМІЧНЕ НАСИЛЬСТВО

ЯК ДІЯТИ:

Якщо домашнє насильство виникло ВПЕРШЕ (зокрема, під час карантину):

1. **Не допускайте**, щоб Вас принижували, ображали, підвищували голос, показували знаки переваги, бо це може увійти у стійку звичку і Ви непомітно для себе перетворитеся у потенційну, а згодом і в реальну жертву.

2. Якщо **раптово** виникла конфліктна ситуація:
- уникайте приміщень, де є гострі та небезпечні предмети;
- тримайтеся ближче до виходу із приміщення, намагайтеся перебувати або потрапити у приміщення, з якого легко вийти;
- зніміть з шиї аксесуари чи прикраси;
- намагайтеся уникнути конфлікту або погасити його і т.п.

3. Максимально **зафіксуйте** прояви домашнього насильства: зробіть фото синців, саден та ін. травм, повідомлень з погрозами, медичних довідок, за можливості – запишіть розмови (у т.ч. телефонні) з погрозами і т.п.

4. **Повідомте у поліцію** про факт домашнього насильства, намагайтеся подати сигнал небезпеки сусідам, близьким людям чи друзям, якщо не можете викликати поліцію самостійно.

5. Якщо Вам завдано тілесних ушкоджень, обов'язково **зверніться по медичну допомогу** та повідомте лікаря про ситуацію, за якої їх було завдано.

6. **Повідомте своїх родичів**, близьких чи друзів про Ваш стан і подальші дії.

7. **Скористайтеся своїм правом** на отримання психологічної, медичної чи правової допомоги (у тому числі правом на адвоката від держави у разі відкриття кримінального провадження проти кривдника). Пам'ятайте, що у випадку вчинення щодо Вас домашнього насильства Ви маєте право на невідкладний захист.

8. За можливості **змініть свої контактні дані**: номер телефону, адресу електронної пошти, заблокуйте будь-яку можливість встановити Ваше місцезнаходження (вимкніть геолокацію в телефоні та ін. гаджетах), тимчасово припиніть користуватися соціальними мережами, а головне – у жодному разі не відображайте в них своє місцезнаходження, знищіть будь-яку підказку для кривдника про Ваше місцеперебування (видаліть емейли, повідомлення, сховайте блокноти, соціальну рекламу і т.п.).

Якщо домашнє насильство має СИСТЕМАТИЧНИЙ ХАРАКТЕР (зокрема, під час карантину):

1. У Вас **завжди повинен бути** продуманий **план**, як швидко покинути приміщення.

2. Забезпечте себе **копіями найважливіших документів** (паспорта, ідентифікаційного коду, свідоцтва про народження дитини і т.п.): сховайте їх або передайте родичам, друзям чи близьким людям. Найголовніше – щоб за нагоди Ви могли ними безперешкодно і швидко скористуватися.

3. **Завчасно підготуйте** речі першої необхідності, ліки, документи, ключі, гроші, запасний мобільний телефон, зарядні пристрої і т.п. Зберігайте їх у надійному і доступному для Вас місці або в особи, якій Ви довіряєте (сусідів, родичів, друзів та ін.).

4. Намагайтеся **уникати конфліктів**, не допускайте, щоб у сімейному конфлікті до Вас застосовували фізичне насильство, оскільки це завжди небезпечно для Вашого здоров'я і життя.

5. **Навчіть дітей** не втручатися у конфлікти дорослих, а у разі розгоряння такого конфлікту – викликати поліцію або дільничного офіцера. Обговоріть порядок дій людей похилого віку у разі виникнення конфлікту (вони повинні знати, як подати сигнал про небезпеку та викликати поліцію, як швидко залишити приміщення, як дістатися безпечного місця).

6. **Обговоріть** із сусідами, родичами, друзями чи іншими близькими особами **сигнали**, які свідчать про Ваше перебування у небезпеці, щоб вони знали та розуміли, коли Ви потребуєте допомоги, а також місце Вашого тимчасового перебування, якщо виникне необхідність покинути місце свого проживання.

7. **Сміливо викликайте поліцію**, не соромтеся звертатися на гарячі лінії зі своєю проблемою (дзвінки зі стаціонарних та мобільних номерів безкоштовні), до медичних закладів, громадських організацій та ін., адже домашнє насильство – це злочин, глибоко соціальна, а не індивідуальна проблема.

8. За можливості, **знайдіть контакти** центрів соціальних служб, мобільних бригад соціально-психологічної допомоги (зокрема, на сайті Міністерства соціальної політики), дізнайтеся контакти притулків, шелтерів (у поліції, за телефонами гарячих ліній і т.п.) та центрів безоплатної правової допомоги (на сайті Координаційного центру правової допомоги) у Вашому населеному пункті або не далеко від нього.

Якщо ви стали СВІДКОМ домашнього насильства,
обов'язково **відреагуйте**, не залишайтесь осторонь! Від цього може залежити життя потерпілої особи!

- ✓ Не розпитуйте деталей, не намагайтеся з'ясувати «причини» насильницької поведінки з боку кривдника. Це може викликати до Вас недовіру зі сторони потерпілої особи. Вислухайте потерпілу особу та підтримайте.

- ✓ Поговоріть особисто з потерпілою особою. Спокійно запитайте, чи потрібна їй будь-яка допомога і дайте їй зрозуміти, що вона може вам довіряти і будь-коли звернутися до Вас за допомогою.

- ✓ Придумайте "кодове" слово або сигнал на випадок розпалу домашнього насильства для жертви, якщо поряд із Вами проживає особа (особи), які постійно від нього потерпають.

- ✓ За необхідності, разом з потерпілою особою зателефонуйте до відповідних служб або на гарячу лінію.

- ✓ У разі загострення ситуації зверніться до поліції або інших правоохоронних органів, на гарячі лінії з попередження домашнього насильства. Не будьте осторонь! Допоможіть жертві домашнього насильства зробити перший крок щодо протидії її насильнику.

Тираж 2 000 прим.

КУДИ ЗВЕРТАТИСЬ:

102 Національна поліція

#ДійПротиНасильства (https://t.me/police_helpbot) – чат-бот Національної поліції у месенджері «Telegram»

15 47 урядова гаряча лінія з протидії торгівлі людьми, запобігання та протидії домашньому насильству (цілодобово, безкоштовно)

116-123 (з мобільного)
0800500335 (зі стаціонарного) Національна гаряча лінія із попередження домашнього насильства **«Ла Страда»** (цілодобово, безкоштовно, конфіденційно)

lastrada_ukraine

ГО «Ла Страда-Україна»

la-strada.org.ua

la-strada.org.ua

0 800 213 103 гаряча лінія Координаційного центру з надання правової допомоги (цілодобово, безкоштовно)

Non_Violence_Bot – чат-бот Координаційного центру з надання правової допомоги у месенджері «Telegram»

понеділок-четвер 09.00-18.00, п`ятниця 09.00-16.45

116-111 (з мобільного)
0800500225 (зі стаціонарного) – національна дитяча гаряча лінія

КОРИСНІ ВЕБ-РЕСУРСИ

msp.gov.ua Міністерство соціальної політики («Громадянам» / «Запобігання та протидія домашньому насильству та жорстокому поводженню з дітьми» / «Інші» / «Довідкові матеріали»)

legalaid.gov.ua Безоплатна правова допомога від Координаційного центру правової допомоги

itseems.tellme.com.ua Безкоштовна психологічна допомога постраждалим від домашнього насильства (платформа створена Інститутом когнітивного моделювання та БФ «Фонд Маша» Маші Єфросініної за підтримки Товариства Червоного Хреста України)

itseems.com.ua Анонімний онлайн-щоденник (платформа створена Інститутом когнітивного моделювання та БФ «Фонд Маша» Маші Єфросініної за підтримки Товариства Червоного Хреста України)

rozirvykolo.org веб-сайт для підтримки жертв домашнього насильства

STOP ABUSE UKRAINE – спільноти у «Viber» та «Telegram», створені для підтримки жертв домашнього насильства

—7—

негайно заявляйте до уповноважених органів про випадки агресії на ґрунті нозофобії, фіксуйте на комунікатори такі випадки;

—8—

ведіть активну роботу у соціальних мережах з метою прищеплення толерантного ставлення оточуючих до хворих, у тому чисоі з боку дітей та підлітків;

—9—

намагайтеся перейти на дистанційний режим роботи;

—10—

не вступайте у спір та суперечки на «інфекційну» тему з явно збудженими та агресивно налаштованими особами;

—11—

не будьте заручником інфодемії – не передавайте чутки, плітки, неперевірену інформацію іншим особам;

—12—

не закликайте оточуючих до «хрестових походів» проти хворих або осіб, які є нібито винними у ситуації, що склалася. Завжди пам'ятайте, що ситуація може негативно скластися для вас самих;

—13—

будьте ввічливими і толерантними один до одного!

Тираж 1 500 прим.

НДІ вивчення проблем злочинності імені академіка В. В. Сташиса

bona fides

НФДУ

ПАМ`ЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕННЯ

ЯК НЕ СТАТИ ЖЕРТВОЮ НАСИЛЬНИЦЬКОГО ЗЛОЧИНУ У ПЕРІОД ПАНДЕМІЇ ТА ЕПІДЕМІЇ

Пандемії та епідемії – серйозні випробування, що випадають на долю людини. У такі періоди до «традиційного» насильства може додатися ще й нозофобне (ковідофодне) насильство, мотивом застосування якого є ненависть до хворого.

Місця, де можна наразитися на «традиційне» насильство:

- вулиця, транспорт, громадські місця, пустощі, житло й інші приміщення та ін.

Прояви такого насильства:

- вуличні насильницькі грабежі і розбої, грабежі і розбої із проникненням у житло чи інше приміщення, побутові бійки, свари поза домівкою із застосуванням насильства та ін.

АЛЕ ПАМ'ЯТАЙТЕ: найчастіше зловмисник може чекати на свою жертву в під'їздах, ліфтах, на безлюдних вулицях у вечірній або нічний час

Корисні поради як не стати жертвою на вулиці

не цінить свій особистий час вище за власну безпеку, проходячи через малолюдні місця, щоб скоротити шлях додому, на роботу тощо	уникайте перебування на вулиці у нічний час, особливо в малолюдних місцях – темних провулках, дворах, парках, скверах тощо, та за необхідності користуйтеся таксі
не виходьте на вулицю в стані алкогольного сп'яніння	остерігайтеся незнайомців, що просять вас на вулиці скористатися вашим телефоном чи розміняти гроші. Можливо, це трюк, щоб дізнатися вміст вашого гаманця або вартість вашого телефону
намагайтеся у пізній час зустрічати чи проводжати своїх близьких або знайомих (особливо жінок, підлітків і людей похилого віку) до зупинок громадського транспорту	при знятті грошей з рахунку в банку або з банкомату будьте пильні – звертайте увагу на те, щоб за вами ніхто не стежив
ні в якому разі не перераховуйте ваші гроші на вулиці	ніколи не показуйте привселюдно, особливо в ресторанах, кафе та інших громадських місцях, що маєте при собі значну суму грошей

ДЕЯКІ КОРИСНІ ПОРАДИ, ЩОБ ЗБЕРЕГТИ ЖИТТЯ ТА ЗДОРОВ'Я...

–1–

суворе дотримання карантинних правил, установлених на час пандемії чи епідемії;

–2–

якщо ви захворіли, то не провокуйте оточуючих на агресивні дії, передчуваючи зберігайте спокій, не піддавайтеся на провокації та не підбурюйте інших на агресивні дії стосовно хворих або осіб, які, можливо, є передавачами інфекції;

–3–

без необхідності не перебувайте у громадських місцях, на транспорті тощо;

–4–

обмежте свій вихід із дому та пересування вулицями за допомогою громадського транспорту принаймні у час-пік;

–5–

дотримуйтеся інформаційної гігієни – читайте офіційні сайти з роз'ясненням природи хвороби, її передачі, заходів убезпечення та ін.;

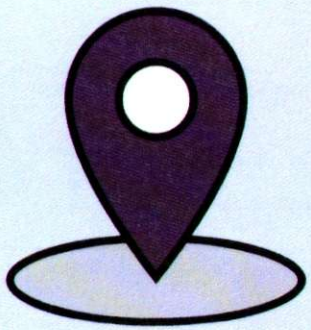
–6–

звертайтеся за психологічною допомогою, якщо відбуваєте тривогу, страх, напругу тощо;

НОЗОФОБНЕ (КОВІДОФОБНЕ) НАСИЛЬСТВО

Що це?

При нозофобії (ковідофобії) може виникнути обоюдогостра ситуація – ти чи то жертва, чи то насильник…. У підґрунті насильства знаходиться агресія до іншої людини, зумовлена очевидним або удаваним носійтвом хвороби.



Місця, де можна наразитися на нозофобне (ковідофобне) насильство:

громадський транспорт, громадські місця, заклади охорони здоров'я та соціальних служб, навчальні заклади та ін.

Прояви такого насильства:

виштовхування за межі установ, із салонів транспортних заходів та ін., побиття, різного роду тілесні ушкодження і навіть заподіяння смерті, булінг, мобінг та ін.

маючи при собі коштовні речі у вечірній і нічний час, намагайтеся користуватися особистим транспортом, щоб спокійно дібратися до пункту призначення

у вечірній і нічний час коштовну сумку чи таку, що привертає увагу, краще покласти у непримітний пакет. У такий час взагалі намагайтесь уникати сумок з ручками через плече або на довгому ремінці

ніколи не носіть в одній кишені, портмоне значну суму грошей. У випадку нападу може статися так, що ви "позбавитесь" лише певної частини коштів, залишивши при собі бодай щось

іноді можуть допомогти уникнути пограбування фрази на кшталт: "я тяжко хворий", "інфікований" "в мене СНІД, рак" тощо

якщо у вечірній або нічний час ви відчуваєте, що вас переслідують, і ви розумієте, що уникнути переслідувача не зможете, різко оберніться. Особа, яка розраховує завдати вам шкоду (як-от: вихватити сумку, телефон, зірвати ювелірні прикраси, одяг тощо), майже завжди розраховує на те, що жертва зможе побачити нападника лише зі спини і не роздивитися його. Однак якщо ви побачити обличчя зловмисника, це може змінити його наміри

якщо ви знаходитися у такому місці, де вас можуть почути люди, кричите, оскільки крик може викликати не лише збентеження злочинця, а й злякати його. Проте, якщо маєте справу з озброєним нападом та усвідомлюєте, що не зможете захистити себе і вам не прийдуть на допомогу, кричати не варто. Віддайте зловмиснику те, що він вимагає, та намагайтесь запам'ятати його зовнішність

Корисні поради, як не стати жертвою грабежу чи розбою на транспорті, у тому числі в легковому автомобілі

1. не підвозьте незнайомих у темний час доби, особливо, коли їх кілька;
2. якщо все ж таки вирішили підвезти незнайому людину, пропонуйте їй сісти на місце поряд з водієм;
3. відразу оговорюйте маршрут, не підвозьте людину в малознайомі для вас райони;
4. під час руху зателефонуйте або зробіть вигляд, що телефонуєте комусь із близьких, і повідомите абоненту, як би між іншим, куди ви прямуєте і коли збираєтеся бути вдома або де-небудь ще;
5. якщо ви є пасажиром, не підсідайте до незнайомих в автомобіль, коли там вже є інші люди;
6. намагайтеся їздити в громадському транспорті з іншими пасажирами, уникаючи поїздок у пізній час у пустих вагонах, салонах громадського транспорту;
7. не засинайте у поїздах, якщо ваші супутники викликали у вас підозру;
8. не залишайте двері у купе відчиненими та нагадуйте про це іншим пасажирам;
9. якщо ви маєте при собі значну суму грошей і помітили, що ваш автомобіль переслідують, змініть свій маршрут, швидкість руху, робіть зайві об'їзди доти або під'їжджайте прямо до поліції. При цьому спробуйте запам'ятати марку, колір, номер, індивідуальні прикмети та ін. автомобіля.

Корисні поради, як не стати жертвою грабежу чи розбою в своєму житлі

- ✓ не відчиняйте двері, не спитавши, хто знаходиться за дверима;
- ✓ облаштуйте двері вічком широкого огляду;
- ✓ облаштуйте домівку сигналізацією, що спрацьовує на вхід до приміщення, коли господарі вдома;
- ✓ за будь-яких обставин не залишайте двері у житло відкритими, навіть якщо маєте ще й тамбурні двері;
- ✓ не відчиняйте незнайомим, які представилися працівниками правоохоронних органів, лікувальних установ, комунальних служб, не спитавши про відповідні документи;
- ✓ домовляйтеся про відвідування будь-ким вашої оселі заздалегідь;
- ✓ проводьте з дітьми відповідну роботу щодо неприпустимості відчиняти двері за відсутності дорослих;
- ✓ не провокуйте зловмисників елементарними запірними пристроями на вхідних дверях вашого житла;
- ✓ не забувайте про грати на вікнах, якщо ваше житло розташоване на перших поверхах будівлі;
- ✓ якщо є можливість, запровадьте систему охорони під'їздів, чергування в них тощо;
- ✓ не розповідайте стороннім особам про свій матеріальний статок;
- ✓ цінні речи зберігайте не вдома, а, наприклад, у банківських установах;
- ✓ у випадках загублення ключів від оселі, відразу міняйте замки та укріплюйте вхідні двері;
- ✓ не залишайте ключі у легкодоступних місцях, наприклад, під килимками у входу, у поштових скриньках тощо;
- ✓ налагоджуйте стосунки із сусідами, які мешкають з вами на одному поверху, в одному під'їзді.