

*Что делать, если вы подверглись  
физическому насилию!*

**Самое главное в подобных  
случаях — это время. За 1-3  
дня нужно выполнить все  
пункты, а также собрать как  
можно больше доказательств  
вины обидчика.**



## Шаг первый

Как можно скорее вызвать полицию. Если рядом с обидчиком находится небезопасно, нужно покинуть помещение, самостоятельно прийти в полицию или медицинское учреждение (в зависимости от самочувствия).

Если вам резко стало плохо, нужно вызвать скорую помощь. Если вас не госпитализировали, надо обязательно продолжить лечение амбулаторно.

## Шаг второй

Позвонить друзьям, родственникам, людям, которые могут оказать вам помощь, сообщить им о случившемся и попросить о помощи — сопроводить в полицию, предоставить временное жилье. В дальнейшем эти люди могут выступить свидетелями по вашему делу.



## Шаг третий

Если самочувствие не критичное, нужно обратиться в травматологический пункт, либо в ближайшую поликлинику или больницу.

При обращении в медицинское учреждение надо обязательно рассказать медикам обо всех травмах — перечислить участки тела, по которым били, и

показать все повреждения (гематомы, покраснения, припухлости, отеки, царапины и так далее).



## Шаг четвёртый



Обязательно получить справку о том, что вы обращались в медицинское учреждение по поводу телесных повреждений. В ней должна быть указаны номер карты, дата обращения, ФИО. врача (разборчиво), а также должен стоять штамп учреждения.

## Шаг пятый



Если есть возможность, сфотографировать повреждение в присутствии одного-двух свидетелей. Записать с помощью какого технического средства сделана фотография, а также дату, время, место съемки, Ф.И.О. и адреса этих свидетелей.



## Шаг шестой

Написать заявление с просьбой возбудить уголовное дело в отношении обидчика. Его можно подать в отделении полиции, либо через сотрудника, который приехал по вашему отзыву. Вы можете заполнить и сохранить заявление для подачи в полицию.

[https://nasiliu.net/polina-apps/light\\_harm.html](https://nasiliu.net/polina-apps/light_harm.html)