

# ПАМЯТКА - АНТИ-НАСИЛИЕ



## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВАС ХОТЯТ ИЗНАСИЛОВАТЬ?

### 1. НАРУШЬ ПЛАН НАСИЛЬНИКА



- Носи многослойную одежду
- Застегивай все пуговицы
- Позвони близким и громко сообщи о своем нахождении

### 2. БЕГИ



- Всегда знай, где выход
- Оставь вещи

### 3. ВСЕГДА НОСИ С СОБОЙ



- Фонарик со стробирующим эффектом
- Перцовый баллончик

### 4. БОРИСЬ



- Используйте подручные предметы
- Держите их в кулаке, чтобы сразу ударить

### 5. КУДА БИТЬ?



- Ключица
- Нос
- Висок
- Глаз



**ПОЗВОНИТЕ 112**  
КОГДА ЭТО БЕЗОПАСНО