



ΟΔΗΓΟΣ ΠΡΟΛΗΨΗΣ ΚΑΙ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗΣ ΕΠΙΘΕΤΙΚΗΣ ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑΣ

Επιμέλεια
Καραγιαννίδης Νικόλαος, Μ.Σ.C.
Αστυνόμος Α' ε.α.



Ε.Π.
ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΗ
ΜΕΤΑΡΡΥΘΜΙΣΗ
ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΕΣΩΤΕΡΙΚΩΝ



ΓΕΝΙΚΗ ΓΡΑΜΜΑΤΕΙΑ
ΙΣΟΤΗΤΑΣ ΤΩΝ ΦΥΛΩΝ

ΕΣΠΑ
2007-2013
ΕΥΡΩΠΑΪΚΟ ΚΟΙΝΩΝΙΚΟ ΤΑΜΕΙΟ

Τι είναι η βία; (ορισμός)

Οι πράξεις ή τα αποτελέσματα συνεχιζόμενης, επιθετικής συμπεριφοράς που στοχεύει στο να προξενήσει κακό (σωματικό ή ψυχικό) σε κάποιον άλλο.

- Η βία είναι μέρος της ζωής, δεν μπορείς να προσποιηθείς ότι δεν υπάρχει.
- Η ζωή μερικές φορές είναι δυσάρεστη. Η ζωή είναι διαδικασία, κάθε εμπειρία μας δίνει μάθημα, πορέψου θαρραλέα, έτσι είναι η ζωή κάποτε είναι καλή μαζί μας και κάποτε όχι.
- Η δράση είναι ο δρόμος προς την αυτοεκτίμηση

Το μεγαλύτερο **πλεονέκτημα** του δράστη οποιασδήποτε βίαιης πράξης, είναι ο **αιφνιδιασμός** ο οποίος οδηγεί σε μηδενισμό της απόστασης. Αυτή η βασικότερη αρχή ισχύει και στις ληστείες που συμβαίνουν στο δρόμο. Συνήθως το θύμα αιφνιδιάζεται με αποτέλεσμα να μην αντιδρά, ιδιαίτερα όταν ο δράστης είναι οπλισμένος.

Οι εγκληματίες δρουν συνήθως με δυο τρόπους:

- 1) Αρχίζουν να παρενοχλούν, λεκτικά ή μη λεκτικά με κινήσεις «τσεκάροντας» τις

αντιδράσεις. Αν δουν ότι τους «παίρνει» συνεχίζουν.

- 2) Επιτίθενται εντελώς αιφνιδιαστικά, χωρίς να δώσουν κανένα απολύτως σημάδι.

Και στις δυο περιπτώσεις, αλλά ιδιαίτερα στη δεύτερη, η οποία είναι πιο επικίνδυνη διότι συμβαίνει εντελώς απρόσμενα, επιβάλλεται το άτομο να βρίσκεται σε εγρήγορση ώστε να μειωθεί το σοκ που θα μειώσει τις πιθανότητες της οποιασδήποτε αντίδρασής.

A. Η αποφυγή είναι καλύτερη από την καταστολή - Μέτρα πρόληψης.

1. Να είστε πάντα σε εγρήγορση. Εμπιστεύεστε το ένστικτό σας και την φωνή της λογικής.
2. Αποφεύγετε να βρίσκεστε μόνες/μόνοι σε απομονωμένα και κακόφημα μέρη ή να περπατάτε αργά το βράδυ. Μη φοράτε ακουστικά (μουσική) όταν βαδίζετε. Περιορίζουν την δυνατότητα να αντιληφθείτε εγκαίρως μια επίθεση που εκδηλώνεται πίσω σας.

3. Αποφεύγετε να βρίσκεστε σε απομονωμένα μέρη ή να κλείνετε ραντεβού σε σπίτια ατόμων τα οποία δεν τα γνωρίζετε καλά. Αν χρειαστεί να κάνετε κάτι τέτοιο φροντίστε να ενημερώνετε κάποια φίλη σχετικά με το που είστε, ενώ καλά θα κάνετε να αναφέρετε με τρόπο ότι και κάποιος άλλος γνωρίζει το που είστε (πχ πες «ήρθα εύκολα επειδή με έφερε μια φίλη μου που μένει εδώ κοντά»).
4. Αποφεύγετε να βρίσκεστε σε απομονωμένα μέρη, **ακόμα και αν συνοδεύεστε από άτομο που γνωρίζετε καλά.** Το γεγονός ότι συνοδεύεστε, δεν σημαίνει ότι ο άνδρας ή φίλη που βρίσκεται δίπλα σας, μπορεί να σας σώσει από μια ομάδα πολυάριθμων, οπλισμένων και μη εγκληματιών. **Το πιο πιθανό είναι να μην αντιδράσει καν.**
5. Προσέχετε το ποτό ή το φαγητό σας όταν βγαίνετε έξω. Όταν βγαίνετε με αγόρι ή παρέα που δεν γνωρίζετε καλά, προσπαθήστε να μη πιείτε πολύ. Το αλκοόλ μειώνει τις αναστολές σας και την δυνατότητα να αντισταθείτε δυναμικά. Ένα μεγάλο ποσοστό βιασμών, παρατηρείται μετά από κατανάλωση αλκοολούχων ποτών.

6. Μην απομονώνεστε στις πίσω θέσεις των λεωφορείων, προτιμήστε να κάθεστε κοντά στον οδηγό. Αν και δεν μπορεί να πραγματοποιηθεί βιασμός μέσα σε λεωφορείο, μπορεί να ξεκινήσει σαν σεξουαλική παρενόχληση με σκοπό ο δράστης να σας «τσεκάρει» και να κατέβει στην ίδια στάση για ευνόητους λόγους. Επιδιώκετε την ανθρώπινη παρουσία.
7. Αποφεύγετε τους σκοτεινούς δρόμους. Πολλοί δράστες συνήθως γνωρίζουν τα υποψήφια θύματά τους έστω και φυσιογνωμικά και πιθανώς να τα έχουν στοχοποιήσει. Φροντίστε να υπάρχει έντονη ανθρώπινη παρουσία, ιδιαίτερα το βράδυ (αστυνομικό τμήμα, φαρμακείο που διανυκτερεύει, παρκινγκ ή γκαράζ με φύλακα, περίπτερο, ψιλικατζίδικο, εστιατόριο κτλ.). Όλα τα προηγούμενα μπορεί να σας σώσουν εάν αντιληφθείτε εγκαίρως τον κίνδυνο και αναζητήσετε εκεί βοήθεια.
8. Τους καλοκαιρινούς μήνες προσέχετε ιδιαίτερα την εμφάνιση σας. Δεν χρειάζεται να φοράτε ότι πιο προκλητικό έχετε στη ντουλάπα σας. Μην ξεχνάτε ότι μπορεί να έχετε το δικαίωμα να φοράτε ότι θέλετε, αλλά προέχει η ασφάλειά σας.

9. Όταν πρόκειται να κάνετε ανάληψη από ATM, ελέγξτε προσεκτικά γύρω σας πριν καν πλησιάσετε το μηχάνημα και κατά την διάρκεια της ανάληψης ρίχτετε γρήγορες ματιές με την περιφερειακή σας όραση.

Χρησιμοποιήστε μόνο μηχανήματα σε πολυσύχναστους χώρους

Αν χάσετε ή σας κλέψουν την κάρτα μπορεί να δεχτείτε τηλεφώνημα από την τράπεζα σε επίσημο τόνο και να σας ζητάνε το PIN, μην το δώσετε και απευθυνθείτε στην Αστυνομία.

10. Αν σας πλησιάσει κάποιος ή κάποιοι με πολιτικά ρούχα και δηλώσουν Αστυνομικοί ειδικά χωρίς να δείξουν την υπηρεσιακή τους ταυτότητα, η οποία έχει το μέγεθος πιστωτικής κάρτας και γράφει POLICE με την φωτογραφία του κατόχου, να είστε επιφυλακτικές, ειδικά εάν ξέρετε ότι δεν κάνατε κάτι κακό. Ζητήστε να σας δείξουν την ταυτότητά τους και εάν οι ερωτήσεις τους δεν αφορούν προσωπικά δεδομένα απαντήσετε, εάν έχετε αμφιβολίες ζητήστε να έρθει περιπολικό με ένστολους.

Αν θέλουν να σας βάλουν μέσα στο όχημα και θέλουν να σας μεταφέρουν και έχετε αμφιβολίες, ζητήστε να έρθει έγχρωμο

περιπολικό με ένστολους για να συμμορφωθείτε, ειδάλλως μην ακολουθήσετε και ξεκινήσετε να φωνάζετε με ένταση, βοήθεια.

Αν έχετε μπει και αντιλαμβάνεστε ότι δεν είναι αστυνομικοί, τότε επιτεθείτε στον οδηγό για να βγει εκτός πορείας, βάζοντας τα δάχτυλά σας στα μάτια του. Μετά θα είναι χειρότερα.

Αν οδηγείτε προσεκτικά και σας πλησιάσει αυτοκίνητο χωρίς διακριτικά και σας κάνει σήμα να σταματήσετε μην το κάνετε. Ακόμα και εάν δείτε μπλε φάρο μην σταματήσετε, όλοι μπορούν αγοράσουν έναν.

Εάν έχετε την δυνατότητα επικοινωνήσετε με το «100» και αναφέρετε εν κινήσει το γεγονός, αναφέροντας το όνομά σας, και την θέση που βρίσκεστε, ειδάλλως πηγαίνετε σε ένα πολυσύχναστο σημείο και σταματήσετε.

Εάν πρέπει να σταματήσετε, κλειδώστε τις πόρτες, μην βγάζετε ταχύτητα και ζητήστε να δείτε ταυτότητα, εάν και πάλι νιώθετε ότι κινδυνεύετε καλέστε το «100» επιδεικτικά εάν δεν το έχετε κάνει ήδη.

Εάν πάλι έχετε πρόβλημα αφήστε τον συμπλέκτη και φύγετε γρήγορα για το πλησιέστερο αστυνομικό τμήμα.

- 11.** Αν ένας τσαντάκιας αρπάξει την τσάντα σας, απλά αφήστε την.

Σε πολλές περιπτώσεις υπάρχει συνεργός, ένας σας απασχολεί (ώρα, οδός) και ένας σας παίρνει την τσάντα.

Εάν θέλετε να δώσετε ελεημοσύνη μην βγάζετε πορτοφόλι, βγάλτε ψιλά από την τσέπη εάν έχετε.

Αν σας σταματήσουν για να σας ληστέψουν κι σας ζητούν χρήματα, δώστε όλη την τσάντα, εάν παραβιάσουν τον προσωπικό σας χώρο, επιτεθείτε, χτυπήστε δυνατά και γρήγορα στα ευαίσθητα σημεία και τρέξτε, επίσης γρήγορα.

- 12.** Επιστρέφοντας στο σπίτι παίρνουμε ταξί από πιάτσα ή καλούμε στο ραδιοταξί καθόμαστε πίσω από τον οδηγό και πριν μπούμε τσεκάρουμε τον αριθμό της «κουκούλας»

Ελέγξτε πριν μπειτε. Αν νομίζετε ότι σας ακολουθούν, κάντε κύκλους για να σιγουρευτείτε.

Ελέγξτε πριν ανοίξετε την πόρτα του σπιτιού, ή της εισόδου της πολυκατοικίας.

Βάλτε φώτα εξωτερικού χώρου.

Μην ανοίγετε σε τεχνικούς που δεν έχετε καλέσει και δεν ξέρετε.

Εάν πάτε σπίτι και είναι μισάνοιχτα ή παραβιασμένα, απομακρυνθείτε και καλέστε το «100».

Εάν κοιμάστε και αντιληφθείτε ότι κάποιος μπήκε στο σπίτι, κλειδώστε την κρεβατοκάμαρα και πάρτε τηλέφωνο το «100» από κινητό σας.

B. Άσκηση Βίας που ξεκινά σαν παρενόχληση και αντιμετώπιση της.

Είναι πολύ πιθανό ο υποψήφιος δράστης να πλησιάσει απευθείας για να τσεκάρει τις αντιδράσεις. Αν διαπιστώσει φόβο ή διστακτικότητα εκ μέρους σας ίσως πάρει θάρρος.

Αν λοιπόν καθίσει υπερβολικά κοντά σας (πχ σε μια ερημική στάση λεωφορείου και ενώ έχει χώρο να σταθεί πιο πέρα είτε στο κάθισμα είτε όρθιος), πείτε αρκετά δυνατά και αυστηρά, ότι ενοχλεί, δίνοντας

του να καταλάβει ότι βρίσκεται πολύ κοντά και απομακρυνθείτε λίγα βήματα χωρίς να δείξετε φόβο.

Αν είναι "πρωτάρης" ίσως απολογηθεί και πιθανότατα φύγει, εγκαταλείποντας τον τόπο. Καλού κακού όμως έχετε το νου σας.

Αν δεν φύγει, σας αγνοήσει και εξακολουθεί να βρίσκεται δίπλα σας πείτε πιο έντονα και αυστηρά, είσαι πολύ κοντά μου και ενοχλείς. Εάν έχετε την δυνατότητα πάρτε το «100», δηλώστε την θέση σας, το όνομά σας και περιγραφή του δράστη.

Σε αυτό το σημείο θα πρέπει η προσοχή σας να είναι πολύ τεταμένη. Πιθανότατα θα σας απαντήσει με άσχημο τρόπο άρα να είστε έτοιμες να ακούσετε τα χειρότερα (ειρωνείες, βωμολοχίες που αφορούν το άτομο σας κτλ.).

Διατηρείτε συνεχώς την απόσταση ασφαλείας (2-3 μέτρα τουλάχιστον).

Τώρα αν μετά από 2 συστάσεις ο τύπος εξακολουθεί να βρίσκεται δίπλα σας αδιαφορώντας, βρίζοντας ή κάνοντας διάφορα σχόλια, αυτή είναι και η τελευταία σύσταση: ΣΤΑΜΑΤΑ, ΦΥΓΕ ΜΑΚΡΙΑ! (αυστηρά και δυνατά), προτείνοντας ταυτόχρονα τα χέρια σας, σαν να του λέτε STOP!

Εξακολουθείτε να διατηρείτε την απόσταση ασφαλείας...

Μην μπίτε στη διαδικασία να του κάνετε ερωτήσεις του στυλ, «έχεις πρόβλημα;» ή «θα μπορούσα να σας βοηθήσω;» Το τελευταίο πράγμα που χρειάζεστε, είναι μια απάντηση...

Παραμείνετε ψύχραιμη και αυστηρή διατηρώντας απόσταση.

ΣΤΑΜΑΤΑ, ΦΥΓΕ ΜΑΚΡΙΑ! Αυτό και μόνο. Απλά και κατανοητά.

Αυτό λογικά, θα είναι το τέλος της λεκτικής αντιπαράθεσης.

Όπως έγραψα και παραπάνω, οι περισσότεροι εξ αυτών είναι δειλοί, οπότε οι αυστηρές συστάσεις εκ μέρους σας είναι αρκετές για να ματαιώσουν τα σχέδια τους. Φωνάζοντας τον έχετε στοχοποιήσει και του έχετε αποδείξει ότι δεν αξίζει τον κόπο να σας επιλέξει ως θύμα. Οι στατιστικές δείχνουν ότι οι περισσότεροι βιαστές αυτής της κατηγορίας, απογοητεύονται σχετικά εύκολα.

Γ. Προετοιμασία για συμπλοκή

Αν παρόλα αυτά ο δράστης δείχνει να μην καταλαβαίνει, πιθανότατα θα επιτεθεί.

Σε τέτοιες περιπτώσεις συνήθως επιχειρούν να έρθουν κοντά εκμηδενίζοντας την απόσταση. Συχνά προσπαθούν να πιάσουν τους καρπούς των χεριών, επιχειρώντας παράλληλα να χτυπήσουν στο πρόσωπο, με το ελεύθερο τους χέρι ή επιχειρούν να βγάλουν κάποιο όπλο απ' την τσέπη τους, συνήθως μαχαίρι.

Απ' τη στιγμή που θα τον δείτε να έρχεται απειλητικά κατά πάνω σας, οι συστάσεις και το τρέξιμο είναι άσκοπο εάν έχει ήδη πλησιάσει αρκετά στα 2-3 μέτρα.

ΠΡΟΣΟΧΗ μην τρέξετε γιατί ήδη βρίσκετε υπερβολικά κοντά και αν το επιχειρήσετε το μόνο που θα καταφέρετε είναι να τον χάσετε απ' τα μάτια σας χαρίζοντας του ένα μεγάλο πλεονέκτημα.

ΜΗΝ ΤΟΥ ΓΥΡΝΑΤΕ ΤΗΝ ΠΛΑΤΗ διότι μπορεί:

- α) να σας σπρώξει και να πέσετε κάτω
- β) να εφαρμόσει λαβή πνιγμού από πίσω
- γ) να εφαρμόσει λαβή εναγκαλισμού

δ) να σας πιάσει απ τα μαλλιά και να σας τραβήξει προς τα πίσω

ε) να σας κλείσει το στόμα και να τοποθετήσει το μαχαίρι στο λαιμό σας.

Από το σημείο αυτό και μετά, σας απομένει μόνο η φωνή σας και η νόμιμη άμυνα που επιβάλλεται να ασκήσετε εναντίον του.

Δ. ΚΑΤΑΣΤΟΛΗ - Εμπλοκή

Σε περίπτωση που όλα τα παραπάνω δεν φέρουν αποτέλεσμα τότε περνάτε στο επίπεδο της καταστολής-εμπλοκής. Τώρα τα περιθώρια φυγής και συστάσεων δεν έχουν νόημα, απομένει μόνο η νόμιμη άμυνα που μπορείτε να ασκήσετε εναντίον του και πιθανόν να υπάρχουν ακόμα περιθώρια να αντιμετωπιστεί η κατάσταση με δυνατές φωνές.

Απ' τη στιγμή που ο δράστης ετοιμάζεται να επιτεθεί δεν υπάρχουν πολλές επιλογές. Η αντίσταση είναι μονόδρομος ιδιαίτερα όταν ο δράστης είναι άοπλος.

Το πρώτο πράγμα που πρέπει να κάνετε είναι, αν μπορείτε να μετακινηθείτε, να τοποθετήσετε μεταξύ του δικού σας σώματος και του δράστη ένα εμπόδιο.

Αντιδράστε όσο πιο γρήγορα μπορείτε. Μη χάνετε ευκαιρία.

1) Τραβήξτε την προσοχή του κόσμου φωνάζοντας.

Αν ο δράστης ετοιμάζεται να επιτεθεί ή σας έχει αρπάξει, ΦΩΝΑΞΤΕ! Όχι απλά δυνατά, αλλά... ΠΟΛΥ ΔΥΝΑΤΑ!

Όσο πιο πολύ θόρυβο κάνετε, τόσο το καλύτερο.

Ο μεγαλύτερος φόβος ενός εγκληματία είναι να αναγνωριστεί και να πιαστεί. Ένας τρόπος λοιπόν για να ματαιωθούν τα σχέδια του είναι να τραβήξετε την προσοχή όσο το δυνατόν περισσότερων ανθρώπων.

Θυμηθείτε: φως, άνθρωποι και θόρυβος είναι οι καλύτεροί σας σύμμαχοι, απέναντι στους δικούς του (σκοτάδι, απουσία ανθρώπων, ησυχία).

Φωνάξτε: ΦΩΤΙΑ! ΦΩΤΙΑ! ΔΥΝΑΤΑ και όσες ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΕΣ φορές μπορείτε!

Ο λόγος που δεν φωνάζουμε βοήθεια, είναι γιατί οι περισσότεροι άνθρωποι όταν ακούν τη λέξη βοήθεια, φοβούνται ή αδιαφορούν. Η λέξη «βοήθεια» μεταφράζεται στο μυαλό τους ως: «ωχ, κάποιος έχει πρόβλημα ας μη πάω προς τα εκεί γιατί μπορεί να μπλέξω κι εγώ».

Η λέξη «φωτιά» όμως, προκαλεί περιέργεια αλλά και φόβο για την ατομική τους ασφάλεια και περιουσία, με αποτέλεσμα να σπεύσουν άτομα για να διαπιστώσουν τι γίνεται.

Η λέξη «φωτιά» μεταφράζεται ως: «για να δω τι γίνεται, τι καίγεται;» ή ακόμα καλύτερα «μήπως καίγεται το αυτοκίνητο μου-μηχανή μου;» «μήπως η φωτιά είναι κοντά στο σπίτι μου και άρα κινδυνεύω και εγώ;».

ΦΩΝΑΞΤΕ ΦΩΤΙΑ!

2) Τοποθετήστε ένα εμπόδιο μεταξύ εσάς και του δράστη.

Εάν υπάρχουν τα περιθώρια να μετακίνησης πίσω απ' ένα εμπόδιο κάντε το. Πηγαίνετε πίσω από ένα

αυτοκίνητο, κάδο απορριμμάτων ή οποιοδήποτε εμπόδιο ώστε ο δράστης να μη μπορεί να σας φτάσει!

Αν είστε μέσα σε αυτοκίνητο παραμείνετε μέσα, κλειδώστε τις πόρτες βάλτε μπροστά και φύγετε προς οπουδήποτε, εάν δεν οδηγάτε απλά πατήστε την κόρνα συνεχόμενα.

Συνεχίστε να φωνάζετε φωτιά δυνατά. Όσο πιο πολύ χρόνο κερδίζετε, τόσο πιο πολύ αυξάνουν οι πιθανότητες να σωθείτε, καθώς ο δράστης χάνει τα περισσότερα πλεονεκτήματα του (ησυχία και απουσία ανθρώπων).

Πολύ σημαντικό, επειδή θα φωνάζετε, το πιο πιθανό είναι ότι θα προσπαθήσει να σας πείσει να ησυχάσετε διότι οι φωνές, ματαιώνουν τα σχέδια του.

Το πιο πιθανό που θα ακούσετε είναι, «σκάσε γιατί θα σε σκοτώσω, θα σε σφάξω» και διάφορα τέτοια. Ο λόγος είναι απλός, θέλει να σταματήσετε να φωνάζετε.

Πρέπει να γνωρίζετε ότι κατά 90% ένας δράστης που δεν πτοείται, θα σας ζητήσει να σταματήσετε να

φωνάζετε. Ακόμη και αν είναι οπλισμένος μην το κάνετε.

Οι περισσότεροι βιαστές δεν είναι δολοφόνοι και θα προτιμήσουν χίλιες φορές να φύγουν, απ' το να σκοτώσουν. Το κίνητρο τους είναι η βίαιη σεξουαλική υποταγή και όχι ο φόνος.

Συνεχίστε λοιπόν να φωνάζετε και ποτέ μα ποτέ δεν πρέπει να προσπαθείτε να τον «λογικεύσετε».

Σηκώστε ψηλά το κεφάλι σας και κοιτάξτε τον μέσα στα μάτια. Δώστε του να καταλάβει ότι σήμερα δεν είναι η τυχερή του μέρα. **ΦΩΝΑΞΤΕ**, μπειτε πίσω απ' ένα ΕΜΠΟΔΙΟ...

Αν την στιγμή που φωνάζετε αντιληφθείτε ανθρώπινη παρουσία, συνεχίστε πιο δυνατά ενώ στρεφόμενη προς τα κει φωνάξτε, «πάρτε την Αστυνομία τηλέφωνο».

Αν δείτε άτομα να στέκονται και να παρακολουθούν από μακριά ή απ' τα μπαλκόνια τους ή απ' οπουδήποτε ενώ έχετε φωνάξει: “πάρτε την αστυνομία” θα τον δείτε πιθανόν διστακτικό, καθώς αρχίζει να αναρωτιέται μήπως έχει αρχίζει να κινδυνεύει.

ΤΩΡΑ ΕΙΝΑΙ Η ΕΥΚΑΙΡΙΑ!

Αν διαθέτετε κάποιο αντικείμενο και είναι εφικτό, χρησιμοποιήστε το σαν μέσο άμυνας. Επιβάλλεται! Βγάλτε τα κλειδιά του σπιτιού σας και βάλτε τα ανάμεσα στα δύο δάκτυλα σαν όπλο σε περίπτωση επίθεσης. Χρήσιμη σε μια τέτοια περίπτωση είναι και η ομπρέλα ή και ένα στυλό ή μια πέτρα ή ένα κομμάτι ξύλο ότι οτιδήποτε έχετε διαθέσιμο.

Προσοχή! Αμυνόμαστε με σκοπό να ελευθερωθούμε και να φύγουμε και δεν χάνουμε χρόνο με εκδίκηση. Προέχει το να απομακρυνθούμε! Χτυπάμε γρήγορα και δυνατά και μόνο στα ευάλωτα σημεία, πρόσωπο, λαιμό, γεννητικά όργανα.

Έχετε κατά νου ότι:

- i. Ο επιτιθέμενος εγκληματίας (όσον αφορά τουλάχιστον τους βιαστές), θα είναι ισχυρότερος, πιο εύσωμος, έμπειρος και πιθανότατα οπλισμένος.
- ii. Ο επιτιθέμενος εγκληματίας, ΔΕΝ θα δείξει έλεος.

- iii. Ο επιτιθέμενος εγκληματίας, παραβιάζει το νόμο.
- iv. Ο επιτιθέμενος εγκληματίας θα προσπαθήσει να σας χτυπήσει με όλη του τη δύναμη.

Λαμβάνοντας υπ' όψη τα παραπάνω, είναι τουλάχιστον ανούσιο να μη χρησιμοποιήσετε κάποιο αντικείμενο σαν μέσο άμυνας, αν το έχετε πάνω σας.

Σε ρεαλιστικές συνθήκες μάχης, αυτό που προέχει είναι να επιβιώσετε.

Αν ο δράστης είναι άοπλος, θα προσπαθήσει να σας χτυπήσει οπότε δεν έχει νόημα να μην αντισταθείτε.

Μην διαπραγματεύεστε μαζί του (εκτός αν η κατάσταση είναι εξαιρετικά δραματική), μην αρχίσετε να κλαίτε και να τον παρακαλάτε διότι αυτό ΔΕΝ θα τον αποτρέψει, το ακριβώς αντίθετο θα συμβεί εκτός και μόνον εάν θέλετε να τον κάνετε να πιστέψει ότι σας κατέβαλε, μέχρι να βρείτε την ευκαιρία να επιτεθείτε.

3) Εάν κάποια στιγμή ανακτήσετε πλεονέκτημα απόστασης και μπορέσετε να διαφύγετε, μετακινηθείτε σε κάποια περιοχή με όσο το δυνατόν περισσότερα φώτα.

4) Αν υπάρχει εκεί κοντά κάποια Τράπεζα ή κάποιος δημόσιος Οργανισμός κατευθυνθείτε προς τα εκεί, επειδή είναι πιθανότατο να υπάρχει κάμερα ασφαλείας η παρουσία της οποίας θα αποθαρρύνει τον δράστη.

Ε. Μετά το περιστατικό:

- Καταγγέλλουμε την επίθεση στην αστυνομία και επιμένουμε να καταγραφεί ως περιστατικό βίας.
- Ζητάμε αντίγραφο της καταγραφής του περιστατικού από το βιβλίο συμβάντων.
- Αν υπάρχουν πληγές-τραύματα πηγαίνουμε στο νοσοκομείο και ζητάμε εξέταση από ιατροδικαστή επιμένοντας να συνταχθεί αντίστοιχη έκθεση.
- Επικοινωνούμε με το BIASTOP και ενημερώνουμε

για το περιστατικό στο 2510-211103 ή στέλνουμε e-mail στο info@viastop.gr.

Καλώντας σε αυτό το νούμερο μπορούμε να ζητήσουμε άτομα της ομάδας υποστήριξης να μας συνοδεύσουν στην αστυνομία ή στο νοσοκομείο.

ΚΛΕΙΝΟΝΤΑΣ

- Μην αντιστέκεστε σε μια απλή ληστεία. Να αντιστέκεστε σε μια απαγωγή με όλες σας τις δυνάμεις.
- Μην θεωρείτε μια σύγκρουση ως προσωπική πρόκληση. Αποφύγετε τις αντιπαραθέσεις με κάθε τρόπο. Πρώτα τρέξτε μακριά. Παλέψτε μόνο όταν δεν έχετε καμιά επιλογή.
- Να είστε φιλειρηνικός πολεμιστής. Η αφάνεια είναι η καλύτερη ασφάλεια
- Με την ελπίδα όλα τα παραπάνω να παραμείνουν άχρηστες συμβουλές.

Να ενεργείς σαν να είναι αδύνατο να αποτύχεις.

Φρήντριχ Νίτσε – [1844-1900] – Γερμανός φιλόσοφος