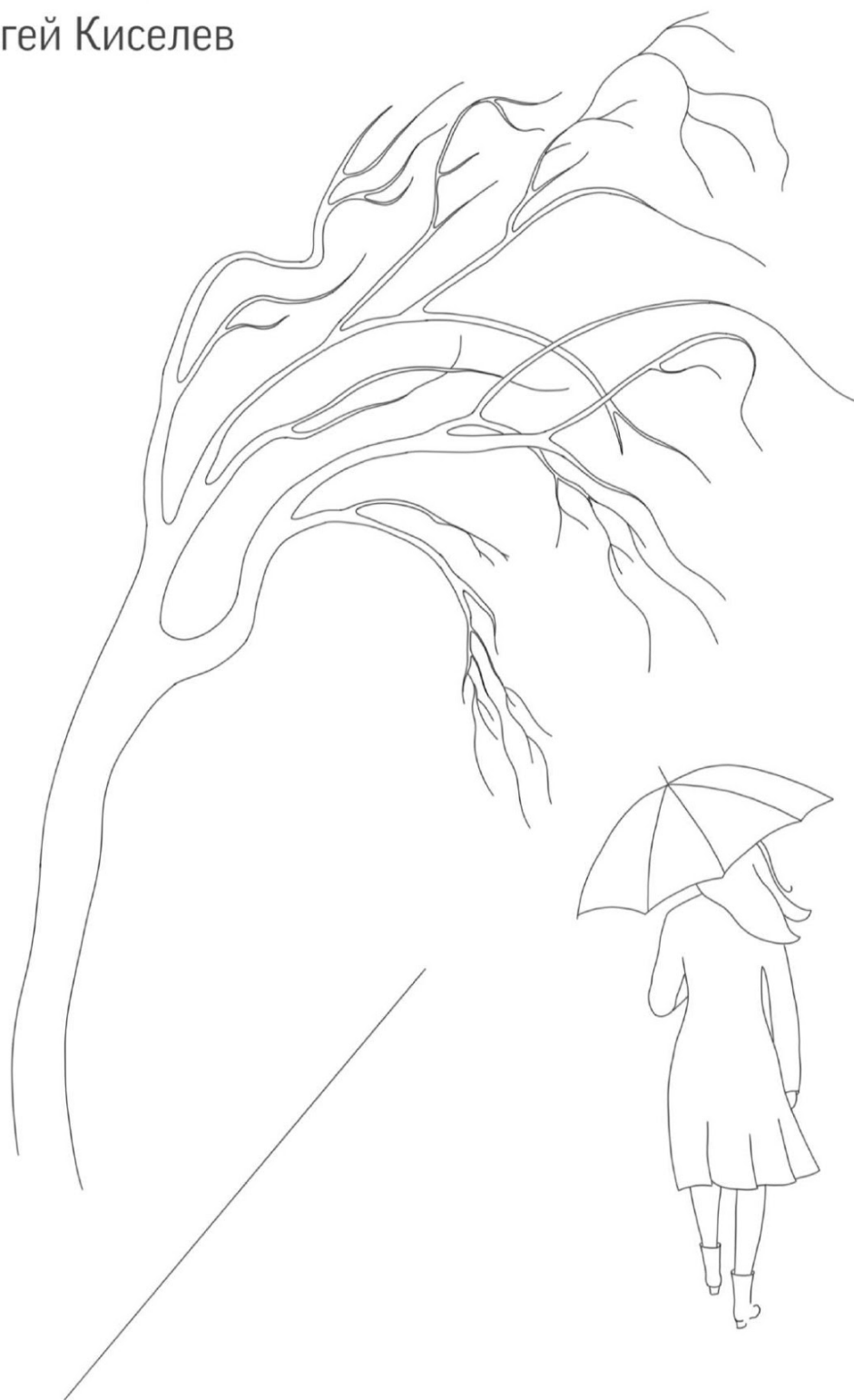


# ЖЕНСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Алена Америка

Сергей Киселев



Написав в своем инстаграме серию постов о сексуальном маньяке Теде Банди, я и подумать не могла, как отзовется эта тема у девушек, которые читают меня.

Девочки, девушки, женщины стали писать мне истории о том, как их пытались изнасиловать. Большинству из них удалось спастись. Несколько женщин смогли поделиться своими историями, когда им не удалось спастись... и изнасилование произошло.

Об этом смогли написать всего несколько женщин. А представляете, сколько из них промолчали? И только одна женщина рассказала, что ей удалось посадить насильника. Одна из тысяч женщин!

Тема насилия очень страшная. Наверно, нет ни одной женщины, на которую не пытался бы напасть мужчина. Опасность может подстергать везде. К сожалению, многие мужчины считают это нормальным - посадить женщину к себе в машину. Привезти её куда-то в уединенное место и пытаться склонить к сексу или взять силой.

Почему они себе такое позволяют? Потому что знают - мы слабее и мы будем молчать.

Так вот, дорогие женщины, давайте бороться! Я подготовила для вас эту брошюру. Она состоит из двух частей.

Первая часть состоит из 100 историй от женщин. Каждая история очень поучительная. Просто прочтите их. Рассказы женщин уберегут вас от беды.

Вторая часть - это статья руководителя Школы Безопасности Сергея Киселева.

Сергей Киселев 15 лет работал в правоохранительных органах. Защитил диссертацию по охране чести и достоинства. Полтора года назад, сняв погоны и костюм начальника, стал тренером по безопасности.

Он написал вам важную статью, которую должна прочесть каждая женщина. Ради себя и ради безопасности своих детей!

# Часть Первая

## Рассказы женщин

### 1

В 2016 году в октябре после работы ехала домой, жили тогда от города 60 км. Поймала такси как обычно, дождь лил и было очень холодно. Водитель, 46-летний мужчина попросил сесть на переднее сиденье, чтобы подобрать пассажиров. Ехали, и я от жары печки в машине уснула. Проснулась от того, что ехали по кочкам. Он успел свернуть на поле, где безлюдно. Тогда я поняла, что неизбежно и на затылке зашевелились волосы. Вы тут говорите о самообороне, какой там. Он сказал будешь сопротивляться - закопаю. Даже если кричать, то из-за дождя никто не услышит. Молча согласилась, так как дома ждёт дочка. Тогда я уже знала, что накажу его любыми способами, пока дышу и живу. Я не в состоянии была рискнуть, чтоб сопротивляться тогда. Работал холодный разум. Был просто секс без защиты.

После этого я начала с ним разговаривать на разные темы и заболтались как знакомые. Я максимально пыталась собирать информацию, чтобы потом использовать. Наказать преступника! Он при разговоре сказал, что такое с ним не впервые. По пути домой я попросила его остановиться в аптеке, купила воду, жевательную резинку и сохранила чек. Поболтала с фармацевтом, чтобы она меня запомнила. В машине угостила жевательной резинкой, чтоб сохранились отпечатки. Обменялись номерами, он захотел дальше общаться. Запоминала все детали.

Потом подвёз, я вышла в другом месте у чужих открытых ворот, якобы мой дом. Зашла и простояла за воротами 2 часа, если вдруг поджидает. Пришла домой, позвонила в полицию, и написала заявление об изнасиловании.

Во время следствия он подкупил следователя, тот хотел мое дело закрыть. Вещдок — это была тряпка и мои трусы. Тряпку разделила на две части и сдала первую часть. Следователь, конечно, угрожал мне, что он уничтожил мои вещдоки, и я хрен докажу.

Мне предложили большие деньги чтобы я забрала заявление. Я во время следствия заходила со смартфоном, тайно спрятым в капюшон куртки, и записывала все, что говорил следователь. В итоге наказала и преступника и следователя.

Во время следствия я слышала, что 90% изнасилованных женщин не заявляют в полицию. Боятся предрассудков и стыда. Такое положение дел нужно менять. Любое преступление должно получить свое наказание!

## 2

Когда мне было 19 лет, я училась в техникуме и рано утром бежала на автобус через детский сад. Там на меня напал взрослый мужик. Я орала как могла, но никто не помог. Потом до меня дошло, что нужно самой отбиваться. Мы долго валялись по земле, он бил меня в лицо. Как я не потеряла сознание одному богу известно. Отбивалась как могла, старалась поцарапать ему лицо. Впоследствии это помогло найти преступника и на суде тоже помогло.

В итоге, я случайно нащупала в кармане авторучку и воткнула ему в глаз. От боли он ослабил хватку, я вырвалась и убежала туда, где были люди.

На мое счастье недалеко стояла патрульная машина. Я к ним, они отвезли меня в отделение составить фоторобот, взять смывы с рук и ногтей. Его нашли через три дня как раз по характерным царапинам на лице.

Он отнекивался, говорил, что веткой в лесу поцарапался, но ДНК из-под моих ногтей был неоспорим. Ему дали 5 лет, а потом выяснилось, что он уже сидел за изнасилование 12-летней девочки.

Да... чтобы выжить - нужно отбиваться, нужно сопротивляться, нельзя принимать это как должное.

## 3

Меня и подругу затащили в машину насильно, потом в квартиру и изнасиловали двое мужиков. Мы орала, но всем было пофиг. Мне было 18. Ещё даже секса ни с кем не было. Утром отпустили.

Мы пошли в полицию. Следователь, дед какой-то, запугал нас, что на суде они нас увидят и могут потом отомстить. Мы ушли. А доказательств было куча. Презерватив во мне, помнили адрес. Из-за этого случая я бросила институт, не было сил вставать с кровати. Дома лежала, смотря в потолок. Тот случай подпортил мне жизнь хорошо.

## 4

У меня комичный случай был. Иду по темному переулку, фонари не горят, но иду не одна, рядом идёт 3-х годовалый ротвейлер на длинном поводке. Идёт тихо... Навстречу идут два нетрезвых парня, увидели меня издалека, а песика нет... Начинают меня между собой обсуждать (намерения были не очень хорошие). Они подходят все ближе и ведут себя все наглее... Мой пёс воспитанный, поэтому себя не выдаёт.

И вот настал момент нашего сближения, они на расстоянии пары метров. Начинают делать попытки пристать ко мне... Тут мой Цезарь (так звали моего ротвейлера), спокойно подошёл и рыкнул. Один из них сказал: “Она с собакой!!!!”, - и только пятки их сверкали. А пёсик за ними, правда поводок был метров пять, но они этого не заметили, и удалялись от меня со скоростью света.

## 5

Мне было 13 лет... 19 ноября... Завтра мой день рождения... 14 лет... Я возвращаюсь со школы, время около 3 дня. Жили мы на территории Артека, никогда ничего подобного у нас не происходило. Шла по обычной своей дороге, светло, ездят машины.

Вдруг сзади меня хватают за шею и тянут на себя. Сначала я подумала кто-то из одноклассников прикалывается, пытаюсь обернуться, смеюсь. И вдруг голос. Я его запомнила на всю жизнь.

“Не дергайся и не оборачивайся”, - и перехватывает меня с ножом у горла...

Ледяной воздух, вокруг все темнеет, страх такой что все тело онемело. Я кричу, а не слышу своего голоса. Реально, как безумно страшный сон, голова отказывается принимать действительность. Он толкает меня в кусты: “Замолчи сука, а то порежу”, - я ничего не смогла.

Я вообще ничего не поняла, ноги ватные, я иду, все как в тумане. Перед глазами пролетают мои любимые крымские горы, и я наверно потеряла сознание...

Пришла в себя уже под ним, ничего не могу сделать, голову прижал в землю (я до сих пор помню этот запах и вкус сырой земли). Я не плачу, ничего не прошу. Я просто жду через боль, когда это закончится. И молюсь всем богам, чтобы он меня не убил... Он просто встал и ушел. Я

наверно ещё час лежала и боялась пошевелиться. Я думала, он вернётся и убьёт меня. Страх сковал все тело..

Мне 32. Я помню все до мелочей, как будто было вчера. Но лица не видела, только голос... Он ещё долгие годы меня преследовал во сне. Почему-то мне показалось, что об этом нельзя никому говорить... Мои родители до сих пор не знают...

## 6

По дороге в школу от моего дома был парк, а с другой стороны, кладбище. Мы с подругой всегда ходили в школу вместе. Помню, осень, утро, ещё темно, идём с ней по тропинке парка, нам было лет 8-9 кажется. Навстречу мужик в пальто, равняется с нами и резко скидывает пальто, а он там голый. Я от шока застыла на месте, а подруга не растерялась. Начала смеяться истерически. Мужик испугался и убежал, а через какое-то время его поймали. Оказалось, на его счету было два изнасилования.

## 7

Однажды, когда мне было лет 22-24, мы с подругой выпили довольно много вина. Решили в 2 часа ночи поехать помирить ее с бойфрендом. Мы пошли ловить попутку... Красивые, нарядные... Остановилась машина с двумя парнями, и мы, две дурочки, туда запрыгнули. Едем, нам весело, и тут я смотрю, а изнутри дверь никак не открыть с моей стороны

Я подруге говорю: “Проверь свою дверь!”.

И у неё тоже самое...

Хмель сразу, как рукой сняло. Тут подруга давай их спрашивать, а знают ли они ее парня? Назвала ФИО его. А он у неё был какой-то криминальный и известный на районе. Парни тоже оказались с этого же района и его прекрасно знали...

Короче, довезли они нас прям до его дома. Двери нам сами открыли и ещё спросили не отвезти ли обратно.

Но с тех пор, я никогда не сажусь в машину к незнакомым. А если еду на такси, то родным сообщаю и номер машины, и когда выехала.

## 8

Я так же села в машину, не дождавшись троллейбус. Мне было едва 18. Меня два дня насиловали разные люди. На третий день я взломала дверь и сбежала. Оказалось, что я в другом городе. Вышла на трассу, остановился мент, посадил меня, пожалел, привёз домой, дал чай и тоже изнасиловал...

Я не сопротивлялась, мне было все равно. Он посоветовал не заявлять, все равно не докажут и не найдут никого. Так как я в шоке, не запомнила ни улицу, ни дом, ни лиц, имён... Пришла сказала родителям. Они избili меня и сказали, что я сама виновата... В тот день я умерла. Напилась снотворного, три дня реанимации, месяц в токсикологии... Все равно в тот день Я умерла.

## 9

Как-то с малознакомым молодым человеком пошла на свидание, а после он предложил довезти до дома. Но увёз в лес. Я не сопротивлялась. Села к нему в машину, потому что он был друг моих друзей. Я даже не думала, что он так поступит. Пойти в полицию не было даже мысли. А когда мы были в лесу за МКАДом были мысли: я сейчас все сделаю, и он отпустит.

## 10

Моя знакомая убегала от насильников и так же остановила машину. Водитель этой машины со своим приятелем ее и изнасиловали.

## 11

Тоже однажды оказалась в такой страшной ситуации. Я сказала, что у меня сифилис и это меня спасло. Не знаю, как мне это в голову пришло, мне было всего 17 лет.

## 12

Конечно, нужно сопротивляться!!!! Меня изнасиловали дважды в 14 лет...

С разницей в две недели... Когда напал мужик уже в 17 лет и пригрозил, я ещё громче заорала. Решила лучше смерть, чем через это проходить ещё раз! Он понял, что ничего не получится и ушел. Я долго от этого отходила...

## 13

Сибирь, чудесный осенний день, бабье лето. Я студентка, жена и молодая мама. Возвращаясь после учебы, захотелось прогуляться. Иду пешком и наслаждаюсь погодой, собой, молодостью и красивой одеждой.

Приближаясь к дому, чувствую, что за мной кто-то идет и давно. По мере приближения к подъезду, он тоже торопится, вот уже совсем близко. Потянулась открывать дверь и оглянулась поздороваться.

Улыбаюсь и в этот момент деревянные пальцы сжимают мне рот. Другой сильной рукой обхватывает меня и тащит в подвал, который, как назло, открыт. Я обмякла, не сопротивляюсь.

И тут мысль, что там наверху на седьмом этаже меня ждет мой сынишка, малыш... Появились резко силы, и я гребу от проклятой двери наверх...

Тут лифт, он жмет на кнопку и тянет меня в лифт! Голос парализован, я не могу кричать, но гребу наверх. На следующем пролете он просто раздирает блузку, юбку, колготки и трусики. Трогает, мнет груди, абсолютно дуреет. Помню его рожу. И сует пальцы туда, таскает меня по грязным ступеням спиной. Я как-то поднимаюсь и ударяю ему прямо в лицо сумкой с металлическими уголками. Прямо в рожу. Он возбужден, дышит как конь.

А я тем временем доползла до площадки с квартирами. Тянусь к звонку. Он не реагирует, штаны расстегнул. А я говорю: “Ты что? Сейчас сосед Валера выйдет”, - и давлю, давлю на кнопку. Ему говорю: “Беги дурак”. Он пришел в себя и убежал.

Вышел сонный сосед, мигом все понял и в чем был, босой и без майки, рванул за ним. Не догнал.



Поднялась я к себе в квартиру, а там муж нянчится с малышом, мастер спорта по боксу, между прочим. Распахнул красивый плащик на мне, а там я голая, рваная, вся спина в ужасных ссадинах.

Полиция ничем не помогла. Его рожу помню хорошо, но для нашего сибирского города, он типичен. Короткая кожаная куртка, короткая стрижка, вид как из тюрьмы.

## 14

А вот моей знакомой не повезло. В 18 лет её изнасиловали собственные друзья на вечеринке. Просто включили очень громко музыку, и никто не услышал, хотя в доме было много людей.

## 15

У меня был такой случай. Приехала к тете в Екатеринбург в гости, в квартире ночевали она, ее подруга и я. Они обе женщины за 60. Утром просыпаюсь, они обсуждают, что не спали всю ночь, потому что во дворе девушка долго и истошно кричала.

Я просто в шоке. Говорю: “Вы несколько часов не могли спать, слушали все это и ничего не сделали?”.

“Ну, а что тут сделаешь?”.

Действительно, 2018 год, центр Екатеринбурга, телефонов вагон, ночь, пробок нет, что же тут сделаешь... Просто слов нет.

## 16

Мою однокурсницу в школьные годы изнасиловали, приставив к голове пистолет. Сама я избежала изнасилования в общежитии. Притворилась, что согласна на все, только приведу подругу. Он открыл дверь и выпустил меня.

## 17

Как-то был случай. Мне 11 лет, училась во второй смене. Уже темно, стояла на остановке и ждала автобус. Со мной девушка была и больше

никого. Подъезжает машина, их было трое. Вышел мужчина и толкает девушку в машину, другие внутри принимают. Помню, как она орала. Они ее затащили в машину и уехали. Ну я испугалась и спряталась за остановкой. Ой ужас.

## 18

В моём подъезде жил мальчик. Если его обзывали, он кидался камнями огромными, поджигал котов. Когда ему было 19 лет, он после вечеринки пристал к девушке, когда они шли домой по мосту. Он затащил ее туда и изнасиловал (гормоны плюс выпивка). Она начала орать, что посадит его в тюрьму за изнасилование. И он начал забивать ее камнями! Убил. Получил 15 лет. Я ходила на суды и слышала процесс. Если бы она молчала, то не пострадала бы. Агрессия неконтролируемая у него была всегда. Когда он не чувствовал угрозы, он был более - менее спокойный. И хоть часто мы тогда слышали, что такие не выходят с тюрьмы, и есть бумеранг! Хрень все это! Когда он вышел, умерла вся его семья: отец, потом 19-летний брат утонул, потом мать. Он продал трёхкомнатную их квартиру за миллионы и стал миллионером.

## 19

Несколько лет назад подруга возвращалась домой поздно. Шла мимо школы, где мы учились. Там сидели парни знакомые, ее окликнули и она обернулась поздороваться. В итоге они ее изнасиловали. Она сильно сопротивлялась, её били кирпичами, потом испугались и убежали. А она смогла доползти до своей калитки и умерла. Девочке было всего 19 лет.

## 20

В 2009 году я была в 9 классе, жила далеко от школы. Обычный вечер, (училась во вторую смену) зима, темно. Иду, осталось два квартала до дома. Тут мужик за мной пошел. Я быстрым шагом, ведь не всегда думаешь, что за тобой маньяк идёт. Я иду, он меня догнал и схватил за плечо. Поволок за гаражи. От страха я начала слюнями брызгать, гавкать, упала на четвереньки, изображая собаку. Этот ублюдок просто был в шоке и убежал. Я со слезами на глазах рванула домой. Прошло столько времени, но я никак не забуду этого.

## 21

У меня была похожая ситуация в 2003 году. Мне было 19 лет. Зимой в 6 вечера. Ко мне подошёл сзади мужчина, зажал мне рот и потащил за гаражи. Мне было страшно, но понимала, что надо что-то делать. Я начала хныкать и сказала, что обосрюсь. Лица его не видела, но было секундное молчание. “Ну какой!”. Потом сказал идти и не оборачиваться. Я отошла на несколько метров и рванула со всех ног. Только когда я зашла в квартиру, расплакалась, так как осознала, что могло со мной произойти.

## 22

Меня это в своё время спасло. Пока его на несколько секунд «заклинило» от нестандартной реакции, я рванула от него. Благо был день. Я выбежала на дорогу и прямо под автобус. Автобусу, естественно, пришлось тормозить. Водитель меня обматерил, но пустил.

## 23

Мне пожилая соседка рассказывала. В молодости ее чуть не изнасиловали. Огромный мужик потащил ее в кусты, содрал нижнее бельё, и она не придумала ничего лучше, как достать руками до экскрементов. Вымазала себе этим лицо и преступника. Его сразу начало тошнить. Она смогла вырваться и позвать на помощь.

## 24

Шли ночью с подругой из ночного клуба. Остановилась рядом машина, в которой сидели четыре парня. Пригласили подвезти. Подруга была невменяемая от алкоголя, а я ещё более-менее. По их лицам поняла, что не доедем мы до дома. Смотрю, подруга уже руки к ним тянет в машину. Схватила ее за куртку и со всей дури толкнула в грязную глубокую лужу. И сама в неё животом упала. Так один все равно хотел нас затащить, но мы перевернулись и ещё спину испачкали. Хозяин машины сказал, что он не собирается пачкать свою машину такими свиньями. Дошли до дома даже не замёрзли, хотя мокрые были.

## 25

Одна приятельница в Сочи задержалась на пляже. Народ ушел, а она одна осталась. Подъехала машина, вышли два чела и потопали к ней. Она сразу поняла, что может случиться. Ее взяли за руку. Она попросила остановиться. Села. Насрала. И размазала говно по лицу и всю себя. Они выругались и уехали.

## 26

Я была школьницей 14 лет. Шла домой после школы. Следом за мной в подъезд вошёл парень, ну и попытался... Не знаю откуда что взялось, но я убедила его, что больна сифилисом. Где-то услышала это слово. Помогло! Кстати, тоже никому ничего не сказала дома! Было стыдно, что ко мне пристали, да ещё этот сифилис в голове...

## 27

Да, тоже было, но Бог миловал. Отделалась выбитой челюстью, никогда в жизни я так не верещала. Я не понимаю, каким надо быть утырком, чтобы напасть на девчонку из соседнего подъезда. Особенно, когда у тебя жена и маленькая дочь.

## 28

На дворе 1992 и мне 12 лет. Украина, небольшой город, частный сектор. Мы с подружкой катаемся по очереди на велосипеде. Нарядив мамины шлёпанцы «на платформе», я стою возле дерева и жду своей очереди. Что-то Зинки давно нет... Подъезжает мужчина лет 35-40, спрашивает, как найти аптеку. Я объясняю, показываю рукой. Он просит проехать с ним и показать дорогу. Я напрягалась, потому что родители и бабушка всегда предупреждали, что с незнакомцами нужно быть осторожнее. Отказываюсь. На улице, предательски, нет никого. Он подходит ко мне и начинает ласково убеждать, что ему срочно нужно в аптеку. Мороженое пообещал. Я начинаю понимать, что к чему, но страх парализует, и я стою.

Он заходит сзади, обнимает одной рукой за шею, а другой за талию и начинает тащить... Тут я изо всех сил впиваюсь зубами в его руку. Кусаю

так, что кожа хрустит и его кровь у меня во рту. Он отталкивает меня со словами: “Вот сука, ты откусила мне кусок руки!!” Хватается за руку, кровь просто хлещет. Я в это время бегу к калитке, теряя по дороге мамины «платформы»... Ноги свинцовые.

Помню, что было сложно бежать. Мне кажется прошла вечность пока я смогла открыть, забежать и закрыться. Рухнув на асфальт зову маму, а голоса нет. Мама выбегает на стук калитки. Я вся в крови. Родители пытались найти его, но и след простыл. Никогда больше на районе не видела этого человека. От меня ему остался шрам.

## 29

Меня затащили вечером на территорию заброшенного детского сада. Кричать начала, душили. Из темноты женщина начала кричать чтоб отпустили ребёнка, и тоже стала кричать громко. Я её даже не видела. Меня отпустили.

## 30

Мне было лет восемь, 3-й класс, вторая смена, зима, шла домой после школы и за мной увязался мужик взрослый. А жила я в частных домах у железной дороги. В общем я понимала что что-то не так. И сработал мой инстинкт самосохранения, я закричала : “Папааа! Я иду, папа”, - во весь голос.

Якобы впереди меня встречал отец! Мужик замер. Я опять кричу: “Папа, иди сюда!”. Мужик разворачивается и убегает.

## 31

Тоже ловила машину. Увезли на окраину города. Я стала делать вид, что задыхаюсь и меня рвёт. Он открыл дверь чтоб я не облежала машину. Я как сиганула из неё. Бежала, сломя голову на высоких каблуках. Он поехал за мной. Хорошо, что рядом был жилой, многоквартирный дом, и я стала стучаться в двери. В одной из квартир мне открыли и пустили как раз в тот момент, когда тот мужчина заходил в подъезд. До сих пор вспоминаю с содроганием, хотя прошло 20 лет.

У меня была такая ситуация.. До сих пор в дрожь бросает, как вспоминаю. Было мне 19 лет. Шла поздно ночью от подруги, часто ходила по этой дороге, автобусы уже не ходили в это время, а такси было дорого. Впереди была толпа и я не придавала значения, выходной ведь. Когда проходила мимо, поняла что компания состоит примерно из 15 человек, нерусской национальности, работяги с соседней стройки. В этот момент отделились 2 парня от компании и начали закидывать комплиментами. Я не останавливаясь, извинилась и сказала что мне некогда и спешу домой. Тут они резко подскочили ко мне, один сзади, схватив руки и держа, а другой спереди, начиная лапать. Ох, как я испугалась. Причем пришло понимание, что хоть толпа и смотрела на нас, но их фразы долетали до меня и обрисовали картину полностью. Что этой ночью планы на меня у всех одни. У меня как ступор был, а потом мысль, спастись любым способом. Переднему я дала с ноги в пах, а задний уже облизывал шею в тот момент, когда я каким то чудом вывернулась. Со всей дури укусила его за шею, т.к. руки он держал по-прежнему крепко. Он завизжал и ослабил хватку. Я рванула, и понеслась к магазину, который работал ночью и был ближе.

Обернувшись я поняла, что вся толпа бежит за мной. Я никогда в жизни больше так быстро не бегала. Забежала в магазин, пулей рванула под кассу, и застыла. Продавец и охранник были просто в шоке. Спустя секунду раздался звук открывающейся двери и запыхавшийся мужской голос спросил, не видели ли девушку. Меня начало трясти, я смотрела на продавца, она посмотрела на меня, и сказала что никто не заходил. Меня отпаивали потом водой, и отправили с уже приехавшими друзьями домой. Фух, написала, аж дурно стало. Страшно представить чтобы было, если бы я не смогла убежать. Поэтому, нужно быть предельно осторожными.

Я работала в такси по ночам так как трое детей. Спать укладывала и выезжала. В 3 часа ночи приходит заказ. Я его беру. Садятся трое мужчин, непринуждённо беседуют ни о чем. Заехали в странное место: заброшенное здание, ни одного фонаря, длинная пустынная дорога и вдруг обрыв и река. Пришлось остановиться.

Один из них говорит другому: “Иди сядь за руль”. Я говорю: “Я свой руль никому не даю”. В этот момент вынимаю ключи одной рукой, второй беру телефон и выбегаю из машины. Бежала так, как вообще не думала, что умею бегать. Один бежал за мной, а я на бегу звонила в службу спасения и орала про полицию.

Полиция потом сказала, что шансов выжить у меня не было. Их задержали через 3 часа, машину угнать не смогли, так как ключи я успела вытащить. Когда все происходило у меня времени не было даже подумать. Было какое-то хладнокровие, инстинкт самосохранения. Когда полиция приехала, то начала реветь. Две недели отходила.

## 34

Я однажды вышла на остановке с автобуса около 20:30. Уже было темно. Начала идти и увидела парня подозрительного. Я остановилась, решила не идти дальше одной, где темно.

Он подошёл, спросил где церковь (она была там рядом). Я указала рукой, и не помню как, но вот я уже на асфальте, а он тянет меня в кусты. Я сначала так растерялась, что вообще не понимала что происходит. Не помню кричала или нет. Помню говорила ему забрать сумку с телефоном и деньгами. А он залазит на меня и говорит: “Все сука, все”.

И когда я поняла, что это реально, не шутка, не знаю откуда у меня взялись силы, но я начала сопротивляться. Скинула его с себя и выбежала на дорогу.

Так вот, я на дороге плачу, кричу, босая, с обеих колен течет кровь, потому что он тянул меня по асфальту. Пытаюсь остановить машину какую-нибудь, чтобы мне помогли. Две машины проехали мимо и не остановились. Когда я увидела, что из-за поворота выезжает третья машина, я кинулась под нее и ему пришлось остановиться. Сказала водителю что напали, все украли, плачу.

Попросила телефон, а он боялся, что это какой-то разводняк и отвёз меня в милицию. Я там все рассказала, и его по горячим следам поймали. Мне вернули сумку, деньги, телефон.

Так что сначала шок, но потом обязательно пытайтесь сопротивляться. Но прошло уже несколько лет, а я до сих пор боюсь. Если даже днём иду по улице, а навстречу мне идёт мужчина, то перехожу на другую сторону дороги.

## 35

Мне было 18 лет. Я приехала в США по программе Work and Travel. Моя работа находилась далеко, и я ездила на работу и с работы автостопом. Один раз остановился странный дядька на старой машине. Я чувствовала, что что-то не так, но уже темнело и села в машину. Вижу, что он едет по неправильной дороге и начал заезжать в какие-то посадки. И вот на повороте, когда он снизил скорость, я открыла дверь и выпрыгнула из машины. Считаю, что это спасло мне жизнь.

## 36

Вечером знакомый говорит: “Давай сходим в школу, что-то забрать”. Зашли. В школе, естественно, никого. Я все поняла, очень сильно испугалась. Со школы не убежать, все закрыто. Я притворилась, что сильно задыхаюсь и сказала, что у меня хроническая астма. Он отпустил меня.

## 37

Лет 10-12 назад приехала к сестре в гости в Питер. Она снимала комнату у одной бабульки. У этой бабки потек кран. Она начала на меня орать, что это я сломала. Я в ночи собралась и ушла. Сначала посидела в подъезде, потом за каким-то поперлась на улицу. Было часов 5 утра. До открытия метро чуток совсем. Я шла по освещённой улице. Поворачиваюсь и сзади парень.

Он приставил нож к горлу и второй рукой закрыл рот. Сказал отпустить сумку. Спасибо телефон был в кармане куртки. Сумку я спустила, он нагнул меня и потащил во дворы. Все было очень медленно, как мне казалось.

Я сказала, что задыхаюсь и у меня астма. Хватку он не ослабил. Тогда я пошла на хитрость. Обмякла в руках и сделала пару шагов без сопротивления. Вот тут он и приотпустил меня. Мне этого хватило, чтобы вырваться.

Так этот сука метнул мне по ногам мою же сумку. Я запнулась, но не упала. Бежала как сайгак, никогда в жизни так не бегала. Вернулась к сестре. Как эта бабка молила о прощении - это отдельная история. В милиции заявление не приняли, несмотря на то, что в сумке был паспорт.



Я даже билет домой для его восстановления не могла купить. И заставили писать бумагу, что паспорт потеряла. Напомнили, чтобы поубедительнее врала у себя в милиции, что паспорт именно потеряла.

Вот сколько он там убил, ограбил, изнасиловал после меня - одному Богу ведомо.

## 38

В 19 лет на остановке жду маршрутку свою и тут остановился дед лет 65. Уговаривает отвезти домой, а я наивная сажусь вперед. Он начинает анекдоты рассказывать про гинеколога.

Я уже понимаю, что он неадекватен и едет в другую сторону. Приезжает в заброшенный завод и требует чтобы я его поцеловала. Я сначала сопротивлялась, говорила, что он на моего дедушку похож. Потом успокоилась и позвала вечером в сауну. Он начал лапать меня, дверь была закрыта на замок, но окно было открыто.

Я выпрыгнула из машины через окно как Джеки Чан. Не знаю как я это сделала. Вышла на дорогу и бежала, пока не увидела парня в форме охранника. Этот парень меня успокоил и до дома проводил. Я домашним ничего не сказала, зашла в ванную и редела.

## 39

Мне было 17 лет, когда это случилось. Мы с нашей группой проходили практику в деревне. Однокурсницы предложили съездить на пасеку за мёдом. Когда туда приехали, девчонки парами ушли куда-то. Оставили меня одну в домике для пасечника. Сижу жду их, чтобы поехать в деревню обратно, тут заходит мужик и закрывает дверь на щеколду.

Я сразу вскакиваю и ору: “Открой или хуже будет”. Схватила какую-то палку и начинаю колошматить всё. В первую очередь окно разбила. Он охренел, но всё равно, как бык начал приближаться ко мне. Я прыгаю к двери и успеваю открыть. Он за мной, а там сени и дверь снаружи закрыта. Я, как бешенная прыгаю на стену, хватаюсь за выступы и оказалась под крышей. Начала кричать. Прибежал парень, открыл сарай и выгнал этого мужика. Помог спуститься мне.

Эту западню устроили мне девчонки, оказывается. Парень оказался порядочным, обозвал их дурами, отвёз меня домой. В деревне потом про меня рассказывали, что я ведьма и умею летать.

## 40

Около 20 лет назад в Москве были дикие морозы. Я помню, что с транспортом было туго вечером. Я решила остановить машину. Остановилась полугрузовая. Мужик, не доехав 200 метров до поворота нужного, свернул на МКАД. Я тут же поняла, что бесполезно что-то просить. Он ехал молча.

Я сказала, что беременна, что поздно и меня дома ждёт муж. Хотя ничего этого не было. Он резко остановил и мне пришлось выйти на МКАД. Движение жуткое, машины мчатся. Я вросла в эти перила и тут какая-то маршрутка, мимо ехавшая остановилась. Все удивились, кто был внутри, чего это я на МКАДе стою. Много лет прошло, но я помню этот холод осознания, что капец. С той поры, я никогда не ловила машину.

## 41

Когда мне было 15 лет, мы с мамой пришли к друзьям семьи. Женщина и мужчина лет 60. Очень давно их знали и всегда к ним приходили. Они все болтали на кухне, а я перед этим мало спала и была очень уставшая. Мама и ее подруга собрались за мороженым. А я прилегла полчаса поспать. Подруга мамина уложила меня в кровать, дала одеяло.

Они ушли, я заснула. Проснулась я от того, что муж этой подруги, мужик лет 60, лежит в кровати рядом со мной и трогает меня. Я не знаю, что делать, говорю не надо этого делать, пытаюсь отодвинуться. Он зажал меня и начал трогать грудь, лезть в трусы.

Мне было так стыдно и ужасно. Кое-как выпроводила его. Думаю он испугался, что мама сейчас вернётся. Что самое ужасное, я не смогла рассказать об этом маме. Мне было очень стыдно тогда. Больше никогда не ходила к ним в гости и избегала общения с ними. Родители удивлялись почему. Рассказала маме лет через 15.

Родители с ними уже не общались. Мама сказала, очень жаль, что я не рассказала. Она бы его убила. Поэтому с детьми и подростками надо

говорить на эти темы, чтобы не было стыда. Многие жертвы стыдятся и оставляют все в тайне, а насильники и извращенцы ходят без наказания, и дальше делают свои дела.

## 42

Как-то один парень пришел к нам в общежитие и тусил с нами. Спокойный на вид. Под утро многие уснули по несколько человек на кроватях... Этот козел завалил меня и хотел изнасиловать. Я сопротивлялась. Ужасно то, что на этой же кровати спал знакомый и его разбудить не могла.

Люди спали в комнате очень крепко, а он будто знал это. В итоге, я звала по имени того, кто был ближе. Взяла его за ногу. Он проснулся, и не соображал совсем. Но это подействовало, и насильник свалил. А у меня на одной обуви, пока сопротивлялась, отлетела подошва!

## 43

Меня в 13 лет попытался изнасиловать молодой человек. Зашел за мной в лифт, достал нож и стал на мне пальто расстегивать. Мозги мои отключились и я орала так, что он сбежал из лифта. Думаю, что ни одна сирена со мной бы не сравнилась. Вообще очень страшно это. И след для психики на всю жизнь.

## 44

Мы с подругой шли из бассейна в 10 вечера. Нам по 16, красивые, длинноногие, ноябрь, холодно очень. Замёрзли жутко. Тут тачка тормозит. Там два парня молодых, предложили подвезти. А мы так продрогли, что взяли и сели, идиотки. Сели, машина по газам, а они сказали, что сейчас с братвой в баньке попаритесь и согреетесь. Сидели мы сзади, двери заблокированы. Я с подругой переглянулась и показываю рукой на блокировку двери (ручная была на жигулях). В общем, прыгнули на полном ходу, на мосту из машины, ободрались жутко. Хорошо, что другие машины тормознули, не наехали на нас. Ругаю себя до сих пор, повезло, что обошлось малой кровью.

## 45

Когда я вышла замуж, мы с мужем в дом переехали на окраине города. Только переехали, я район не знаю, и мы ночью поругались. Я психанула, убежала на улицу, стала бродить по закоулкам. Муж названивает, а я не отвечаю.

Иду. Тут за мной стала ехать какая-то машина. Я напряглась. Муж звонит, я и рассказала, что кто-то едет за мной на машине. Спросил где нахожусь, а я толком не знаю. Тут машина меня подрезает. Вижу сидят четыре парня. Один из окна высовывается и спрашивает: “Кого ищешь?”.

Я не помню, что я ответила, страшно. Я пытаюсь пройти дальше, обхожу машину, но они опять едут за мной. догоняют и опять спрашивают кого ищу.

И тут впереди свет фар. К моему счастью, муж. Он садит меня в машину, мы начинаем отъезжать, но не тут-то было. Они нас обгоняют и подрезают, чтоб мы остановились.

Начинают у мужа спрашивать, что это я по ночам тут хожу. Муж сказал, что гуляла. Они уточнили где мы живем, он ответил что здесь на районе. Они сказали, чтобы мы ехали вперед, домой. Мы поехали, они за нами. Сопровождали до самого дома, остановились у поворота, постояли и уехали. После этого я больше по ночам из дома не убегаю.

## 46

Когда мне было 17 лет, на меня напал один парень в моем же подъезде. До этого случая я прочитала книжку, о том, как вести себя в таких случаях. Я не оказала сопротивления, а начала активно знакомиться с мужчиной. Он не ожидал и это дало мне время вырваться и убежать.

## 47

Однажды шла на собеседование по работе. Но оказалось, что у «босса» появилось дело. Мне предложили подобрать по дороге часом позже. Согласилась. Дядя на мерсе вёз в сторону фабрик, а за ними лес и поле. Я на минуту отвлеклась, и упустила момент, где именно он свернул с дороги. Кругом высокие кусты и ни души.

Я сидела сзади. Он заблокировал двери и перелез назад, начал приставать. Начала бороться, но поняла, что силы сильно не равны. Он стал бить по лицу. Не знаю, как пришла эта мысль. Я сказала, ок. Но мне надо пописать, ибо перед выходом выпила, много чая плюс стресс. Он сказал, что и ему надо. Первым вышел он, повернулся задом к машине. Я перелезла вперед, ключи были в замке, и рванула к дороге. Спасибо папе что учил водить с 6 лет.

Машины бросила на выезде из кустов. Не понимала, где я, телефонов тогда не было. Стала голосовать, но никто не останавливал. Было часов 11 дня. Когда одна из машин остановилась, я просто расплакалась, но было видно, что мне не поверили. Попросила высадить в любом месте, где ходит общественный транспорт.

## 48

На мою маму напал мужчина в нашем подъезде. Он шёл за ней ещё на улице. Она заметила, но решила, что просто показалось, что он за ней следит. Мобильных тогда не было, позвонить домой было неоткуда, автомат далеко. Немного поколебавшись, вошла в подъезд. Мужик за ней. Мама не рискнула сесть в лифт, побежала по лестнице. Мужик догнал её, схватил за шарф и стал душить. Она отбивалась, ей удалось даже крикнуть несколько раз и стучать ногами по перилам и дверям. Мужчина тянул её выше по лестнице.

На третьем этаже соседка, услышав шум, открыла дверь. Маньяк, увидев, что появились свидетели, убежал. Он выбил маме зуб, оставил синяки на все лицо, чуть не задушил. Спасибо соседке, что вышла! Иначе он бы изнасиловал и убил, потому как ни сумка, ни кольца-серьги его не интересовали.

## 49

Я по молодости села в машину. Там было две остановки до моего дома, парень молодой. Пропустил мой поворот случайно, потом сказал бензин закончился и повёз дальше. Я уже поняла, что дело-труба. Подъезжал к каким-то глухим местам и я на ходу стала открывать дверь машины. Он стал тормозить и я выпрыгнула. Слава богу, убежала.

## 50

У меня тоже была ситуация. Вечером шла домой через частный сектор: ни фонарей, ни людей. Увязался за мной какой-то хрен. Догнал меня, стал за спиной и сопит в ухо. Но я резко развернулась к нему лицом к лицу и стала на него орать. В общем, наехала конкретно, по морде видно было, что не ожидал такого. Вижу, он в шоке. Быстро развернулась и давай бежать со всех ног. Он меня не догонял.

## 51

На меня напал маньяк, когда мне было 19 лет. И я полностью согласна, что нужно давать отпор насильнику. Это случилось возле моего дома. Он подошел ко мне со спины, приставил нож к горлу и повел в кусты. Я очень громкоголосая. Начала кричать, в надежде, что соседи отреагируют, НО никто даже свет в квартире не включил, хотя мы были дружны с соседями.

Я начала драться с насильником. Затем, он вырвал сумку и убежал. Вызвала милицию, но они ничего не сделали, чтобы обнаружить насильника в ближайших дворах. Меня так это задело, что я начала его поиск (запомнила, что он был блондином).

Долгая история, но я его нашла, хотя милиция не смогла это сделать, а скорее всего и не делала! На очной ставке он признался в 32 изнасилованиях. Хотя ему было 18 лет. Он не гнушался и женщин возраста 55+. Одной женщине, он порезал лицо бритвой, остальных душил (смертей, слава Богу не было).

Его пытались “отмазать” родственники, но все же ему дали 8 лет колонии. Девочки, конечно, все зависит от характера, и кто-то впадает в ступор в стрессовых ситуациях. Но я считаю, что нужно дико орать или попытаться обмануть насильника.

## 52

У меня как-то было свидание с молодым человеком. Приехал на крутой машине и сказал, что поедет куда-нить в ресторан. В итоге привёз меня в какой-то лес за 30км от города. Запер двери и начал нагло приставать. На мне были очень острые шпильки, а салон машины - кожа. Я начала орать, что щас искромсаю всю машину каблуками. После этого

он от меня отстал и повёз меня обратно в город. Ехали обратно молча и больше никогда не встречались.

## 53

У меня тоже своя история, которая закончилась хорошо. Вечером возвращалась с работы. Вдруг как из-под земли, мужчина спросил про время. Я не стала доставать телефон, смотреть время.

Куртка на нем была шелестящая. Я продолжаю идти, а сама уши накрамалила, слышу за собой шелест куртки все ближе и ближе.

Я не стала ждать , когда на меня нападут сзади. Резко повернулась и спрашиваю:

“Чего тебе надо?”.

Товарищ берет меня за руки и начинает тянуть с дороги на обочину. Я как закричала на одном дыхании. Дикий ор в течение минуты. Недалеко была заправка, там были собаки, они начали гавкать. Меня весь этот шум и спас. Он меня бросил со словами:

“Чего орешь, дура”.

Я побежала в одну сторону, он в другую .

Вывод: шумите и чем громче, тем лучше!

## 54

А у меня был такой случай. Мой молодой человек проводил и посадил меня в такси. Таксист стал приставать и хотел завести в лес. Но я сказала, что “без водки не могу”. Он обрадовался, остановился у магазина, а я сбежала.

## 55

Когда на меня напали трое мужчин и засунули меня на заднее сиденье, скрутили креветкой, то мне помогло то, что я яростно отбивалась. Покоцала им лица, частично разорвала форму, но они даже на сантиметр не смогли сдвинуть моей одежды. А потом они привезли меня

в отделение и написали на меня заяву за нападение на трёх полицейских, коими они и являлись.

## 56

Мою дочь зажали в лифте. Она очень громко начала молиться, да ещё приговаривая, чтоб Бог простил все грехи этому типу. Мужик встал как вкопанный, в это время открылась дверь лифта, дочь сбежала.

## 57

На меня напал маньяк с ножом в подъезде, когда мне было 8 лет. Он приставил мне нож к шее и уже волок в открытый заранее подвал. Но, я была очень злым нелюбимым детенышем, и портфелем снизу я сумела ударить его по голове. Нож упал и его звук иногда всплывает в виде кошмара мне ночами. Я дралась как, осатанелая, защищая свою маленькую жизнь.

Я кусалась, орала, и где-то наверху открылась дверь. Он испугался и убежал. Я очень боялась, что меня будут ругать и ничего не рассказала дома. Позже, случайно узнала, что этот маньяк спустя месяц убил ребёнка в доме напротив. И всю жизнь я живу с чувством вины, что мое молчание не дало его поймать... Мало драться и спастись. Надо ещё и не молчать потом.

## 58

Я после школы всегда пробегаю торговые ряды и бегу на остановку, так как живу в Невском районе на Солидарности. И естественно, с замиранием сердца смотрю на витрины, особенно мечтательно на мороженное. Иногда я смотрю как его кто-то ест и тихонечко завидую...

Так вот, в тот день дядя предложил его поцеловать за огромное мороженное. Не дожидаясь моего ответа очень по-отечески повёл из магазина к общаге, которая находилась в 2 шагах. Я все поняла. Какой-то мальчик гулял с собакой, и я крикнула ему, как другу: "Артём!" И побежала на встречу. Пока бежала мальчик стоял и смотрел на меня, как знакомый, а у меня пульсировали глаза, и ноги были, как вата.



## 59

А я бежала-бежала и когда поняла, что прибежала в тупик, резко развернулась. Встала на карачки и стала лаять. Мужик впал в ступор и ушёл. Понятия не имею почему именно так, но с тех пор поняла, что в таких ситуациях нужно поступить совершенно не так как ожидает насильник. А ещё в школе на ОБЖ говорили бежать к машинам и бить, по стеклам, окнам. Когда кто-то видит, как кого-то преследуют, то может испугаться и не отреагировать. А когда будут бить его имущество - выбежит. А тебе лучше уж оплатить ремонт. Этому я и дочь учу.

## 60

Шла домой летним вечером. Вдруг кто-то схватил за шею и талию. Потасил за угол, за доли секунды сообразила, что сил отбиться не хватит. Извернулась и с криками: “Саня, сколько лет, сколько зим!”, - кинулась его обнимать. Потом долго и быстро талдычила, что не Саня, а так похож.

“А брата нет? Ой, учились вместе, один в один, вот это совпадения, бла-бла-бла”, - и не замолкала на секунду. В конце похлопала по плечу, пока он пытался понять, что происходит, вышла из-за угла, и бегом домой.

## 61

Очень страшно, что столько женщин прошли через такой ужас. Несколько лет назад шла домой с ночной смены и сзади напал мужчина со словами: “Будешь у меня третьей”. Почему-то не пыталась сопротивляться, только засмеялась и сказала: “Мужик, ты у меня сегодня девятый, давай хоть до киоска дойдём, возьмём воды, а то даже подмыться не успела”. Он растерялся, а я рванула бежать.

Не знаю почему мой мозг выдал именно это, но я спаслась. В полиции заявление не приняли, потому как никаких следов нападения. А вот если бы он изнасиловал или избил, то тогда пожалуйста.

## 62

А я поздно шла домой. Возле подъезда мне закрывают рот и давай тащить, наверное, в кусты. Я испугалась и начала падать, как будто сознание потеряла. Этот ненормальный видимо не знал что со мной

делать. Поднять меня не смог, (хотя вес у меня был 37 кг), бросил меня и убежал. До сих пор боюсь одна по темному домой ходить.

## 63

Меня чуть не изнасиловал парень, с которым тесно общалась. В первый же вечер, как только вдвоем пошли в кафе, меня подпоил, отвез домой. И в нужный момент меня стошнило. Он собрался и уехал.

## 64

1983 год. Октябрь. После работы возвращалась домой. От автобусной остановки жила недалеко. Оставалось пройти два дома (частный сектор), улица впереди освещалась фонарем. Навстречу шел парень, на голове капюшон. Когда поравнялся со мной, перегородил дорогу. Я пыталась обойти, но он не давал пройти. Лицо разглядеть не могла, свет от фонаря бил в лицо.

Затем он резко схватил меня, повернул и оказался сзади. Обхватил меня за плечи так, что я руками ничего не могла сделать. Пыталась вырваться, но сил не хватало. Он начал тащить меня в поле. Мелькнула мысль, что сейчас изнасилует и убьет. Кричать бесполезно, никто не услышит. Начала лихорадочно думать, что делать. Потом сказала ему, что здесь грязно (осень), и знаю куда можно пойти. На мое счастье он согласился, но продолжал держать меня сзади за плечи, не давая возможности сопротивляться и обороняться.

Дойдя до калитки дома, я стала открывать ее (а во дворе лежала привезенная накануне отцом солома). И тут он понял, что я пришла домой. Стал отрывать меня от калитки. Я вцепилась в неё мертвой хваткой, ору изо всех сил. Как назло, никто не слышит. И вдруг в доме напротив вышел сосед.

Я ору, а меня в это время бьет куда попало насильник. Я упала, он и по голове меня бил, но потом испугался соседа, бросил меня и убежал. Вот так мне повезло отбиться от него. Через месяц его поймали. Он приезжал к сожительнице, она его не пускала к себе. Днем ночевал в подвалах, а вечером подстерегал женщин из автобуса. Потом уже узнала, что кому-то удавалось убежать, кто-то зонтиком отбивался. Но ни одна не пострадала от его рук.

## 65

Однажды с подругой сели в машину к друзьям парня, с которым давно(!) встречалась наша третья подруга. Не могли подумать ничего плохого. Они нас не повезли домой, а заблокировали двери и повезли в гаражи. Я нашла в сумочке карандаши маленькие, острые из Икеи и дала один подруге.

В гаражах они нас растащили по разным углам. Я плела про то, что у меня папа милиционер, а дядя ФСБ-шник (это правда, но мне не поверили). Меня спасло то, что я потеряла ботинок и попросила его поднять. Пока поднимала, увернулась и убежала, он стал догонять, но закричала во все горло. А подругу спас тот самый карандаш. Долго мы потом отходили от того случая, озирались. Даже в автобусе виделись те две мерзкие рожи.

## 66

16 лет. Три девчонки - сборная Москвы, в Белоруссии, в выходной день пошли гулять. Ушли далеко, набрали яблок кг по 5 каждая и решили поймать машину. Поймали. Водитель заблокировал двери. Его босс сидел на пассажирском месте впереди, мы сзади! Увезли нас далеко, как только мы не просили и не уговаривали...

Сработало только одно: мы из сборной России, и нас будут искать! Только после этого нас молча вернули на место!

## 67

Думала, что у меня таких историй не было, а потом вспомнила. Питер. Лет 13 назад, 31 декабря. Подруге, с которой мы планировали отмечать НГ, знакомая вдруг предложила отметить в ресторане. Мы согласились. Приезжаем в какое-то кафе, заходим, а там мужиков 20-25. И только мы с подругой и эта знакомая.

Нас начинают разглядывать, некоторые говорят, типа ничего, хорошие девочки. Знакомая уходит позвонить или покурить, и с концами.

Дверь в кафе закрывается на замок и всё. Приезжают ещё люди. Самое страшное, что были менты в форме. Мы попросились покурить, с

нами вышло несколько человек. Мы побежали и в итоге убежали. Страшно представить, чем бы всё это закончилось.

## 68

Мою подругу таксист повез через лес. Заблокировал двери, она сделала вид, что ее тошнит. Он приоткрыл окно, она высунула руку и открыла дверь снаружи. На ходу выскочила. Он не стал останавливаться и уехал.

Возвращалась с работы в 22 часа, дорога идёт через парковую зону. Иду и слышу сзади шаги, волосы на голове зашевелились, обратно точно не вариант идти. Я резко оборачиваюсь: “Мужчина, вы что меня преследуете??”

Он мне: “Да”. Кидается на меня и пытается повалить на землю. Он высокий, ростом около 190, а я штыбзик, 158.

Встала в стойку, широко расставив ноги, а он схватил сзади за шею одной рукой, второй за руку, пытаюсь отобрать телефон, что бы не звонила, так как я пыталась нажать кнопку SOS.

В голове мысль, если повалит, живой не выберусь, а у меня сын. Стояла намертво и визжала. Ему это надоело, и он убежал, обозвав меня сукой.

Я ватными ногами добежала до ближайшего дома, вызвала ментов, думаю по горячим следам найдут. Ага! Даже искать не стали и просили написать заявление, что он только телефон хотел у меня украсть... Тот мужик родинку на моей шее сорвал, долго заживала...

## 69

Было мне лет 15, шла домой с тренировки по карате, пошла, потому что в школе избили. В подъезд захожу свой, а там темно (этот гад лампочку выкрутил), и на меня в кромешной темноте какой-то мужик нападает, молча и дышит тяжело. Хотела заорать, но поняла, что не могу, голоса не было от страха. Дралась я с ним не на жизнь, а на смерть, отбилась и вверх рванула по лестнице. А через неделю в парке около дома труп девушки нашли, из нашей школы. Изнасиловали и задушили.

Когда мне было 17 лет, я дружила с парнем, которого давно знала. Однажды он пригласил меня на тусовку в загородном доме, где собирается больше 15 человек. Я ему доверяла, даже мысли не было никакой. И поехала, по дороге мы забрали его друга. По приезду хрен знает куда, в 9 вечера зимой... км 30-50 от города, в доме было пусто. Они очень уверенно пытались меня изнасиловать, было понятно, что у них нет сомнений даже. Я не могла сбежать. Я не знала даже где я.

Импровизация от страха дело тонкое. Я сказала, что стесняюсь и попросила сначала уединиться в комнате с другом. В комнате я на самом пиковом моменте полуголая начала истошно рыдать, и рассказывать как сильно я влюблена в него, и что я не хочу ни с кем кроме него. Что я годами его люблю, обнимала и плакала. Пока я это делала за стенкой в ванной мылся второй урод и периодически кричал: “Сейчассс я прииду! Сейчас она увидит!”.

У меня от ужаса уходила земля из-под ног. Сыграла я натурально. Сказала, что завтра вечером родители уезжают на два дня. Можно вернуться сюда вдвоем. Интриговала... и он поверил. Обнял, вышел, сказал планы поменялись.

Я пулей оделась и мы поехали обратно. Всю дорогу я шутила, смеялась, делала вид что счастлива и держала “друга” за руку. Домой зашла на ватных ногах. Заблокировала их везде. Никому этого не рассказала. Так что, девочки, изнасилование, еще и групповое, можно ожидать не только от маньяков.

Неприятно вспоминать, но в моей жизни было несколько жутких ситуаций. Всё заканчивалось благополучно. Но самая лучшая защита — это нападение. Я всегда начинала истошно орать, не дожидаясь нападения. Это насильника ввергает в ступор от неожиданности. Их возбуждает страх. А я ругалась матом, оскорбляла и кричала, что ходят всякие козлы и мешают жить нормально. Это привлекает внимание окружающих, но мне было все равно, что обо мне подумают. Всё насильники убегали.

Только один раз мне пришлось отбиться разговорами. Он в результате плакал и жаловался на свою жизнь. Будьте осторожны. Не

теряйтесь в таких ситуациях. Кричите, кидайте камни в чужие окна и машины, стучитесь в двери. Главное - это привлечь внимание. Даже если вы ошиблись и это не маньяк, пофигу, главное - Жизнь.

## 72

Как-то очень давно я возвращалась от метро домой поздно вечером. И спиной почувствовала, что меня кто-то ведет. Он мне еще в метро не понравился, как смотрел. Пока шла по открытой улице думала, как зайти в свой двор. Захожу в арку и понимаю, что он следом. Я резко развернулась и выпалила что-то вроде: "Ну что, с\*\*ка, попался? Давно я человечины не ела". Мужик от неожиданности развернулся и стал убегать. До сих пор иногда думаю, а вдруг я нормального напугала, соседа своего какого-то. Хотя, выбирая между славой "ебобошки" или жертвы, я выберу славу "ебобошки". Живой "ебобошки".

## 73

Когда мне было лет 20, возвращалась вечером домой, поймала попутку. Водитель сразу показался неприятным. В итоге завёз меня на пустырь и начал кидаться, заваливать.

Я как в тумане начала ему лепетать, что он мне с первого взгляда понравился, и я хотела бы с ним встречаться, что это прямо моя мечта такой брутальный молодой человек на машине. Смотрю, начал колебаться. Я начала его на шампанское уговаривать, мол давай съездим за шампанским в ближайший магазин, а сама его по плечу глажу. Поехали в магазин, я всю дорогу ему зубы заговаривала, чтобы сообразить не успел, что к чему.

Пока эта мразь ходила в магазин, заперев меня в машине, я увидела проходящих мимо двух парней. Начала им усиленно махать, они подошли к машине. Когда убогий вышел из магазина и увидел их, он очень испугался. Начал что-то лепетать, открыл машину, я выскочила, а он по газам. Вызвали полицию, парни запомнили номера машины. Убогого задержали на следующий день, а я до сих пор стараюсь даже в такси одна не ездить.

Мне было 18, когда двое животных засунули меня в машину. Привезли в квартиру, а там ещё трое ждали. В квартире валялась форма полицейских, дубинки, наручники, в общем менты пьянствовали. Предложили со всеми по очереди добровольно или просто не выйти оттуда больше никогда.

Что-то в эти моменты в мозгах начинает работать не так, как обычно. Я уговорила выйти покурить в кухню, на окнах решётки, темно. Пока курила, искала сзади себя на столе хоть что-то, чем можно оглушить того, кто меня караулил.

Разделочной доской ошарашила по голове, хорошенько между ног и пулей к двери, которая осталась закрыта на один замок из трех. Босиком, я бежала пока просто не свалилась.

Ублюдки догонять не стали, сильно были пьяные и плохо реакция работала. Я до сих пор благодарю Бога за свое спасение и не понимаю, откуда в такие моменты начинаешь быть стратегом и обладать какими-то силами.

Спустя несколько месяцев я видела этих тварей, патрулировавших парк. Чуть сознание не потеряла от страха. Заявление написать побоялась... Ведь им ничего бы не было...

Не могу поверить сколько нас девушек, кто пережил подобное... Тюмень, 2000 год. Жила с маленьким сыном. Отвезла вечером сына к маме, так как работала на следующий день с 8 утра. Зима, холод стоял лютый, мне мама шапку дала из чернобурки. Мне от остановки до дома идти минут 10. Время было часов 23! Уже почти подхожу к дому и чувствую тревогу какую-то необъяснимую. Начинаю заранее ключ от двери подъезда искать в сумке и тут сзади кто-то за шапку и воротник моей любимой кроличьей шубки хватает! Я сначала думала кто-то знакомый. Поворачиваюсь, а там мужик какой-то, держит меня одной рукой, а в другой нож и говорит: “Зайдём сейчас в подъезд, ты у меня возьмёшь кое-что в рот, а там я решу, что дальше. Будешь орать - зарежу!!!”. Я опешила и как заору на него “Ах ты урод вонючий”,—и

пинаю его в голень. Скользко и он падает, а воротник от шубы у него в руке. Как падал так за собой пол шубы оторвал.

Вскочил и ножом в меня тычет. Я на него намираю и кричу, что сейчас убью. Он побежал, видимо от неожиданности. Так ведь дурочка за ним побежала. 4 дома его преследовала. Поняла не сразу, что делаю - такая ярость нахлынула и страх. Развернулась и в ближайший ларёк ночной забежала. Там охранник, хороший мужчина, выбежал, хотел сам того гада догнать... Домой меня проводил. И только дома я осознала, что произошло!! Не плакала, а просто трясло от ужаса! До пяти утра шубу сшивала и думала про бесстрашие... Ведь он мог просто убить!

## 76

Родители не объясняли насчет безопасности, и я была наивным, мечтательным ребенком. Мы жили в военном городке, в школу ходили через кладбище. После уроков задержалась в библиотеке, иду книжку по дороге читаю. Автоматически взглянула на кладбище. Смотрю стоит чёрная машина. Кто-то могилу приехал проведать. Иду спокойно, а тут эта машина проезжает и останавливается около меня. Мужчина открывает окно и спрашивает, как проехать туда-то. Я пока думала, как ответить, он вывалил своё хозяйство и смотрит на меня. У меня ступор. Хорошо, что женщина шла и видимо спугнула его. Домой пришла даже маме боялась сказать. Сестре рассказала, а она смеялась, что я дура.

Сейчас мне 35. В июне мы с мамой с дачи переезжали домой. Я заказала местное такси. Вначале маму с вещами отвезла, а потом сама. Пока ездили, таксист предложил накормить в нашем кафе, но я отказалась. В последнюю поездку поворачивается ко мне и говорит: “Ну что насчёт секса?” Телефон сел, сижу в шоке, и говорю ему про мужа. Он такой: “Ну ладно”, – и отпустил.

Сам он женатый, есть дети. Что движет мужиков совершать такие действия. Надо действительно с собой что-то носить для защиты.

## 77

У меня была история днём, в 15:00 на оживленной улице. Шла от репетитора в 11 классе. Иду читаю книжку, навстречу парни спортсмены, человек 6-7. Когда мы поравнялись, один обхватил меня руками, прям с



книжкой, и понёс в сторону спортклуба Я окаменела просто. Стала орать каким-то диким криком и пяткой попала ему по голени или ноге. Они заржали и выпустили меня. До сих пор помню этот дикий страх беспомощности...

## 78

Подростком пережила попытку принуждения к сексуальном контакту со стороны парня из общей компании. Чуть выпил пива и этого ему хватило для храбрости. У меня случилась истерика потом, в процессе которой рассказала о случившемся двум другим ребятам. Они хорошо побеседовали с тем парнем, больше его в нашей компании не было, хотя мы условно знали друг друга с детсадовского возраста. Секса не было. Я не помню, что и как ему говорила, что он остановился уже, учитывая, что там и штаны были спущены.

Потом на последнем звонке по дороге со школы (!!!!), когда мы шли в советской форме с бантами, как это принято, нас трех девушек 17 лет пытались молодые лейтенанты в свою машину посадить. Даже знать не хочу, чем бы все это закончилось. Проходим на это было все равно, а происходило все среди бела дня. Машина ехала прямо до моего дома, где мы с одноклассницами должны были дожидаться школьной вечеринки.

А третий случай произошёл в коммерческом походе со знакомым гидом. У нас была туда-обратно заброска на машине. Ну и в предпоследний день отмечали окончание путешествия. Водитель тоже выпил и поймал меня в номере, когда я туда одна зашла (там номер на турбазе с 4 кроватями, гид, водитель, еще одна девушка и я), повалил на кровать и хотел со мной переспать. Я его еле уговорила опомниться и сказала, что он себе что-то надумал (взрослый мужик, с детьми, лет на 20 меня старше), что у меня есть молодой человек и он знает, что я еще девственница. Кое-как отпустил.

Я в следующий раз уснуть смогла только дома. Хоть и извинялся этот мужик потом и на колени вставал, лишь бы я не пошла на него заяву писать. Как оказалось, в первом и последнем случае мужчины считали, что я с ними флиртую, смеюсь над шутками. Это достаточный повод, чтобы зажать меня где-то и агрессивно принудить к сексу? Написала это только к тому, что иногда насильником или человеком, который попытается вас изнасиловать, может оказаться знакомый вам человек. В первом случае я с этим человеком росла в одном дворе.

Моя соседка, молодая девчонка спаслась от группового изнасилования тем, что обкакалась. Они её даже бить не стали, просто выгнали. А так может и убили бы.

Это было в 90-х, мне исполнялось через две недели 16-ть. Мы с компанией загулялись допоздна, трамваи уже не ходили. Я стояла на остановке, и много людей было. Подъехал автобус, водитель сказал, что на славянскую. Люди зашли и я зашла. Когда выходила пара из автобуса, интуиция подсказывала, что надо выйти с ними, но мне надо было дальше. Я потом себя ругала, ну почему не прислушалась к себе. Остался ещё подвыпивший мужчина. Едем, я понимаю, что свернули не туда, прошу остановиться. Водитель говорит, щас заедем в одно место и потом отвезём прям до дома. Я начала требовать остановить. Позже выяснилось, что этот мужчина с водителем сговорились меня завести. Он подсел ко мне и сказал, что лучше не сопротивляться. Я начала просить отпустить меня. Говорю: “Почему вы не найдете другую девушку, ведь много доступных, которые согласятся, а я девственница. Вы мне жизнь хотите испортить? Что вы за мужчины?” На подвыпившего это подействовало, он поменялся в лице. Я это почувствовала и стала просить помочь мне. Водитель схватил меня за руку и потащил в конец автобуса. Подвыпивший вскочил, вырвал меня, потащил меня к выходу, водитель попытался помешать, но мы успели выскочить.

Он завел автобус и поехал вслед. Я бежала так, как никогда не бежала, перепрыгивая через кусты. И только когда мы остановились, я поняла, что все ноги в кровь изодраны. Мужчина к тому времени уже протрезвел. Довел меня до дома. Я не хотела, говорила сама дойду, боялась, что он по пути на меня нападет. Но он сказал, что виноват и чувствует ответственность за меня.

По пути разговорились, он оказался сотрудником милиции, оставил свой телефон. Я его больше никогда не видела и не звонила. Когда пришла домой, поняла, что могло случиться. Прорыдала всю ночь. Мне очень повезло.

## 81

Мне было 19, 1997 год. Я шла на экзамен в институт. Накануне к моим родителям приезжали гости и мужчина забыл у нас дома шапку. Конец декабря, полдень, центр Луганска, на обочине стоит машина, марка и цвет как у знакомого. Окна тонированные. Я и сказала водителю, что забыл у нас шапку. Водитель жестом показал подойти к пассажирском месту, обхожу. Открывается дверь, я понимаю что в машине 4 незнакомых мужика и один из них уже стоит сзади и запикивает меня татуированными руками в машину.

Я резко выпрямляюсь, поворачиваюсь и выпаливаю в лицо: “Привет, как тебя зовут?” Он на долю секунды впадает в ступор от неожиданности, я выворачиваюсь и бегу по тротуару.

Я немного оторвалась, но начинают догонять на машине. Водитель кричит из окна: “Милая, ты же моя жена, то что я посидел с друзьями не повод для ссоры. У нас же дети, я же стараюсь, у нас дом полная чаша.”

Я прошу помощи у прохожих, но. Но понимаю, что в людном месте среди бела дня все выглядит, как семейная ссора.

Резко забегая во дворы, машина за мной. На ходу достаю связку ключей якобы я прибежала домой и понимаю, что подъезд закрыт.

Из-под жигулей, что стоят перед подъездом, вылезает мужик с гаечным ключом и начинает спрашивать кто я такая, к кому пришла, а то ходят всякие, а потом квартиры обворовывают. Я шепчу: “Мужчина, пожалуйста, не уходите, а просто поговорите со мной”. Он не понимает и продолжает ругаться. Со стороны выглядело так, что я хотела зайти в свой подъезд, а меня остановил сосед. В общем они уехали.

## 82

Мне было 16. Не дошла до дома 100 метров. Напал мужчина сзади, начал душить, повалил на землю. Начал раздевать ниже пояса и приговаривать на ухо, что если закричу, то он сделает так, что и мама родная не узнает.

У меня в голове сразу же картинка, как она меня находит в таком виде... Поняла что нужно делать что угодно, но выбраться живой. В общем начала ему подыгрывать, вела себя спокойно, терпела его прикосновения.

Начала ему говорить, чтобы не портил мне лицо, так как если папа узнает, то ему не поздоровится. Он спросил про отца.

На самом деле, со своим папой давно не общалась. Просто находилась рядом около дома своей подружки, у которой папа был в то время "Авторитетом" района. Я ему сказала имя отца подружки. Мой расчёт был на то, что он не знает, как выглядит его дочь. И это сработало!!!!!!!!!!!!

Он немного испугался и завис. И мне хватило этих секунд, чтобы рвануть что есть силы в сторону дома сестры (она жила метрах в тридцати). Вдогонку слышала угрозы и обещания скорой смерти. В итоге всё обошлось, было только много синяков и расцарапанное лицо. Но я осталась Жива!!!!

Прошло 17 лет, я всё помню, даже знаю кто это сделал. Мама так и не знает, не хочу её травмировать. Знает сестра и её муж. Реально понимаю, что спасла меня смекалка и наверное, неопытность насильника. Мне повезло, и за это благодарна всем Богам, которым тогда молилась.

## 83

Знакомую подвозили двое мужчин, и начали делать намеки на секс. Она им сказала, что ВИЧ положительна. Отстали сразу.

## 84

Мы с подружкой летом часто ездили купаться на местное водохранилище. Было нам тогда по 15 лет, выглядели старше, обе высокие и "оформившиеся". Однажды недалеко от нас остановилась ментовская машина, их было трое, в форме. Они тоже решили освежиться. Один из них сразу нас заметил и двинулся в нашу сторону. Сначала все шутки-прибаутки, приглашение посидеть с ними, выпить пива. Мы уже были сильно напуганы, отказывались. Потом он схватил меня за руку и потащил по траве, все еще якобы в шуточной манере. Я не помнила точный номер статьи, но выпалила:

- "Статья УК РФ за совращение несовершеннолетних вас не пугает?" Он оторопел.

- "А сколько вам лет?"

- "15!"

- “Мужики, да они малолетки!”

Так и отстали. Но страшно было очень.

## 85

Один раз шла в гости к родственникам, мне 15-16 лет... Лето... Автобусы ходили редко и я решила пройти пешком минут 30. А там промышленная зона и безлюдно. Мы много раз ходили с родственниками, когда долго не было автобуса. А тут решила одна сходить. Останавливается машина, выходит мужчина и спрашивает дорогу как доехать, я без проблем отвечаю...

Он говорит теперь садись в машину, покажешь нам дорогу. Смотрю в салон, а машина полна мужчин. Я в шоке. Говорю, куда садиться у вас и так полная машина. Мне некуда бежать, вокруг никого... У меня становятся ватные ноги и я сажусь. И в машине начинаю соображать. Беру инициативу на себя.

Говорю: “Давайте лучше все сделаем любовно. Вы сейчас отведете меня к моему дому, а вечером я приду с подругой и пообщаемся.” Главный из них загорелся. Довез до вымышленного мной дома. Я вышла и через некоторое время огородами убежала. Очень испугалась. Я была правильной школьницей и понятия не имела даже о встречах с парнем... Но внешне выглядела лет на 18 наверное... Слава Богу, что догадалась, как выйти из этой ситуации... По сути, была ребенком.

## 86

Мне было около 20. Пошла вечером в магазин. Останавливается машина... Там парень лет 22-25. Стал приветливо со мной говорить, как со старой знакомой. Я подумала что - это друг моего брата или друзей, который знает меня, а я подзабыла. У меня близорукость, посчитала что просто не разглядела его, когда были в общей компании. Предложил прокатиться, я села в машину и поехали.

Привез на пустырь... Я испугалась. Оказалось, он не друг никому... Я понимаю, что от меня хотят секса. И тогда сказала, что я девственница, и не хочу чтоб мой первый раз прошел именно так, без любви и без отношений. Расплакалась... Он постоял, подумал о чем-то, и отвез меня

обратно, где взял. Сказал, чтоб не носила короткие юбки и не провоцировала мужчин.

## 87

Я шла от репетитора зимой домой в 6 вечера. Мне было 14 лет, услышала сзади шаги. Их было двое, молодые парни. За руку меня схватил один и прижал к забору. Я пыталась вырваться, второй парень схватил за талию. Я кричала, люди проходили мимо. Незнакомый мужчина это увидел, подбежал к нам, назвал меня другим именем и заорал: “Вы что с моей дочерью делаете?”. Парни отступили, я вцепилась мужчине в руку. Меня трясло, и я рыдала. Мой спаситель проводил меня до дома. Те двое в стороне от нас провожали меня до подъезда. Мне этот мужчина жизнь спас. Сказал, что не мог мимо пройти.

## 88

В 19 лет поверила своему тренеру, что он меня устраивает на работу. А сам завез и оставил в пустой квартире, куда пришел наш общий знакомый и хотел меня изнасиловать. Я разыграла сердечный приступ и он меня отпустил...

## 89

Я из школы шла, 1й класс. Захожу в подъезд, а там двойные двери, как в пятиэтажках старых всегда. Подхожу к лестнице и вижу тень. Между дверей стоял мужик и прятался. Я побежала, он за мной и хватает меня. Я стала орать.

На удивление папа мой был дома, чудом домой зашел днем с работы. Он крикнул мне с нашего этажа. Мужик отпустил меня и убежал. Мне скоро 40. Я до сих пор боюсь подъездов. Панический страх. Не захожу одна, если там нет консьержа.

## 90

На нас с будущим мужем напали трое на аллее зимой вечером. Мой муж провожал меня. Один с битой, другой с пистолетом, третий с ножом.

На мужа напали на мостике, он меня толкнул со всей силы и крикнул бежать.

Я поскользнулась, пролетела через мостик, и упала. Поднимаюсь, вижу его битой по голове бьют лежащего, а он не шевелится. Сознание потерял. Бросить его не могла и начала кричать. Третий подлетел ко мне и ножик к горлу поставил. Я помню свой крик, его было слышно на весь район, словно свинью резали. От этого крика они убежали. Мужа волокла по снегу до ближайшего дома.

На следующий день, когда полиция опрашивала жителей дома, они говорили, что думали девушку насилуют. Весь дом слышал мои крики, думали, что насилуют, и никто даже милицию не вызвал.

В невестки меня брали с радостью, сына не бросила.

## 91

Мне 15 лет, глубокая осень, темно. Я не помню откуда вылез мужик, может и караулил, напал сзади и повалил на землю. Почему-то не могла кричать, первые секунды не сопротивлялась даже, а потом вспомнила, что носила в кармане нож на такие случаи, но ни разу не пригодился.

Короткий такой нож, треугольной формы. Такими мама зачищала кроличьи шкурки от жира, а потом шила из них шапки нам.

Нож занимал мало места. Коротким лезвием не нанести тяжелые повреждения, длина лезвия около 5см. Достала нож и ударила куда-то в ногу. Тот заорал, а я встала и бегом домой. Лица его я не видела, не было ни единого отблеска света. Маме сказала, что упала в темноте у мостика, поэтому куртка грязная.

## 92

Я зашла в подъезд, жду лифт. Чувствую кто-то ещё есть в подъезде. Сделала вид якобы проверяю почту, а сама посмотрела украдкой на выход и увидела мужчину, который лицо прикрыл газетой. Пришёл лифт, я быстро туда, он за мной, уже снял штаны и идёт с голой жопой на меня. Я как заору благим матом, замахнулась на него зонтиком (в одной руке) и ключами (во второй руке). Думала, если что ключ в глаз воткну. И сама на него двинулась, благо лифт не успел закрыться. Он от меня побежал, одевая штаны.

Было мне около 10-12 лет. Сестра попросила сходить купить билет на футбол. Это был где-то 2001 год. Иду я и останавливается красная копейка, а за рулём старенький дедушка в очках (прямо похож на Чикатило).

- “Садись деточка, я тебе шоколадку дам.”

Хорошо, что день был и дорога людная. Побежала я к кассам, людей то море все идут на игру. Иду назад, а он ездит по кругу и меня ждёт. Хорошо тогда бабушки семечки продавали, я встала возле них и плачу. Ну они позвали мужчину, работал видимо там. Он провел меня до начала дома и ушел. А дом стоял кругом, можно с двух сторон заехать. Смотрю, а он заезжает с другой стороны. Я на 5 этаж с такой скоростью света залетела. (тогда ещё двери в подъезды не закрывались). Никогда не забуду, рассказала сестре, а она потом уже маме, но я номеров машины не запомнила. Вот так среди белого дня в людном месте могут ребёнка заманить!!!!

А я возвращалась после дискотеки. Начинало светать, идти минут 15 по частному сектору. На середине пути услышала мужской голос говорящий остановиться. Я обернулась и вижу, что мужик в маске на все лицо бежит ко мне.

Я всегда носила с собой нож, на всякий случай. И в этот день он был при мне, я шла с ним в руках. Стою, мужик подбегает, хватает крепко за руку и не может видимо понять мою реакцию. А у меня проносится в голове миллион мыслей, о том, что на платформе убежать не смогу. Что в частных домах собаки и легко поднять шум. И в конце концов как он не видит мой нож.

И я, глядя ему в глаза, резко ударила его ножом в плечо. Он только прошипел: “Сука”, - и побежал от меня, а я, видимо в шоке, бежала с ножом за ним. Хотела догнать...



Однажды ночью после работы, я решила не ехать на развозке, а быстрее дойти пешком. Моя остановка была последней. Город Тюмень, я иду и сзади меня резко толкают. Я падаю, аж выпала из балетки и уронила телефон. Мужик этот меня тут же переворачивает и садится мне на ноги. Оторвал мне ремень с корнем, торопился расстегнуть джинсы, а я руки перед ним поставила и говорю: “СТОП, САМА, САМА, САМА”, - единственное что пришло на ум.

Он в ступоре смотрит на меня, а я ему говорю: “А ПОШЛИ К ТЕБЕ, ИЛИ КО МНЕ, Я ДАВНО ОДНА”.

Он слез с меня, нашел балетку, а я в полумраке нашла свой сони эриксон (телефон). Засунула по тихому в лифчик. Встала, и так демонстративно ножку вперед и говорю: “Одевай”. Он, как джентльмен одел мне балетку, и мы пошли. Помню, как кольцо в пальцы впивалось, так крепко он держал меня за руку. Мы даже познакомиться успели. Я представилась Машей, а он Олегом. Идем параллельно дороге по тротуару, вижу впереди стройка. Я подумала что он меня сейчас туда как дерганет и убьет на стройке. Он видимо так же думал. И именно когда он меня дергает, я тоже дернула руку и вырвалась.

Выбежала на середину проезжей части. Слезы градом, реву, нож достала и ору ему, что убью, а он идет и смеется, прямо в голос ржёт.

Остановила машину, бросилась прямо, но мужчина на черной иномарке дверей даже не открыл. А я вышла к светофору и увидела как из шестёрки или семёрки выходит парень молодой и ко мне. Следом за парнем вышла девушка и еще один парень. Девушка тихонько так мне повторяла: “Тише, нож отдай, нож отдай”, – а я и не понимала даже.

А мужик убежал.

Как-то давно пристал на остановке пьяный мужик. За руки хватает, под юбку лезет, и не отстает. Перебежала на другую сторону дороги, домой не бегу, темно и двор пустой. А там компания, которая не захотела помочь.

А алкаш как раз догоняет. Смотрю чуть дальше двое мужиков, пиво пьют. Подбегаю, прошу провести, хоть немного, проводить отказались, но

один сообразил. Сделал шаг навстречу преследователю и попросил подкурить. Тот отвлекся. Мне кажется, что олимпийский рекорд по бегу я установила. Спасибо тебе мужик за сообразительность!!!

## 97

Будучи студенткой 2 курса, приехала на поезде от родителей в город. Знакомые, выходя из вагона, спросили меня: “Лена, может тебя довезти до дома?”. Я отказалась, так как меня встречала подруга. Телефонов тогда не было у нас. Подруга задерживалась. Тут подходит ко мне мужчина и говорит: “Привет, Лена, ты меня не знаешь. Меня попросила встретить твоя подруга”.

И я за него стала строить догадки, назвала ее имя, что она не смогла приехать, что он парень соседки и т.д. Он со всем соглашался и поддакивал.

Когда мы стояли, он пытался обнимать. А потом сказал, что еще ждет брата. Пока он ушел встречать брата, я смотрю, а навстречу идет моя подруга.

И тогда я все поняла. Он услышал мое имя, когда со мной разговаривали знакомые и меня это очень подкупило. Знает имя, значит не врёт, можно доверять. Как я кричала, когда его увидела. Он посмеялся надо мной и ушел. Каких-то пару минут, мы задержались на вокзале и они спасли мне жизнь. Боже, страшно вспоминать.

## 98

Я как-то оказалась в машине с придурком. Он схватил внезапно меня на руки и запихал в машину. Дал по газам и удерживал несколько часов. Говорил, что найдут меня расчлененной. Я с ним пыталась и разговаривать по-хорошему, и по-плохому. Сопrotивлялась до конца, и спаслась.

Мои потери: выдранные волосы, ну и он меня бил по спине. Мне повезло, мой настрой был - биться и сопротивляться до последнего!!! Никаких там расслабиться и потерпеть. Я просто не могла по-другому.

Два года назад на меня напали утром, по дороге на работу (уже было светло, но безлюдно). Стоя у меня за спиной, мне порвали юбку. А я стояла, как вкопанная и не могла ни пошевелиться, ни кричать. В сумке был баллончик, но я была в полном шоке. Как он сзади подбежал, так и убежал. Я не видела кто это. Очнулась от шока, когда он уже убежал далеко. Так что самооборона в таких случаях не у всех срабатывает.

У меня был случай такой. Подхожу к подъезду своему, а из-за угла выбегает мужик и торопит меня дверь открыть. У меня что-то ёкнуло. Я ему сказала: “Вам надо, вы и открывайте”, - и сама отошла и давай по телефону звонить парню своему. Дядька попрыгал, попрыгал у двери, на меня зыркнул и убежал. Явно выслеживал жертву, чтобы в подъезде напасть. Он ни в домофон не позвонил, ни своим ключом не открыл. Меня интуиция спасла. Прямо щелкнуло что-то в голове.

## Часть Вторая

### Женская безопасность

Мы попытались сделать эту брошюру максимально ресурсной и написать о тех инструментах, которые вам помогут.

Для начала нужно отметить, что в США, России, или Украине, изнасилование оценивается по-разному. Например, в России это статья 131 и там должен быть обязательный факт насилия, угрозы насилия или беспомощного состояния жертвы.

В Украине это 152 статья уголовного кодекса и насилие там не обязательно, статья называется «Изнасилование», но внутри статьи только отсутствие согласия.

В США это так же сексуальные действия без согласия.

В Украине и Штатах самого факта насилия не прописано, но оно подразумевается.

Важно понимать две категории: половая свобода и половая неприкосновенность, к сожалению, об этом не говорят ни в школе, ни в вузе. У половой неприкосновенности есть определенный возраст он во всем мире один — это 16 лет. И до 16 лет ребенка (и мальчиков, и девочек) никто не может трогать. Согласен, не согласен — неприкосновенность!

После 16 лет у несовершеннолетних появляется половая свобода. С этого возраста человек дает волевое согласие на отношения в сексуальной сфере.

Представим себе ситуацию, когда девочке 15, а парню 18. У них все взаимно и по любви, но это будет признаваться преступными половыми связями с лицом, не достигшим 16 лет. Заявление на мальчика может подать кто угодно: родители, бабушка, сама девушка.

То же самое с изнасилованием. Когда ребенку еще нет 12 лет, а в США и Украине 14 лет, это признается беспомощным состоянием, даже если было согласие в половом акте с ребенком. Пример: если девочке 11, а мальчику от 14, то это будет изнасилование.

Мы, к сожалению, об этом не знаем и не говорим, но об этом важно разговаривать. В России вообще нет полового просвещения как системы. В штатах мы видели программы, куда включены от 10 до 30 уроков.

Итак, изнасилование — это половые отношения без согласия. От них мы и будем учиться защищаться в этой статье.

## **Может ли женщина самостоятельно защитить себя при нападении?**

Во время стресса и в мужском, и в женском организме вырабатывается гормон стресса кортизол. Женщин кортизол чаще всего «парализует», на мужчину в большинстве случаев действует так, что он становится суперсильным.

Поэтому, женщины должны тренироваться. Тогда во время нападения они будут действовать автоматически и это поможет им спастись. Первое, что нужно тренировать — это голос.

## **Как тренировать голос?**

- Встать друг напротив друга и начать говорить: «Стой», смотря в глаза друг другу и отходя друг от друга на шаг, на два, на три, на четыре с повышением интонации;

- Прорабатывать голоса с произношением имен в паре, повышая громкость голоса, отходя на шаг друг от друга (звуковая лесенка).

Если будете тренироваться, то во время опасности вам будет легче закричать, ведь этот навык у вас уже натренирован. Кстати, кричать при нападении в подъезде нужно «Пожар», а не «Помогите». Когда мы кричим в подъезде «Помогите», люди еще крепче закрывают двери. А когда «Пожар» - кто-то обязательно откроет дверь.

## **Карманная сирена**

Купите себе небольшую сирену, повесьте на ручку сумки, или на брелок с ключами. Совет брать сирену без кнопок, а то нажмете ненароком в общественном транспорте, и она начнет сигналить.

Берите такую сирену, чтоб внизу была чека или шнурок. Дернул за шнурок, и сирена сработала.

Почему ее нужно носить на сумке или ключах? Если у вас в руках ключи, то интереса они не представляют. А если телефон, то его первым делом вырывают, и вы не успеваете воспользоваться SOS кнопкой на телефоне. К тому же, помним о кортизоле, который парализует женщин.

Как звучит сирена? Примерно 100-130 дБ. Когда сбросили брелок, вы бросаете его под ноги. Нападающий отвлекается на звук, он хочет его купировать. И он пытается обезвредить сирену. А колечко осталось у вас на сумке или на ключах. Он не может сделать сирену тише, он в замешательстве - и у вас есть время чтобы убежать.

Второй навык, который мы тренируем это быстрые ноги. Если на вас обувь (не кроссовки), бросайте обувь в разные стороны или в нападающего и бегите.

## **Куда бежать?**

Бывают такие случаи, что женщины бегут в круглосуточные заведения, но не все круглосуточные заведения безопасны. Если перед вами забегаловка, и вы в 9 вечера подверглись нападению, сомневаюсь, что контингент данного заведения окажет вам помощь, может быть даже хуже.

А вот салоны красоты, магазины, где есть охранники, банки — это дело. Бегите в любые места, где есть охрана и касса с тревожной кнопкой.

Если это круглосуточный продуктовый магазин, то там скорее всего есть тревожная кнопка. Если кассир или охранник не смогут вам помочь, то тревожную кнопку они смогут нажать. Того, кто за вами гонится, это отпугнет, тк в настоящее время тревожные кнопки оснащены еще звуковой сиреной для отпугивания.

**Итак, громкий голос, быстрые ноги, сирена – вас спасут.**

## **А вот что не нужно делать:**

- Никогда не деритесь ПЕРВОЙ с нападающим. Не нужно лезть на рожон.
- Когда вы убегаете, НЕ бегите в сторону своего дома.

## **Почему не бежать в сторону своего дома?**

Если вы живете одна, злоумышленник может потом вас выследить. Бегите к соседнему дому, чтобы запутать нападающего.

И заранее обдумайте свои действия на случай опасности. Проговорите их. Если мы это не проговорим, то не всегда сможем придумать такое в экстренной ситуации.

Про мозг говорят, что на самом деле сознание принимает очень малое количество решений, все глобальные и серьезные решения мозг принимает без нашего участия. Если вы загрузили на ваш «сервер» необходимые сведения, то вы уже знаете, что в подъезде закричите «Пожар», а не «Спасите», вы будете сбрасывать обувь, если это не кроссовки, и вы будете машинально бросать сирену под ноги, привлекая внимание людей, которые могут оказаться рядом.

## **Ваша задача сделать нападение видимым и слышимым**

Именно этого боятся нападающие.

- Неужели мы не разозлим нападающего карманной сиреной? – задают вопросы девушки. Конечно разозлим, но выиграем время.

Разозлить нападающего ударом в нос куда более опасно, чем разозлить его звуком.

Итак, на рожон не лезем, с мужчинами не деремся. Выигрываем время, привлекаем внимание к месту нападения, убегаем.

Однако, если вы понимаете, что скованны, вам некуда деться, и до сирены вы не дотягиваетесь, то нужно вспомнить о болевых точках того человека, который вас удерживает.

## Болевые точки

**Пальцы рук** - одна из самых болевых точек у любого человека.

**Уши.** Достаточно хлопнуть двумя руками по ушам. Если вас, к примеру, обхватили за талию или таз, а уши свободны, не раздумывая бейте наотмашь по двум ушам одновременно. Это оглушает.

Девушки! У вас часто очень хороший маникюр, его можно использовать для самообороны. Наотмашь ударьте по глазам. Движением от себя, тыльной стороной кисти в область глаз. **Глаза** — это еще одна болевая точка.

**Нос.** Если вы открытой ладонью с размаху ударите человека в нос, то он дезориентируется на определенное время.

**Кадык** — тоже очень болезненная часть. Ударяем ладонью, боковой поверхностью располагающейся между большим и указательным пальцем руки. Даже если немножко касаться, у мужчин сразу сбивается дыхание, перекрывается кадыком трахея. В общем, это достаточно болезненно.

Итак, если у вас свободные руки, то можно:

- хлопнуть сильно по ушам
- наотмашь ногтями ударить в сторону глаз
- открытой ладонью в нос
- ударить ладонью в кадык

Если руки заняты, но более-менее свободны **ноги** – бейте ногами. Если расстояние до агрессора небольшое, нужно бить коленом.

Колено отводим назад и резко его поднимаем. Неважно целиться в пах. Если сделать все резко и машинально, то будет эффект.

Если расстояние от метра и больше, то вы бьете ногой. Но важно, чтобы вы попали в пах подъемом стопы. Тогда боль будет невероятная, сравнимая с ударом кадыка ладонью.



## **Общие правила защиты Что это такое?**

Это означает – в своих ежедневных поступках вы продолжаете задумываться о безопасности.

Например, покупая билет на поезд, берите место в купе для женщин. Крупные компании сейчас заботятся о безопасности женщин. Железные дороги предоставляют купе для женщин. Если едете куда-то на поезде, берите места только в нем.

Не пользуйтесь сомнительными сервисами по транспортировке. Не садитесь с попутчиками в одну машину. Это опасно, несмотря даже на то, что человек и автомобиль зарегистрированы.

Если вызываете такси, пользуйтесь крупными компаниями с кнопкой безопасности.

Крупные компании предоставляют такую функцию. Что она дает? Во-первых, вы можете оценивать манеру вождения водителя. Во-вторых, вы можете отправить маршрут близкому человеку. Если вы понимаете, что-то идет не так, вы отправляете геолокацию близкому человеку. Кстати, в самом приложении номер телефона этого человека может быть сразу вбит.

**Помните, мы обсуждали, что место насилия нужно сделать видимым и слышимым? А как это сделать в такси?**

Достаете телефон и как будто записываете в Viber или WhatsApp аудио сообщение.

Пример: - Да, да я еду, все хорошо. Сейчас я тебе скину геометку, да не волнуйся, ну ладно, выходите встречайте меня у подъезда, буду через 10 минут.

Пользуйтесь геолокацией! Отправляйте ее и делайте видимым неправильный маршрут водителя.

## **Если изнасилование произошло. Как правильно обратиться в полицию? Что делать?**

Как бывший следователь, я ручаюсь за то, что ни у одного сотрудника внутренних дел нет специального желания не принять заявление у жертвы.

Смотрите что происходит сразу после нападения.

Женщине, попавшей в такую ситуацию, хочется:

1. Отмыться
2. Избавиться от всего, что связано с этим происшествием
3. Все выбросить, сжечь
4. Забыть, как страшный сон

Но это не дает полиции возможности начать расследование!!!

Поэтому, для привлечения мерзавца женщина должна сохранить доказательства.

В доказательства включают:

- Одежду;
- Телесные повреждения;
- Биологические выделения насильника и потерпевшего;
- Фото – видеозаписи.

Совет: поднимайте голову наверх, когда происходит нападение или приставание, чтобы посмотреть, где есть камеры.

Камер сейчас очень много, они на подъездах и магазинах, у дорог и перекрестков. Зайдите в поле видимости камеры. Это может вас спасти.

### **Что можно сделать?**

1. Указать нападающему на камеру;
2. Запись можно использовать в качестве доказательства, даже если не было достаточно биологических сред.

Ключевое в расследование 131, 132 статьи уголовного кодекса Российской Федерации и 152, 153 статьи уголовного кодекса Украины и соответствующих статей в США - это биологические следы, одежда,

следы борьбы, его кожа под ногтями жертвы, что подтверждает сопротивление и отсутствие согласия.

### **Как звонить в полицию?**

Мы все ориентированы на то, что нужно звонить 112 или 002, но это длинный путь. Поэтому, когда полицейские приезжают через 2 часа, мы возмущены, а на самом деле непосредственный исполнитель по вызову только 10-15 мин назад получил наш сигнал.

Почему? Потому что, когда мы звоним в 112 или 002 мы идем по большому кругу.

Есть более эффективные средства. Для россиян — это приложение «МВД России». В приложение есть экстренный вызов «мигалка».

Нажимаете на мигалку, появляется ваше местоположение и происходит вызов полиции.

Обратите внимание если геолокация хорошо срабатывает, то наше местоположение определится на расстояние 10-15 метров.

Пример: если вас везут в машине, то вам не нужно будет называть улицу, номер дома и так далее. Вызвать полицию вы сможете нажав на флажок «мигалка».

Если ситуация не критическая и вам нужно позвонить в отдел, на территории которого вы находитесь, есть другая метка - «Отделения МВД». Нажимаете на эту метку и у вас появляется список. Геолокация определяет место, до какого отдела вам ближе всего. Вы нажимаете на отдел и у вас появляется номер его дежурной части.

Обратите внимание, что вы также можете позвать участкового, если увидели, что какой-то человек пристает к детям во дворе, задает вопросы детям и так далее.

В этом приложение нажимаете кнопку «ваш участковый» и геолокация определяет участкового, который привязан к вашему дому.

Вы нажимаете на человека, который находится в 700-900 м от вас, и у вас высвечивается его мобильный номер, фотография, ФИО и если у него с собой трекер то вы увидите где он находится на момент вашего

обращения. После вашего вызова ему приходит отметка, что вы звоните из приложения МВД России, а это особенный учет.

Так же вы можете обращаться в подразделения, которые вам интересны. В приложении есть метка «Прием обращений» вы нажимаете и пишете заявление прямо с телефона.

Плюс, если вы видите в интернете ссылки на наркоторговлю, то вы отправляете скрин с телефона со ссылкой на сайт, но на камере нужно сделать отметку. Водным знаком отмечается, что это была за марка телефона, время и дата. Получается, что у нас доказательства, которые мы можем отправить напрямую с нашего телефона. Однако, телефон должен быть куплен в России или в том государстве, где вы сейчас находитесь.

Пример: если вы купили телефон в Китае, и он не русифицирован или у него нет документов России, то могут возникнуть сложности.

Так же и с диктофоном, если вы кого-то хотите записать, например на работе к вам кто-то пристает, и вы понимаете, что руководитель не отвяжется от вас. Диктофон тоже должен быть куплен на территории государства, где вы находитесь. В идеале у вас должен быть чек на него. и тогда проблем с доказательствами не будет.

Итак, если вы из России, установите приложение «МВД России» — это лучшее, что сейчас есть с точки зрения приложений безопасности, оно абсолютно бесплатное.

Для женщин маленький лайфхак, о котором мало кто знает.

У женщин есть убежища в каждом городе России и Украины. Называются они Кризисные центры помощи женщинам, или Кризисные центры, или Центры помощи.

40% всех насильственных действий в отношении женщин происходят дома. Это страшно, но не говорить об этом нельзя.

**Главный вопрос при домашнем насилии: а куда мне идти, куда мне деться, где спастись?**

Помните 2 самые используемые фразы в фильмах о боевых действиях?

-В атаку!

-В укрытие!

Не хочу проводить прямую аналогию боя с домашним насилием, но иногда именно последняя фраза будет единственно применимой.

Но что, если у женщины и ее детей нет такого укрытия?

Оказывается, что в каждом субъекте России уже достаточно давно действуют Кризисные центры помощи женщинам. Что-то вроде социальных гостиниц.

Прием круглосуточный.

В них можно получить убежище, жилье и питание, необходимую медицинскую и психологическую помощь, социально-педагогическую реабилитацию ребенка, юридическую консультацию.

Вы можете найти данные центры в поисковике. Попробуйте забить следующий запрос:

- Кризисный центр помощи женщинам и ... свой город.

Как правило, указывается телефонный номер, но не указывается адрес центра. Почему? Потому что если будет указан адрес, то агрессор вас найдет.

Эти кризисные центры сохраняют определенную конфиденциальность, чтобы вы были в безопасности. Это похоже на гостиницу, там все включено, есть юрист, медики, воспитатели, учителя и так далее. Бывает, что женщине приходится находиться в центре не один и два дня, а месяц и больше, пока ситуация не разрешится.

По поводу домашнего насилия.

Есть очень толковый чат бот (Viber) #ты не одна

Запомните пожалуйста этот чат бот. Он может определить вашу геолокацию, и то какая помощь вам нужна. Вы простым запросом отправляете свою проблему и искусственный интеллект выстроит для вас цепочку действий.

Может быть вам нужно обратиться в органы опеки, если ваших детей увезли, или вам нужно обратиться к юристу, потому что вас незаконно удерживали в психиатрической клинике.

Прошу обратить внимание, что незаконное удерживание в психиатрической клинике – это отдельное преступление и, если у вас будут доказательства, что это было незаконно, например ваши соседи укажут, что вас тащили по лестнице, что были скандалы с мужем на лестничной площадке. Таким образом будет зафиксировано преступное и посткриминальное поведение показаниями и записями с видеокамер, тогда вы сможете доказать незаконное помещение в психиатрический стационар.

**Помните! Чат бот в Viber #ты не одна и Кризисный центр помощи женщинам это ваше спасение.**

И если они не пригодятся вам, то вы сможете посоветовать подруге, знакомой, коллеге. Запомните дорогие девушки, женщины:

**ВЫХОД ЕСТЬ ВСЕГДА!**

**Когда вы делаете нападение видимым и слышимым, и идете до конца – вы спасаетесь.**

**Что еще можно сделать при нападении?**

На самом деле пробить пах или ударить в лицо или по ушам не всегда возможно, ведь кортизол парализует не только голос. Это как во сне, вы кричите, а голоса нет. То же самое и с движениями, ноги становятся свинцовые или ватные, все что ниже колен или руки становятся бессильными.

**Что делать?**

Вести себя максимально неадекватно.

Примеры:

- Вывести биологические выделения (вызвать рвоту или помочиться)
- Вызвать акт дефекации

Если женщина ведет себя неадекватно, она еще больше дезориентирует нападающего, потому что он к такому не готов.

Если на женщину напали и она понимает, что у нее свинцовые ноги, обмякли руки, она не может закричать и ударить, то можно изобразить приступ эпилепсии, сделать вид что у нее приступ астмы, вызвать рвоту, запеть гимн, закричать УРА.

Вести себя максимально неадекватно.

Сослаться на болезнь, например сказать: - Я лечусь в кожвене. У меня СПИД.

Кажется, что это невозможно. Но если вы это отработывали до нападения, то мозг включит «тумблер» спасения.

**Еще раз - если вы не можете сопротивляться, то ведите себя максимально неадекватно, это спасет вам жизнь!**

### **Что если нападает женщина?**

Мы не хотим демонизировать мужчин, но по статистике чаще нападают представители мужского пола.

Женщина может приводить другую женщину в состояние беспомощности, давать ей снотворное, напавать, удерживать ее и это будет соучастием в изнасиловании.

У женщин такие же болевые точки, как у мужчин, кроме паха:

-Пальцы

- Нос

- Горло

- Уши

- Глаза

Вести себя неадекватно, мужчины и женщины растеряются одинаково, и карманная сирена тоже сработает как надо.

## **Про баллончик**

**Не пользуйтесь аэрозольным или струйным.**

**Берите пенный или гелиевый.**

Пример: вы едете в машине, кто-то подходит к вашему окну, просит вас опустить окно, грозит битой. Вы берете баллончик из бардачка, открываете окно и брызгаете на него баллончиком.

Если это обычный перцовый аэрозольный баллончик, то из-за разниц температур и сквозняка все облако из баллончика попадет на вас и всех тех, кто находится в машине.

Берите гелиевый или пенный это последнее поколение перцовых баллончиков. Оба не подвержены внешним воздействиям, то есть ветер не сдует распыленное вещество на вас, перцовая пена и гель достаточно тяжелые.

**Электрошокеры категорически запрещаем использовать!** В случаях, когда фигурировал электрошокер, в конце концов он использовался против жертвы. И жертва была обездвижена ее же электрошокером.

## **По поводу обороны**

Есть такие критерии необходимой обороны, как соразмерность и своевременность.

То есть, если вы защищаетесь в то же время, когда на вас нападают, то вопросов к вам не будет. Если вы не стреляете из пистолета в безоружного человека (не бьете его ножом) - вопросов к вам не будет.

**Соразмерность и своевременность.**

В необходимой обороне есть нюанс.

Если вы не могли в связи с внезапностью нападения понять степень и характер его опасности, то последствия, которые наступят вам не вменяются. И такой случай не будет признаваться превышением необходимой обороны.



Есть много историй, когда женщин осуждают. Но недавно в обычном российском городе была оправдана женщина, которая защищалась от мужа кухонным ножом. Изначально вопрос был в превышении необходимой обороны, но практика судебная складывается в России такая – женщина стала восприниматься как человек слабее мужчины.

И если у женщины нож, который перед этим был у мужа, и он размахивал им на кухне пред ней, то все соразмерно.

### **Ответим еще на несколько актуальных вопросов**

#### **В чем проблема использования телефонов, купленных в Китае?**

Предоставленная информация не будет приниматься за доказательства, если вы снимаете не на территории Китая.

Кстати, очень распространённая услуга, заверение у нотариусов принт скринов телефона и скриншотов переписок. И обратите внимание, что за оскорбление и клевету, сейчас есть много приговоров и динамика хорошая по этим правонарушениям из-за того, что принт скрины стали приниматься в судах после нотариального заверения.

#### **Можно найти добровольческие организации, которые помогают женщинам?**

Есть великолепные организации, например центр «Сестры». Загуглите. Это как раз наравне с кризисными центрами для женщин.

Если мы с вами не хотим звонить участковому по поводу мужчины, который пристаёт к девочке во дворе, то можно позвонить на горячую линию «Сдай педофила», тоже можете набрать в поисковике.

По поводу безопасности, если мы тренируемся, то многими это воспринимается, что мы кличем на себя беду, притягиваем неприятности.

**Это не так! Безопасность — это когда нет беды!**

Прямая осанка, уверенность в себе, прямой взгляд.

Был один эксперимент, где заключенным, которые совершали разбои, дали посмотреть видеозаписи людей, которые идут по улице, и преступникам нужно было выбрать потенциальных жертв. В среднем все выбрали один типаж: сутулые, неуверенные, потерянные люди. Преступники выбирали их.

Безопасность на самом деле это позитивно, а не негативно.

Негативно это воспринимается, если до этого не было тренировок с мужем, и смешных воспоминаний как вы отдали ему ногу на кухне.

Не было личных бесед с детьми о половом воспитании или прочтений с ребенком книжек. Например, книга «Давай поговорим об этом», потрясающая.

Безопасность может выглядеть как тренинги, где не запугивают. А говорят, что делать, куда идти, пробуют все на практике. Поэтому тренироваться безопасности сегодня — это работа над одним из главных навыков.

Мы сейчас говорим о выборе. В разных ситуациях мы можем сделать так или иначе. Мы делаем выбор каждый день.

Мы выходим из дома и закрываем дверь на два оборота или один. Садимся в машину - пристегиваемся или не пристегиваемся.

Выбор безопасности - он ежедневный и ежечасный. И тут нет страшных тем.

**Поэтому учитеесь безопасности, это важно и это позитивно!**

## **И последний вопрос**

### **Если нападающий не останавливается?**

Нападающий не будет останавливаться. Вы думаете, что сделали все что можно, а он не останавливается.

Запомните: Он не остановится. То, что вам нужно сделать добыть себе 3-5 секунд для того, чтобы выскользнуть из его цепких лап и умчаться прочь.

**Дорогие девочки, девушки и женщины, делайте видимыми и слышимыми случаи нападения и всегда идите в таких ситуациях до конца, потому что вы выбрали безопасный вариант.**

**К сожалению, высокая нравственность девушки не обеспечивает ей безопасность, поэтому тренироваться безопасности нужно всем. Это будет вашей гарантией.**