

# Bądź bezpieczny

## Bezpieczeństwo poza domem

### Kluby i Puby

- Zanim wyjdiesz z domu zaplanuj razem z przyjaciółmi w jaki sposób wrócisz do domu na wypadek rozdzielenia
- Jeżeli nie możesz zostać razem z przyjaciółmi upewnij się że wiesz gdzie i z kim się udają
- Nie zostawiaj drinków bez nadzoru lub z osobami których dobrze nie znasz
- Jeżeli ktoś kogo dobrze nie znasz zaoferuje Ci drinka, udaj się z nim/nią do baru
- Do napojów bezalkoholowych może zostać dodany alkohol lub narkotyki
- Jeżeli zauważysz że twój przyjaciel/przyjaciółka dziwnie się zachowuje bądź gotowy/gotowa mu pomoc gdyż narkotyk mógł zostać dodany do jej/jego drinka
- Jeżeli wdasz się w kłótnię z osobą która jest pijana lub pod wpływem narkotyków nie próbuj sprzeczać się z nim/nią. Może to tylko pogorszyć sytuację. Opuść to miejsce jeżeli jest to możliwe.
- Staraj się nie mieszać różnych alkoholi – zawartość czystego alkoholu waha się
- Jeżeli potrzebujesz taksówkę żeby dostać się do domu postaraj się zarezerwować ją zanim wyjdiesz z domu i spisz jej numery. Jeżeli nie jest to możliwe upewnij się że taksówka, do której wsiadasz ma dokument potwierdzający tożsamość kierowcy w widocznym miejscu. NIGDY nie wsiadaj do nieoznaczonej taksówki.

### Poza domem

- Bądź czujny/czujna. Postaraj się zapamiętać okolice i ludzi w okolicach których przebywasz
- Postaraj się wyglądać i zachowywać pewnie
- W razie niebezpieczeństwa zamiast ‘pomocy’ wołaj ‘pożar’. Może to przynieść lepsze rezultaty.
- Jeżeli poruszasz się na wózku postaraj się trzymać wszystkie drogie rzeczy blisko siebie
- Jeżeli używasz bankomatu zawsze włóż pieniądze do portfela zanim odejdziesz od bankomatu
- Upewnij się że trzymasz klucze do domu w dłoni zanim dotrzesz do drzwi – może ci to zaoszczędzić cenny czas
- W razie niebezpieczeństwa zadzwoń pod 999. Możesz również wykręcić 112 z telefonu komórkowego
- Bądź czujny/czujna jeżeli używasz ipoda lub odtwarzacza mp3. Nie będziesz w stanie usłyszeć jeżeli ktoś będzie szedł w twoim kierunku.

- Jeżeli czujesz się niepewnie udaj się w miejsce publiczne i skontaktuj się z przyjaciółmi lub zamów taksówkę która zabierze cie do domu
- Zaplanuj swoją trasę. Staraj unikać się miejsc które są słabo oświetlone. Poinformuj przyjaciół o której godzinie powinnaś/powinieneś się zjawić a także daj im znać jak bezpiecznie dotrzesz do domu
- Upewnij się że masz numery alarmowe w swoim telefonie
- Umawiaj się z przyjaciółmi w miejscu publicznym. Unikniesz w ten sposób czekania w samotności.
- Zanim wyjdiesz z domu upewnij się że masz wszystko czego potrzebujesz – klucze, telefon komórkowy, gotówkę.

### **Bezpieczeństwo podczas zakupów**

- Trzymaj torebkę blisko siebie
- Podczas prowadzenia samochodu upewnij się że twoja torebka nie znajduje się w widocznym miejscu (przednie siedzenie). Staraj się trzymać ją w miejscu mało widocznym.
- Jeżeli poruszasz się środkami transportu publicznego trzymaj torebkę blisko siebie
- Jeżeli ktoś chwyci Twoją torebkę – puść ją. Jeżeli będziesz się szarpać może stać ci się krzywda.
- Przy płaceniu w sklepach nie zostawiaj torebki bez opieki na ladzie
- Jeżeli płacisz kartą upewnij się że bezpiecznie wprowadzasz swój numer PIN (upewnij się że nikt nie zagląda ci przez ramię)
- Podczas korzystania z przymierzalni upewnij się że masz wszystkie drogocenne rzeczy przy sobie. Nigdy nie zostawiaj torebki w przymierzalni.
- Możesz również oznaczyć swoje drogocenne rzeczy numerem UV (numer domu i kod pocztowy). Pomoże to podczas kradzieży.

### **Numery alarmowe**

Numer alarmowy Posterunku Policji Tayside.....	112 or 999
Posterunek Policji na Bell Street .....	03001112222
Crimestoppers .....	0800 555 111
Centrum Pomocy Kobietom .....	01382 666081
Centrum dla ofiar gwałtu i przemocy seksualnej .....	01382 210291
Centrum Pomocy dla ofiar przemocy w rodzinie Bernardo .....	01382 596866
Straż miejska .....	01382 436333
Linia gdzie można zgłosić zachowanie antyspołeczne.....	08001693845