

Προσωπική Ασφάλεια

Σειρά Ενημερωτικών Δελτίων Ασφαλής Πόλ Έκδοση 4: Προσωπική Ασφάλεια

Το Σύδνεϋ είναι ασφαλές σύμφωνα με διεθνή πρότυπα και μπορείτε να διαδραματίσετε έναν σημαντικό ρόλο στη διατήρηση της ασφάλειάς σας και της ιδιοκτησίας σας.



Για βοήθεια σε περίπτωση έκτακτης ανάγκης: Καλέστε 000 από κινητό τηλέφωνο, ακόμα και αν είναι κλειδωμένο

Πέντε Σύντομες Πληροφορίες

1. Στα προσωπικά εγκλήματα συμπεριλαμβάνονται η επίθεση, σεξουαλική επίθεση, απειλές, ληστεία, κλοπή και βιασμός.*
2. Οι παραβάτες προσωπικών εγκλημάτων βάζουν στόχο ανθρώπους που θεωρούν ότι είναι ευάλωτοι ή φοβισμένοι.*
3. Οι περισσότεροι παραβάτες ελπίζουν ότι θα αποφύγουν τη σύγκρουση και τη σύλληψη.
4. Μπορείτε να καλέσετε στο «000» για περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης ακόμα και αν το κινητό σας τηλέφωνο είναι κλειδωμένο.
5. Τα πιο συνηθισμένα θύματα επιθέσεων είναι άρρενες ηλικίας 15-24 ετών, παρόλο που η πιθανότητα συνεχίζει να είναι σχετικά χαμηλή.**

* Αυστραλιανό Ινστιτούτο Εγκληματολογίας [Australian Institute of Criminology] 2005

** Αυστραλιανή Στατιστική Υπηρεσία [Australian Bureau of Statistics], 2004



Justice & Attorney General

Συμβουλές για την προσωπική ασφάλεια

1. **Αποφεύγετε να περπατάτε μόνοι τη νύχτα**
Προσπαθείτε να περπατάτε με άλλους ανθρώπους τη νύχτα. Αν είστε μόνοι, περπατάτε σε χώρους που φωτίζονται καλά ή πάρτε ένα ταξί, ακόμα και αν πρόκειται μόνο για μια μικρή απόσταση.
2. **Προστατεύετε την τσάντα ή τον χαρτοφύλακά σας**
Κρατάτε την τσάντα ή τον χαρτοφύλακά σας με ασφάλεια από τη μεριά που βρίσκεται πιο μακριά από το δρόμο ώστε να μειώσετε τον κίνδυνο αρπαγής της τσάντας. Βεβαιωθείτε ότι η τσάντα σας είναι κλειστή από το φερμουάρ και ότι δεν είναι εύκολη η πρόσβαση σε αυτήν.
3. **Να είστε προσεκτικοί όταν χρησιμοποιείτε Αυτόματα Μηνήματα Ανάλυσης Μετρητών [ATM]**
Να επαγρυπνείτε όταν κάνετε ανάληψη μετρητών και να μην μετράτε χρήματα όταν σας βλέπουν άλλοι άνθρωποι. Να είστε προσεκτικοί όταν χρησιμοποιείτε ATM σε απομονωμένους χώρους ή σε σκοτεινές τοποθεσίες.
4. **Να παρατηρείτε το χώρο γύρω σας**
Επαγρυπνείτε και παρατηρείτε όσα συμβαίνουν γύρω σας. Το να φοράτε ακουστικά ή να στέλνετε μηνύματα και να μιλάτε στο κινητό σας μπορεί να μειώσει την παρατηρητικότητα σας και να σας κάνει πιο ευάλωτους στο προσωπικό έγκλημα.
5. **Να έχετε αυτοπεποίθηση και να είστε δυναμικοί**
Το να περπατάτε με αυτοπεποίθηση, να χρησιμοποιείτε ισχυρή γλώσσα σώματος και να κοιτάτε τους άλλους στα μάτια θα μειώσει τον κίνδυνο να γίνετε στόχος.
6. **Οι απομονωμένοι χώροι είναι επικίνδυνοι**
Προσπαθείτε να μένετε σε κατοικημένες περιοχές με μεγάλη δραστηριότητα όταν ασκείστε, ή όταν απλά τριγυρίζετε, ιδιαίτερα τη νύχτα.
7. **Μην κρατάτε μεγάλα ποσά σε μετρητά**
Ποτέ μην κρατάτε περισσότερα μετρητά από όσα χρειάζεστε.
8. **Κρατάτε το πορτοφόλι σας ασφαλές**
Πάντα κρατάτε το πορτοφόλι σας σε ασφαλές σημείο κοντά στο σώμα σας, όπως σε μια ζώνη χρημάτων ή σε μια δυσπρόσιτη τσέπη.
9. **Η κατανάλωση αλκοόλ μπορεί να είναι επικίνδυνη**
Η υπερβολική κατανάλωση αλκοόλ ενδέχεται να οδηγήσει σε αυξημένο κίνδυνο. Κατά την αναχώρηση από χώρους κατανάλωσης αλκοόλ να είστε προσεκτικοί στο πεζοδρόμιο και στους δρόμους και να προσέχετε ο ένας τον άλλο.
10. **Κρατάτε το κινητό τηλέφωνο ή μια τηλεκάρτα μαζί σας**
Όταν τριγυρίζετε έξω, ακόμα και αν τρέχετε ή ασκείστε, κρατάτε πάντα μαζί σας το κινητό σας τηλέφωνο ή μια τηλεκάρτα για την περίπτωση που γίνει κάποιο επεισόδιο. Βεβαιωθείτε ότι έχετε τοποθετήσει στο κινητό σας ή στην τηλεκάρτα βασικούς αριθμούς επικοινωνίας με την ένδειξη «Αριθμοί ΣΠΑ» (Σε Περίπτωση Έκτακτης Ανάγκης) [«ICE Numbers» (In Case of an Emergency)].

Διαφοροποιείτε τη ρουτίνα σας

Αν παίρνετε προφυλάξεις όταν τριγυρίζετε θα μειωθεί ο κίνδυνος να γίνετε στόχος προσωπικού εγκλήματος.

- ✓ **Περπατάτε σε ομάδες**
Αν βγαίνετε έξω μόνοι, πείτε σε κάποιον που πάτε.
- ✓ **Κρατάτε έναν προσωπικό συναγερμό**
Σκεφθείτε το ενδεχόμενο να κρατάτε έναν προσωπικό συναγερμό για την περίπτωση κάποιου επεισοδίου.
- ✓ **Ετοιμάστε ένα προσωπικό σχέδιο ασφαλείας**
Σχεδιάζετε τι να κάνετε σε διαφορετικές περιστάσεις όταν ενδέχεται να απειλείται η ασφάλειά σας.
- ✓ **Μην δέχεστε ποτέ να σας πάνε κάπου**
Μην δέχεστε ποτέ να σας πάνε κάποιος που δεν γνωρίζετε κάπου με το αυτοκίνητό του.
- ✓ **Μην χρησιμοποιείτε ποτέ σύντομες διαδρομές ή παράδρομους**
Αν και ενδέχεται να είναι πειρασμός το να εξοικονομήσετε χρόνο, αποφεύγετε τις απομονωμένες σύντομες διαδρομές, ιδιαίτερα τη νύχτα.
- ✓ **Διαφοροποιείτε τη διαδρομή σας για τις τακτικές σας δραστηριότητες**
Για δραστηριότητες ρουτίνας όπως η άσκηση ή το περπάτημα από και προς τη δουλειά, το σχολείο ή το πανεπιστήμιο, δοκιμάστε να διαφοροποιείτε τη διαδρομή σας.

Λάβετε μέτρα σε μια κρίση

- ✓ **Κρατάτε την τσάντα ή το χαρτοφύλακά σας με ασφάλεια**
Σε καφετέριες, παμπ ή θέατρα, μην τοποθετείτε την τσάντα σας στο πάτωμα ή να την κρεμάτε στην καρέκλα σας. Κρατάτε την μπροστά σας ή στα πόδια σας.
- ✓ **Μην αφήνετε αψύλακτα αντικείμενα αξίας**
Μην αφήνετε τα αντικείμενα αξίας σας σε ένα αψύλακτο καρότσι όταν πάτε για ψώνια ή σε ένα τραπέζι όταν παραγγέλλετε φαγητό ή ποτά.
- ✓ **Κρατάτε τα αντικείμενα αξίας με ασφάλεια**
Κρατάτε όσο το δυνατό λιγότερα αντικείμενα αξίας μαζί σας και αποφεύγετε να τα κρατάτε όλα μαζί σε ένα μέρος. Για παράδειγμα: Μην κρατάτε το κινητό σας, το πορτοφόλι, την ταυτότητα, το iPod ή την κάμερα όλα μαζί στην τσάντα ή στο χαρτοφύλακά σας.



Ο Δήμος της Πόλης του Σύδνεϋ, το Υπουργείο Δικαιοσύνης της Νέας Νότιας Ουαλίας [NSW Attorney General's Department] και η Αστυνομία της Νέας Νότιας Ουαλίας παρέχουν τις πληροφορίες αυτές μόνο ως γενικές συμβουλές. Οι αναγνώστες θα πρέπει να επιδεικνύουν τις δικές τους ικανότητες και προσοχή όταν χρησιμοποιούν τις πληροφορίες αυτές.

Ο Δήμος της Πόλης του Σύδνεϋ και το Τμήμα Πρόληψης Εγκλήματος [Crime Prevention Division] του Υπουργείου Δικαιοσύνης της Νέας Νότιας Ουαλίας [NSW Attorney General's Department] παρείχαν τη χρηματοδοτική τους συνδρομή για το πρόγραμμα αυτό.

Αντιμετωπίζοντας την σύγκρουση

Είναι απαραίτητο να δεσμεύεστε στην προσωπική σας ασφάλεια όταν απειλείστε.

- ✓ **Εμπιστευθείτε το ένστικτό σας**
Εμπιστευθείτε το ένστικτό σας όταν αποφασίζετε ποιος είναι ο καλύτερος τρόπος να ανταποκριθείτε σε μια απειλή – είτε φωνάζετε, τρέξετε μακριά, υπερασπιστείτε σωματικά τον εαυτό σας, ή διαπραγματευτείτε με αυτόν που σας επιτίθεται. Προσπαθήστε να αξιολογήσετε τα κίνητρα του παραβάτη όταν αποφασίζετε ποια θα είναι η στρατηγική σας.
- ✓ **Προσελκύστε την προσοχή**
Προσελκύστε την προσοχή αν αυτό είναι δυνατό - οι παραβάτες δεν θέλουν να πιαστούν στα πράσα. Φωνάξτε για βοήθεια, φωνάξτε «Help» (Βοήθεια).
- ✓ **Μην παλέψετε για τα προσωπικά σας αντικείμενα**
Η ασφάλειά σας είναι πιο σημαντική από τα προσωπικά σας αντικείμενα. Αν ένας παραβάτης θέλει την τσάντα, το πορτοφόλι ή τα χρήματά σας, παραδώστε τα.
- ✓ **Απομακρυνθείτε από την απειλή**
Αν είναι δυνατόν, τρέξτε μακριά ή χρησιμοποιήστε εύλογη δύναμη για να απομακρυνθείτε από τον κίνδυνο.
- ✓ **Μην παραιτηθείτε**
Αν δεν δουλέψει μια στρατηγική, συνεχίστε να δοκιμάζετε άλλες. Αυτό δίνει το μήνυμα στον παραβάτη ότι δεν είστε ευάλωτοι ή εύκολος στόχος.
- ✓ **Όταν σας ακολουθούν**
Αν πιστεύετε ότι σας ακολουθούν, πηγαίνετε στο κοντινότερο αστυνομικό τμήμα ή κατοικημένο χώρο.
- ✓ **Φωνάξτε βοήθεια**
Αν δεν βρίσκεται κανείς άλλος τριγύρω, δοκιμάστε να καλέσετε βοήθεια στο κινητό σας ή ένα τηλέφωνο δημόσιας χρήσης.
- ✓ **Αγνοήστε την λεκτική παρενόχληση**
Σε περιπτώσεις λεκτικής παρενόχλησης, αγνοήστε την και προχωρήστε. Αν είστε μόνος σας, κατευθυνθείτε απευθείας στο κοντινότερο αστυνομικό τμήμα ή κατοικημένο χώρο.

Βοηθάτε και προσφέρετε βοήθεια

Το να βοηθάτε άλλους που έχουν ανάγκη είναι σημαντικό.

- ✓ **Ανταποκρίνεστε σε κλήσεις για βοήθεια**
Το να ανταποκρίνεστε σε κλήσεις για βοήθεια είναι σημαντικό. Μην υποθέτετε απλά ότι θα βοηθήσει κάποιος άλλος. Δίνοντας βοήθεια ενδέχεται να αποτραπεί μια επίθεση ή ένα βίαιο έγκλημα ή/και ύποπτη δραστηριότητα, αλλά βεβαιωθείτε ότι δεν βάζετε τον εαυτό σας σε κίνδυνο όταν το κάνετε.
- ✓ **Καλέστε την αστυνομία**
Καλείτε πάντα το 000 για βοήθεια από την αστυνομία στην περίπτωση έκτακτης ανάγκης.
- ✓ **Καταγγείλετε το έγκλημα**
Κάθε προσωπικό έγκλημα θα πρέπει να καταγγέλλεται απευθείας στο τοπικό σας αστυνομικό τμήμα. Επίσης μπορούν να γίνουν καταγγελίες για ύποπτες δραστηριότητες στο τοπικό σας αστυνομικό τμήμα.