

## Памятка для детей и подростков «КАК НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ НАСИЛИЯ И ЖЕСТОКОСТИ»

Кто будет спорить с тем, что грубое слово – обидно, насмешки – унижительно, принуждение вызывает внутренний протест!

**ЧТОБЫ НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ ПРЕСТУПЛЕНИЯ**, тебе необходимо соблюдать правила безопасности:

- не разговаривать с незнакомыми людьми на улице;
- не впускать в дом незнакомцев;
- не заходить с незнакомцами в подъезд или лифт;
- не садиться в машину к незнакомым людям;
- не задерживаться на улице допоздна.

### **РЕБЕНОК ДОЛЖЕН УМЕТЬ ГОВОРИТЬ «НЕТ!» В СЛЕДУЮЩИХ СЛУЧАЯХ:**

- на все уговоры пойти куда-нибудь в уединенное место (стройку, подвал, квартиру), чтобы посмотреть что-либо, поиграть, даже если это очень интересно;
- если предложили сниматься в кино или участвовать в конкурсе красоты;
- если уговаривают сесть в машину;
- если предлагают показать, где находится та или иная улица, дом (при этом ребенок может объяснить местонахождение, но не должен провожать незнакомых людей в это место);
- если предлагают вызвать кого-либо из незнакомой квартиры, для чего необходимо зайти в подъезд или дом;
- если в школу, детский сад или другое место за ним пришел незнакомый человек и предлагает отвести его домой (в случаях, когда родители не предупреждали ребенка об этом);
- если в отсутствие родителей пришел незнакомец или малознакомый человек и предлагает впустить его в квартиру;
- если незнакомец угощает чем-нибудь, хочет сделать подарок с целью познакомиться и провести вместе время;
- если незнакомец предлагает поискать вместе потерявшуюся собаку, кошку или другое домашнее животное.

### **В подъезде, в лифте:**

- не подходи и не входи в подъезд дома, если следом идет незнакомец, лучше погуляй на улице несколько минут, пока незнакомец не уйдет; если он не уходит, не стесняйся – проси помощи у проходящих мимо взрослых людей, соседей;
- не входи в подъезд, если в нем находится незнакомец, дождись соседей, других взрослых людей; не стесняйся – проси их проводить до квартиры;
- проси, чтобы родные встретили тебя в подъезде, это можно сделать по мобильному телефону или позвонить по домофону;
- предупреждай родителей о своем возвращении, сообщай примерное время, когда будешь при возвращении находиться возле дома;
- при нападении используй любые возможности для защиты, громко кричи, привлекай внимание соседей шумом, хватайся за перила, звони в квартиры, старайся убежать;
- не входи в лифт вместе с незнакомцем, особенно мужчиной, а также, если он уже находится в кабине лифта; не стесняйся – говори, что с ним вместе не поедешь;
- если незнакомец успел войти в лифт, нажми кнопку ближайшего этажа, как только двери откроются, быстро выходи из лифта; в случае его агрессивного, подозрительного поведения не стесняйся - зови на помощь соседей.

### **В квартире:**

- не открывай дверь незнакомцам, в том числе полицейским, почтальонам, сантехникам, электрикам и др., по возможности позвони в диспетчерскую, обслуживающую ваш дом и наведи справки;
- при выходе из квартиры всегда смотри в глазок, чтобы убедиться, что на лестничной клетке нет посторонних людей;
- если, возвращаясь домой, ты чувствуешь, что тебя преследуют, не заходи в дом, вернись в людное место и попроси о помощи.

### **Если ты находишься на улице:**

- в вечернее время старайся передвигаться по освещенным, многолюдным улицам;
- в одиночку вечером старайся идти быстро, уверенно и не показывать страха; по возможности, старайся находиться ближе к людям, вызывающим доверие (пожилым парам, взрослым женщинам);

- увидев впереди группу подростков, ведущих себя вызывающе, агрессивно, пьяных людей – перейди на другую сторону или измени маршрут;
- если рядом медленно движется автомобиль – перейди на другую сторону, измени маршрут;
- в автобусе садись ближе к водителю, не показывай заранее, что следующая остановка – твоя;
- всегда предупреждай родителей, родственников о том, куда идешь, проси их встретить тебя в вечернее время;
- не голосуй на дороге и не отвечай на предложения подвезти тебя, или на просьбу показать, как проехать куда-либо, никогда не садись в машину к незнакомым людям.

### **Правила безопасности школьников в Интернете:**

1. при регистрации на сайтах старайтесь не указывать личную информацию, т.к. она может быть доступна незнакомым людям; также не рекомендуется размещать свою фотографию, давая тем самым представление о том, как вы выглядите посторонним людям;
2. используйте веб-камеру только при общении с друзьями; проследите, чтобы посторонние люди не имели возможности видеть вас во время разговора, т.к. он может быть записан;
3. нежелательные письма от незнакомых людей называются «спам»; если вы получили такое письмо, не отвечайте на него;
4. если вам пришло сообщение с незнакомого адреса, его лучше не открывать; подобные письма могут содержать вирусы;
5. если вам приходят письма с неприятным и оскорбляющим вас содержанием, если кто-то ведет себя в вашем отношении неподобающим образом, сообщите об этом;
6. если вас кто-то расстроил или обидел, расскажите все взрослому.

### **Правила безопасности при посещении сайтов**

#### **и по приему электронной почты:**

1. не ходите на незнакомые сайты;
2. если к вам по почте пришел файл Word или Excel, даже от знакомого лица, прежде чем открыть, обязательно проверьте его на макровирусы;
3. если пришел exe-файл, даже от знакомого, ни в коем случае не запускайте его, а лучше сразу удалите и очистите корзину в вашей программе чтения почты;
4. не заходите на сайты, где предлагают бесплатный Интернет;

5. никогда никому не посылайте свой пароль;
6. старайтесь использовать для паролей трудно запоминаемый набор цифр и букв.

### **Что делать в случае, когда насилие происходит в семьях?**

Прежде всего, помни, что у тебя есть права, которые защищаются законом.

Любой может обратиться в органы внутренних дел (к инспектору по делам несовершеннолетних, участковому полиции, к другому сотруднику полиции), к любому преподавателю в школе.

Если по каким-то причинам у тебя нет возможностей обратиться к сотруднику полиции, надо рассказать тому взрослому, которому ты доверяешь (друзьям, хорошим знакомым соседям, учителям), либо позвонить по следующим телефонам...