

Правила твоей безопасности

памятка для детей и подростков



**Соблюдай правила безопасности,
чтобы не стать жертвой!**

Иркутск 2012

Это простые правила безопасности, которые должен знать каждый. И совсем не обязательно, что с тобой случится, что-то страшное. Соблюдая эти правила, ты сможешь избежать подстерегающей тебя опасности или принять правильное решение в сложной ситуации.

А это значит - быть сильным!

Правило пяти «нельзя»:

- ❖ **Нельзя** разговаривать с незнакомцами и впускать их в квартиру.
- ❖ **Нельзя** заходить с незнакомцем в лифт и подъезд.
- ❖ **Нельзя** садиться в автомобиль к незнакомцам.
- ❖ **Нельзя** принимать от незнакомых людей подарки и соглашаться на их предложение пойти с ними.
- ❖ **Нельзя** задерживаться на улице после школы, особенно с наступлением темноты.

А если незнакомец просто просит показать нужную улицу или поднести сумку, проводить к магазину?

Всё равно скажи - **НЕТ!**

Объясни, как найти улицу, и ни в коем случае не поддавайся на уговоры проводить. И даже если незнакомец говорит, что он знакомый твоих родителей, которого они к тебе прислали, нужно сказать, что родители не предупреждали, и ни в коем случае, никуда не провожать.

В каких ситуациях **всегда** отвечать «**НЕТ!**»:

- ❖ Если тебе предлагают зайти в гости или подвезти до дома, пусть даже это соседи.
- ❖ Если за тобой в школу или другое детское учреждение пришёл посторонний, а родители не предупреждали об этом заранее.
- ❖ Если в отсутствие родителей пришёл малознакомый человек, впускать его в квартиру или идти с ним куда-то.

- ❖ Если незнакомец угощает чем-нибудь с целью познакомиться и провести с тобой время.

На все уговоры пойти куда-нибудь в уединённое место (строящееся здание, подвал или квартиру), чтобы посмотреть что-то или поиграть, надо ответить **«Нет!»**, даже если очень интересно.

Но как быть, если взрослый очень настойчив? Если он говорит тебе: «Я думал, что ты уже большой, а тебе, оказывается, мама не разрешает!»

Ответ один - **«НЕТ!»** Придя, домой, надо обязательно рассказать взрослым об этом человеке.

ЧТО нужно знать, чтобы не стать жертвой?

- ❖ Если у тебя появилось хоть малейшее сомнение в человеке, который находится рядом, или тебя что-то насторожило, то лучше отойти и пропустить этого человека вперед.
- ❖ Если человек не отстаёт от тебя, подойди к любому дому и сделай вид, что это твой дом, помаши рукой и позови родственников, которых как будто видишь в окне.
- ❖ Если тебя спрашивают, как найти улицу, объясни, как дойти, но ни в коем случае не провожай.
- ❖ Если тебя пытаются уговорить, отвечай, что тебе надо пойти домой и предупредить родителей, рассказать им, куда и с кем отправляешься.
- ❖ Если незнакомец предлагает тебе посмотреть что-то или помочь донести сумку, обещая заплатить, отвечай **«Нет!»**.
- ❖ Если тебе предложили сниматься в кино, участвовать в интересном конкурсе или телепередаче, не соглашайся, а спроси, когда и куда можно подойти вместе с родителями.
- ❖ Если рядом с тобой тормозит автомобиль, как можно дальше отойди и ни в коем случае не садись в него.

ГДЕ преступники могут поджидать своих жертв?

В ЛИФТЕ!

- ❖ Входи в лифт, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который вслед за тобой зайдёт в кабину.

- ❖ Если в вызванном лифте уже находится незнакомый человек, не входи в кабину.
- ❖ Если незнакомец всё-таки зашёл в лифт, повернись к нему лицом и наблюдай за его действиями.
- ❖ Если почувствовал опасность, нажимай кнопку ближайшего этажа.
- ❖ Если двери лифта открылись, выскочи на площадку, позови жильцов дома на помощь.
- ❖ Оказавшись в безопасности, немедленно позвони в полицию, сообщи, что произошло, точный адрес, а также приметы и направление, куда ушёл нападавший.

А если всё-таки вырваться не удалось, надо действовать по обстоятельствам:

- ❖ Если насильник зажимает тебе рот и снимает одежду, не угрожай ему рассказать все родителям или полиции, не плачь, сохраняй спокойствие, постарайся вовлечь насильника в разговор.
- ❖ Если насильник прижимает тебя к себе, не отталкивай его, обними и сильно укуси за нос или губу.
- ❖ Если можешь - защищайся любыми способами, если представилась возможность бежать, не собирай вещи, убегай, как есть.

В ПОДЪЕЗДЕ!

- ❖ Подходя к дому, обрати внимание, не идёт ли кто-либо следом.
- ❖ Если кто-то идёт - не подходи к подъезду. Погуляй на улице 15-20 минут, и, если незнакомец продолжает идти следом, расскажи о нём любому повстречавшемуся взрослому, идущему навстречу.
- ❖ Если в доме есть домофон, перед входом в подъезд вызови свою квартиру и попроси родителей встретить.

- ❖ Если незнакомец уже находится в подъезде, сразу же выйди на улицу и дождись, когда в подъезд войдёт кто-то из взрослых жильцов дома.
- ❖ Не выходи на лестницу в позднее время. Мусор лучше выносить утром.
- ❖ При внезапном нападении оцени ситуацию и по возможности убегай или защищайся любым способом.

В ЧУЖОМ АВТОМОБИЛЕ!

Автомобиль также может стать орудием преступника. Надо чётко знать, что **садиться в чужой автомобиль нельзя**, даже если за рулём или в салоне сидит женщина.

Правила поведения в автомобиле:

- ❖ Постарайся не добираться на попутной машине, лучше воспользоваться услугами такси, которое вызвано через диспетчера.
- ❖ Если, ты всё же добираться на попутном автомобиле или остановленном на улице такси, попроси провожающих записать номер, марку. Не садись в автомобиль с тёмными стеклами, а также в автомобиль, в котором уже сидят пассажиры.
- ❖ Если у тебя есть сотовый телефон, постарайся постоянно разговаривать с родственниками (знакомыми) и сообщать маршрут передвижения.
- ❖ Если поведение водителя тебе неприятно, кажется странным или опасным, попроси остановить автомобиль.
- ❖ Если просьба не выполнена и автомобиль не остановлен, то открой дверь или постарайся разбить окно, то есть сделай всё, чтобы привлечь к автомобилю внимание других водителей.
- ❖ Не соглашайся на предложение водителя взять попутчиков, а если он настаивает, попроси проехать чуть дальше и выйди из автомобиля.

НА УЛИЦЕ!

Если к тебе пристаёт незнакомец:

- ❖ Скажи, что торопишься и не можешь разговаривать.
- ❖ Если человек не отстаёт от тебя, постарайся выйти к проезжей части и подойти к людям, ни в коем случае не заходи в тихие дворы, а тем более - в чужие подъезды. Если у тебя с собой сотовый телефон, позвони родителям или знакомым, громко скажи, где ты находишься, и попроси встретить.
- ❖ Не жди, когда он тебя схватит.
- ❖ Если можешь, брось что-нибудь в лицо нападающему (например, портфель, мешок с обувью или просто горсть мелочи, песка, земли), чтобы на некоторое время привести его в замешательство и отвлечь.
- ❖ Убегай в сторону, где много людей.
- ❖ Используй любые подсобные средства: ручку, расчёску или ключи (вонзи в лицо, в ногу или руку нападающего); любой аэрозоль (направь струю в глаза); каблук (сильно топни каблуком по ноге нападающего).
- ❖ Дерись изо всех сил, не размахивай беспорядочно руками. Надо причинить нападающему максимальную боль.
- ❖ Как только он ослабит хватку - убегай.
- ❖ Если нападающих несколько (а так всегда и бывает) - не позволяйте зажать себя в кольцо.
- ❖ Громко кричи «помогите», чтобы привлечь внимание. Люди при таких криках могут помочь, или позвонить в полицию.
- ❖ Если тебе зажимают рот рукой, сильно укуси за руку.
- ❖ Если тебя пытаются окружить - беги к дороге, если ты окажешься на дороге - автомобили вынуждены будут остановиться, а водитель может помочь отогнать обидчиков. Главное - не прыгнуть под колёса.

Правила поведения на улице

- ❖ Идя вдоль дороги, выбирай маршрут так, чтобы идти навстречу транспорту.
- ❖ Если приходится идти вечером в одиночку, шагай быстро и уверенно и не показывай страха; можно подойти к женщине,

которая вызывает доверие, или к пожилой паре и идти рядом с ними.

- ❖ В автобусе, троллейбусе, трамвае садись ближе к водителю и выходи из вагона в последний момент, не показывая заранее, что следующая остановка твоя.
- ❖ Не голосуй на дороге и не отвечай на предложение подвезти или на просьбу.
- ❖ Ни в коем случае не садись в автомобиль, чтобы показать дорогу.
- ❖ Не ходи в отдалённые и безлюдные места.
- ❖ Иди по улице в тёмное время в группе людей, вышедшей из автобуса, электропоезда.
- ❖ Увидев впереди группу подозрительных людей или пьяного, лучше перейди на другую сторону улицы или измени маршрут.
- ❖ Если рядом с тобой остановился автомобиль, как можно дальше отойди от него (могут силой усадить и увезти) и ни в коем случае не разговаривай с людьми в автомобиле, а тем более не соглашайся сесть в него.
- ❖ Если автомобиль начинает медленно двигаться рядом, отойди от него и перейди на другую сторону.
- ❖ Всегда предупреждай родственников о том, куда идёшь, и проси их встретить в вечернее время.
- ❖ В школу или из школы желательно ходить группой.

Правила поведения в своём доме:

- ❖ Нельзя впускать в квартиру незнакомого человека!!! Если с почты принесли посылку, телеграмму или счёт, то за них нужно расписаться, что могут сделать только взрослые. То же самое касается и электрика и сантехника. Даже если у вас дома вдруг внезапно погас свет или прорвало трубу, можно позвонить родителям, и узнать, как поступить. В крайнем случае, можно спросить у соседей, которые давно знакомы.
- ❖ Перед тем как открыть дверь, обязательно посмотри в дверной глазок. Впускать в квартиру только хорошо знакомых людей.

- ❖ Покидая квартиру, также посмотри в глазок. Если на лестничной площадке есть незнакомые люди, подожди, пока они уйдут.
- ❖ Даже, если ты покидаешь квартиру на очень короткое время, обязательно закрой дверь на ключ.
- ❖ Прежде чем открывать ключом входную дверь, убедись, что поблизости никого нет.
- ❖ Если, возвращаясь домой, ты чувствуешь, что тебя преследуют, не заходи в дом, а вернись в многолюдное место, и попроси помощи или позвони, чтобы тебя встретили.

Всегда будьте бдительны и осторожны. Это поможет избежать неприятных ситуаций или уменьшить их последствия.



- ***Если ты напуган и не знаешь, как решить свои проблемы...***
- ***Если у тебя конфликтная ситуация в школе, с друзьями...***
- ***Если тебя обижают на улице...***
- ***Если твои родители оскорбляют тебя, бьют...***

***Наберись храбрости и позвони по телефону:
123***

***Тебе обязательно помогут, сохранив
твой звонок в секрете.***

общественной организацией Байкальский региональный союз женщин «Ангара» в партнерстве со Следственным управлением Следственного комитета РФ по Иркутской области.