

Памятка по безопасному поведению для несовершеннолетних

Предвидеть опасность!

По возможности избегать ее!

При необходимости — действовать!

1. ЕСЛИ ТЫ НАХОДИШЬСЯ НА УЛИЦЕ

Избегай прогулок в одиночестве в вечернее время и в малолюдных местах. Если тебя спрашивают, как найти улицу, объясни, как дойти, но, ни в коем случае не провожай. Если тебя пытаются уговорить, отвечай, что тебе нужно предупредить родителей, рассказать им, куда и с кем отправляешься.

Возвращаясь домой в вечернее время, сними все украшения, спрячь сумочку под одежду.

Для передвижения выбирай оживленные и хорошо освещенные улицы.

Постарайся идти рядом с семейной парой, пожилыми людьми, военными.

Избегай кратчайших путей (через парк, пустую автостоянку, спортивные площадки и пустыри).

Держи определенную дистанцию с людьми, проходя мимо подъездов и подворотен.

Обходи незнакомые компании и пьяных людей.

Если видишь тормозящую машину, отойди от нее как можно дальше.

Иди по тротуару со стороны встречного движения, тогда машина не сможет подъехать сзади.

В случае нападения беги к зданию с вывеской «МАГАЗИН», «ПОЛИЦИЯ», «ВОКЗАЛ», «АПТЕКА», где может быть охрана или кнопка экстренного вызова полиции.

2. ЕСЛИ ТЫ НАХОДИШЬСЯ В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ

В пустом или незаполненном автобусе садись ближе к водителю.

Не засыпай и не отвлекайся во время движения, держись за поручни,

Если нет свободных сидячих мест, стой в центральном проходе, стой лицом в сторону движения или вполоборота.

Не стой около дверей, не высовывайся из окон во время движения.

Не оставляй свои вещи без присмотра.

Не храни деньги и ценные вещи в заднем кармане брюк, сумку придерживай рукой.

Садись и выходи из транспортного средства только после его полной остановки. Выходи первым или подожди, пока схлынет толпа.

После выхода из салона подожди, пока автобус отъедет, а потом переходи улицу.

Стоящий автобус или троллейбус обходи сзади, трамвай — спереди.

3. ЕСЛИ ТЫ НАХОДИШЬСЯ В МЕСТАХ МАССОВОГО ПРЕБЫВАНИЯ ЛЮДЕЙ

Если толпа увлекла тебя, застегнись, спрячь под одежду выдающиеся концы шарфа, платка, громоздкие вещи — рюкзак, сумку — лучше выбросить.

Чтобы не упасть, следуй по направлению движения толпы, старайся быть в ее центре.

Держись подальше от стеклянных витрин, стен зданий, деревьев,

Чтобы защитить себя от сдавливания, прижми согнутые в локтях руки к туловищу.

При падении постарайся подняться быстро: встань на четвереньки, выстави вперед опорную ногу, резко поднимись.

Если подняться не удастся, подтяни согнутые в коленях ноги к животу, пригни голову и закрой ее согнутыми в локтях руками.

4. ЕСЛИ ТЫ В ОБЩЕСТВЕ ЧУЖИХ ЛЮДЕЙ

Будь осторожен при знакомствах, не соглашайся идти в гости к незнакомцам, не вступай с ними в разговор.

Если незнакомец предлагает тебе посмотреть что-то или помочь донести сумку, обещая

заплатить, отвечай «Нет!»

Не показывай посторонним людям наличие у тебя денег и ценных предметов.

Избегай большого скопления людей — толпы, очереди.

Не рассказывай о себе, о своих планах, о своей семье посторонним.

Не давай свой мобильный телефон незнакомым или малознакомым людям.

Умей сказать нет, если тебе предлагают совершить недостойный поступок, уговаривают попробовать алкоголь, наркотики.

5. ЕСЛИ ТЫ ОДИН ДОМА

Если звонят по телефону, не говори, что ты дома один и никого долго не будет.

Ни с кем не вступай в разговоры через дверь.

Помни, что ребенок не может расписываться ни в каких документах, это должны делать только взрослые.

Уходя из дома, не забудь закрыть дверь на ключ.

Если ты вышел из дома и увидел подозрительных людей, вернись немедленно обратно

6. ЕСЛИ ТЫ ОБЩАЕШЬСЯ ПО ТЕЛЕФОНУ

Поднимая трубку, не называй своего имени или имени звонящего.

Никогда не говори, что ты дома один.

Если просят назвать адрес или сказать когда придут родители, не отвечай, попроси перезвонить позже.

Договариваясь о встрече с друзьями, назначай ее на время, когда в квартире будет еще кто-то, кроме тебя.

Если тебя пытаются втянуть в непристойный разговор, положи трубку и обязательно сообщи родителям.

Памятка для родителей по половой неприкосновенности несовершеннолетних

Эта памятка предназначена для Вас, т.к. Вы — самый близкий для ребенка человек, который может помочь предотвратить насилие и посягательства на половую неприкосновенность детей и подростков.

Почему именно дети становятся жертвами преступлений? Потому что дети доверчивы и беспечны! А преступник может подобрать нужный ключик к любому ребенку.

Избежать насилия можно, но для этого необходимо:

- объяснить ребенку правила поведения, когда он остается один на улице либо дома;
- если у ребенка появилось хотя бы малейшее сомнение в человеке, который находится рядом, или его что-то насторожило, то лучше отойти от него либо остановиться и пропустить этого человека вперед;
- стать для ребенка другом, с которым он может поделиться своими переживаниями; серьезно воспринять рассказ о совершенном в отношении него насилии со стороны знакомых, родственников;
- поддерживать отношения с друзьями детей и их родителями;
- не отпускать ребенка на улицу одного (когда ребенок гуляет с друзьями, возможность совершения преступления снижается);
- знать, какие передачи ребенок смотрит по телевизору, на какие сайты в Интернете чаще всего заходит, для того чтобы исключить просмотр фильмов сексуальными сценами и сценами насилия, исключить возможность общения Вашего ребенка с педофилом через Интернет;
- обязательно контролировать время, которое ребенок проводит в Интернете, будьте в курсе, с кем Ваш ребенок контактирует в сети.

Соблюдая правила безопасности, Ваш ребенок сможет избежать подстерегающей его

опасности, принять правильное решение в сложной ситуации.

Научите ребенка всегда отвечать «Нет!»

Если ему предлагают зайти в гости, пусть даже это соседи.

Если за ним в школу или детский сад пришел посторонний, а родители не предупреждали его об этом заранее.

Если в отсутствие родителей пришел незнакомый (малознакомый) человек и просит впустить его в дом.

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

Как понять, что ребенок или подросток подвергался сексуальному насилию?

Вялость, апатия, пренебрежение к своему внешнему виду;

Постоянное чувство одиночества, бесполезности, грусти, общее снижение настроения;

Уход от контактов, изоляция от друзей и близких или поиск контакта с целью найти сочувствие и понимание;

Нарушение умственных процессов (мышления, восприятия, памяти, внимания), снижение качества выполняемой учебной работы;

Отсутствие целей и планов на будущее;

Чувство мотивированной или немотивированной тревожности, страха, отчаяния;

Пессимистическая оценка своих достижений;

Неуверенность в себе, снижение самооценки.

Проблемы со сном, кошмары, страх перед засыпанием.

Головные боли, боли в желудке, соматические симптомы.

Повышенная агрессивность и (или) высокая активность (гиперактивность).

Постоянная тревога по поводу возможной опасности или беспокойство по поводу безопасности любимых людей.

Нежелание общения и неучастие в играх и любимых занятиях.

Перечисленные проблемы могут появиться в школе, дома либо в любой знакомой обстановке, когда ребенок или подросток видит или слышит о насилии.

Поддержите ребенка или подростка в трудной ситуации.

Исцеление начинается с общения. Заботливый взрослый — самый лучший фактор, который поможет ребенку чувствовать себя в безопасности.

Разрешите ребенку рассказывать. Это помогает сказать о жестокости в их жизни взрослому, которому дети доверяют.

Дайте простое и ясное объяснение страшным происшествиям. Малыши чувствуют иначе, чем взрослые. Они не понимают истинных причин жестокости и часто обвиняют себя.

Формируйте самооценку детей. Дети, живущие в атмосфере насилия, нуждаются в ежедневном напоминании, что они любимы, умны и важны.

Обучайте альтернативе жестокости. Помогите детям решать проблемы и не играть в жестокие игры.

Решайте все проблемы без жестокости, проявляя уважение к детям.

Что вы можете сделать, чтоб обезопасить своих детей.

Не оставляйте на улице маленького ребенка без присмотра. Если ваши дети школьного возраста, пусть они всегда сообщают, где и с кем проводят время. Запретите ребенку гулять в опасных местах, дружить с ребятами, склонными к бродяжничеству, пропуску уроков.

Объясните ребенку правила поведения, когда он остается один на улице либо дома;

Расскажите ребёнку, что, если у него появилось хотя бы малейшее сомнение в человеке,

который находится рядом, или его что-то насторожило, то лучше отойти от него, либо остановиться и пропустить этого человека вперед;

Необходимо знать, какие передачи ребенок смотрит по телевизору, на какие сайты в Интернете чаще всего заходит, для того чтобы исключить просмотр фильмов сексуальными сценами и сценами насилия, исключить возможность общения Вашего ребенка с педофилом через Интернет. Обязательно контролировать время, которое ребенок проводит в Интернете, будьте в курсе, с кем Ваш ребенок контактирует в сети.

Будьте внимательны к мужчинам, бесцельно прогуливающимся около подъезда, по школьному двору, возле забора детского сада. Сообщите об этом в полицию. Иногда достаточно участковому проверить документы, как потенциальный преступник исчезает из района. Злоумышленник может находиться за рулем автомобиля, он паркует машину около школы и наблюдает за детьми. Если вы заметили подозрительную машину, запишите номер, запомните ее цвет, марку, зафиксируйте в памяти внешность водителя или пассажира. Сообщите об этом директору школы.

Предложите ребенку возвращаться с уроков, из кружков и секций в компании одноклассников, если нет возможности встречать его лично.

Поддерживайте контакт с учителем с целью предотвращения совершения насильственных преступлений в отношении Вашего ребенка.

Постройте с ребенком теплые, доверительные отношения. Часто в беду попадают именно те дети, которым дома не хватает любви, ласки и понимания.

ДОМАШНЕЕ НАСИЛИЕ

Настораживающие признаки:

Любое проявление насилия в отношениях между взрослыми оказывает негативные последствия на детей.

Обратитесь за помощью как можно раньше.

Чем дольше продолжается насилие, тем более опасны его последствия.

Как действовать:

Сообщите о случаях насилия, совершенных в отношении вас или кого-либо другого, в милицию или на местный телефон доверия.

Если вы подозреваете, что насилие совершается в отношении вашего ребенка, поговорите с ним об этом.

Если необходимо, обратитесь за помощью к социальным педагогам или психологам школы/социально- педагогического центра.

Профилактика:

Родитель, совершивший насилие, может проявить ответственность и обратиться за помощью, чтобы больше подобного не совершать.

Очень важно демонстрировать положительный пример для детей, чтобы они перенимали позитивный тип поведения.

Дети, которые часто видят насилие в семье, перенимают модель поведения, основанную на применении насилия.

Домашнее насилие может иметь для детей серьезные и долгосрочные последствия.

Часто в ситуации домашнего насилия также имеет место и жестокое обращение с ребенком.

Дети часто винят самих себя в происходящей ситуации домашнего насилия.

Злоупотребление алкоголем тесно связано с домашним насилием.