

# Как не стать жертвой насилия

## ПАМЯТКА

Эта памятка предназначена для родителей, детей и каждого из нас, кто считает своим гражданским долгом предотвращение преступлений различного рода маньяков и извращенцев против детей и подростков.

*Соблюдайте правила личной безопасности! Избежать насилия можно, если правильно оценить ситуацию и принять правильное решение. Для этого нужно навсегда усвоить правило четырех «не»:*

1. Не разговаривай с незнакомцами и не впускай их в дом.
2. Не заходи с ними в лифт и подъезд.
3. Не садись в машину к незнакомцам.
4. Не задерживайся на улице после школы, особенно с наступлением темноты.

### «Где преступники поджидают своих жертв?»

#### 1. В лифте

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

-Если в вызванном лифте уже находится незнакомый человек, не входи в кабину.

-Не входи с незнакомым человеком в лифт.

#### 2. В подъезде

-Подходя к дому, обрати внимание, не идет ли кто-либо следом. Если кто-то идет – не подходи к подъезду. Погуляй на улице 15-20 минут, и, если незнакомый мужчина продолжает идти следом, расскажи о нем любому повстречавшемуся взрослому, идущему навстречу.

-Прежде чем войти в подъезд, вызови свою квартиру по домофону и попроси родителей встретит.

-Если в подъезде находится незнакомец, сразу же выйди на улицу и дождись, когда в подъезд войдет кто-то из взрослых.

-При внезапном нападении оцени ситуацию и по возможности убегай или защищайся любым способом.

### **3. В чужой машине!**

Машина может быть не только средством передвижения, но и орудием преступника. Чтобы не стать жертвой, оказавшись в чужом автомобиле, надо выполнять «Правила поведения в автомобиле»:

-Если добираться на попутной машине, попроси сопровождающих записать марку и номер машины, фамилию водителя и сообщи об этом родителям.

-Если водитель проявляет сексуальный интерес, попроси остановиться. Если перекресток патрулируется, постарайся обратить внимание сотрудника полиции.

-Не соглашайся на предложение водителя взять попутчиков, а если он настаивает, попроси проехать чуть дальше и выйди из машины.

-Не садись в машину, если в ней уже сидят пассажиры.

-Идя вдоль дороги, выбирай маршрут так, чтобы идти навстречу транспорту.

### **4. На улице!**

На улице даже днем детей подстерегает множество опасностей. Вот что надо делать, если к тебе пристает незнакомец:

-Не жди, когда тебя схватят.

-Если можешь, брось что-нибудь в лицо нападающему (например, портфель, мешок с обувью или просто горсть мелочи), чтобы на некоторое время привести его в замешательство.

-Убегай в сторону, где много людей.

-Если тебе зажимают рот рукой, укуси за руку.

-Используй любые подсобные средства: ручку, расческу или ключи (вонзи в лицо, ногу или руку нападающего); любой аэрозоль (направь струю в глаза); каблук (сильно топни каблуком по ноге нападающего).

-Как только нападающий ослабил хватку – убегай.

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

-Если насильник зажимает рот и снимает одежду, не угрожай, не плачь, сохраняй спокойствие, разговаривай с ним.

-Если можешь - защищайся любыми способами, если представилась возможность бежать, не собирая вещей, убегай в чем есть.

-Оказавшись в безопасности, немедленно позвони по телефону «02» и сообщи что произошло, назови точный адрес, приметы и направление, куда ушел нападающий.

### **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 уполномоченному полиции или к другому сотруднику полиции).

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 телефону доверия **8-800-2000-122**.