

Памятка для детей

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, помаша 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 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 машины.

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), 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 колеса.

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 подозрительную группу 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 без вызова пришел сантехник или электрик, прежде чем его впустить, позвони в диспетчерскую, обслуживающую ваш дом и наведи справки или позвони родителям.
- Перед тем как открыть дверь, обязательно посмотри в дверной глазок. Впускай 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 с почты принесли посылку, телеграмму или счёт, то за них нужно расписаться, что могут сделать только взрослые. То же самое касается и электрика и водопроводчика. 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.
- 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.

ЧТО нужно знать девочкам-подросткам

Девочкам-подросткам, которые начинают интенсивно общаться со сверстниками, бывать в молодежных компаниях и приобретают первый опыт интимных отношений, должны быть готовы к тому, что их сочтут достаточно взрослыми для того, чтобы интимные отношения не остановились лишь на невинных поцелуях.

Нужно помнить, что большинство сексуальных нападений совершается не примитивными незнакомцами с внешностью преступника, а приятелями, знакомыми и даже родственниками. Половина изнасилований происходит не в тёмной аллее парка или неосвещённом подъезде, а дома у жертвы, или в гостях.

Отправляясь в гости к малознакомому молодому человеку или на вечеринку в большую компанию, необходимо помнить следующие правила поведения:

- В огромном количестве случаев одно только согласие девушки пойти в ресторан расценивается, как понимание, к чему идёт дело и знак согласия на это. Последующее сопротивление воспринимается просто как игра.

- Если возникает неуютное чувство, не надо стесняться своей осторожности. Необходимо уйти или твёрдо заявить о своем отношении к ситуации, вообще сказать решительное однозначное «НЕТ!».
- С самого начала ясно обозначь границы возможных взаимоотношений. Это главный принцип защиты от изнасилования.
- Если давление продолжается, не бойся шума или скандала. Например, на вечеринке - несколько минут смущения лучше риска изнасилования. А вообще, в большую компанию безопасно идти лишь с надёжными друзьями, не терять друг друга из вида и вместе уходить.
- Помни, что пьяному человеку труднее сориентироваться в ситуации и предотвратить насилие в отношении себя. С малознакомыми людьми и на большой вечеринке надо всегда оставаться трезвой.
- Держись вместе с близкими друзьями или поближе к хорошим знакомым.

5.2. Основные правила безопасного поведения, которые родители должны привить своим детям

Дети не должны:

- знакомиться на улице с посторонними людьми,
- говорить незнакомым людям свой домашний адрес и телефон,
- гулять в непредназначенных для этого местах,
- гулять в отдаленные места без сопровождения взрослого и хорошо знакомого Вам человека,
- приносить домой чужие вещи, даже если они утверждают, что просто нашли их на улице.

5.3. Основные правила, соблюдение которых усилит безопасность ваших детей

- Даже если Вы живете в своем районе не первый год, регулярно обходите окрестные дворы и смотрите, где гуляют Ваши дети и чем они там занимаются. Интересуйтесь у своего ребёнка, в каком именно месте он гуляет, и периодически проверяйте, что он находится именно там.
- Не стесняйтесь требовать от структур, обслуживающих Ваши домовые территории, обеспечения безопасности детей. В вечернее время суток во дворах не должно быть «тёмных углов». Вся территория должна быть хорошо освещена. Если детская площадка имеет ограждение, в нём всегда должно быть две калитки, чтобы у ребёнка всегда была дополнительная возможность покинуть площадку в случае возникновения опасности.
- Не стесняйтесь знакомиться с родителями знакомых Ваших детей, даже если это Вам неприятно. Обменяйтесь с ними телефонными номерами. Всегда имейте эти номера под рукой, а так же номера ближайшего отделения милиции и Вашего участкового инспектора. Проинструктируйте своего ребёнка, куда следует обращаться в случае возникновения опасности. Сообщите ему телефон ближайшего отделения полиции и вашего участкового.
- Если ребёнок еще мал (10-14 лет), но у него уже есть мобильный телефон, периодически проверяйте сохраненные в телефоне SMS-сообщения, а также его записную книжку на предмет появления в ней подозрительных контактов. Поинтересуйтесь у мобильного оператора, который обслуживает телефонный номер Вашего ребёнка, о наличии у него услуги «определение местоположения абонента». Если такая услуга есть, подключите к ней мобильный телефон ребёнка.

- Если ребёнок сообщил Вам, что он записался в кружок, клуб по интересам, или компьютерный клуб, не поленитесь посетить это заведение. Поинтересуйтесь, кто руководит этим клубом, кто следит в нём за порядком, графиком работы заведения и наличием соответствующих лицензий. Внимательно осмотрите клуб. Если обнаружите «курилку» (что не редкость, например, для компьютерных клубов), это повод задуматься о целесообразности посещения такого заведения Вашим ребёнком. Помните, что если заведение Вам не понравится, Вы имеете полное право запретить своему ребёнку его посещать, а так же потребовать от охраны заведения не пускать туда Вашего ребёнка.
- Если Вы отдаёте ребёнка в какое-либо детское учреждение (кружок, секция и пр.), не стесняйтесь интересоваться, кто будет работать с детьми. Вы имеете полное право потребовать документальные подтверждения профессиональной пригодности педагогов и поинтересоваться у руководителя заведения их прошлым. Не стесняйтесь разговаривать с ребёнком о его педагогах. Если ребёнок не сможет внятно описать свое отношение к педагогу или вообще не захочет разговаривать на эту тему, обсудите этот вопрос с родителями других детей. Если ответы других детей будут аналогичны - это повод для беспокойства.
- Особенное внимание уделяйте этим вопросам при отъезде детей в летние лагеря отдыха. Очень часто водителями и воспитателями устраиваются работать лица без педагогических навыков. Выясняйте у детей не только, чем они занимаются в течение дня, но и как именно это происходит.

Если у вашего ребёнка появился взрослый друг

Если у ребёнка появился взрослый друг, деликатно выясните что это за человек, при каких обстоятельствах произошло знакомство, и что именно их связывает. Вполне возможно, что ребёнок просто заинтересован чем-то, о чём Вы не подозреваете. Ни в коем случае не стоит пытаться разрешить сложившуюся ситуацию, если она Вам не нравится, радикальными методами. Помните, что никакие запретительные меры воздействия не помогут. Они только осложнят Ваши семейные отношения. Лучше подумайте, почему это произошло и чего не хватает ребёнку. Обязательно познакомьтесь с этим человеком, узнайте, где и кем он работает, и кто ещё входит в круг его общения. Если человек представляется работником детского учреждения, обязательно убедитесь в этом. При малейших подозрениях на криминал, обратитесь в полицию.

Если вы что-то заподозрили

Передвигаясь по городу, присматривайтесь к местам скопления детей (подростков): кафе, игровые площадки, развлекательные центры. Если Вы заметите подозрительных людей (не похожих по поведению на родителей) общающихся с детьми, потратьте полчаса своего личного времени, и попытайтесь понять, что происходит на самом деле. Если возникла уверенность, что происходит процесс соращения и человек уводит ребёнка (это может быть заметно по поведению), обратитесь на это внимание ближайшего полицейского или службы безопасности заведения.

Это важно помнить:

- Уважайте своего ребёнка, не делайте сами и не позволяйте другим заставлять ребёнка делать что-то против его воли.
- Если Вы знаете, что ребёнок соседей подвергается насилию, избиению со стороны родителей, немедленно сообщите об этом в полицию.
- Если ребёнок говорит матери о нездоровом интересе к нему её мужа (сожителя), нужно прислушаться к его словам, поговорить с мужем, не оставлять ребёнка один на один с

ним, и если отношения зашли слишком далеко, расстаться с этим человеком, нет ничего дороже счастья собственного ребёнка.

- Отец должен поговорить обо всех интересующих сына вопросах относительно половой жизни, объяснить, как предохраняться.
- Мать должна объяснить девочке, как ей вести себя с противоположным полом, о средствах контрацепции.
- Если Вы заметили странность в поведении ребёнка, поговорите с ним, что его беспокоит. В разговоре с мальчиком лучше участвовать отцу, без присутствия матери.

6. Телефоны «горячих линий», по которым можно обратиться за помощью

- 123 – горячая линия «Дети в опасности» Следственного комитета РФ для детей, подвергающихся опасности (круглосуточно, звонок бесплатный).
- 112 – единый телефон «Службы спасения» для всех мобильных операторов. В экстренных случаях звоните со своего мобильного телефона. Операторы примут Вашу информацию и передадут в соответствующую оперативную службу.
- Социальный телефон: 8-800-100-22-42 (звонок бесплатный, в будние дни с 9.00 до 18.00).
- Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и родителей: 8-800-2000-122 (круглосуточно, звонок бесплатный, анонимный).

Брошюра подготовлена и издана в рамках проекта «Информационно-образовательная кампания по профилактике, выявлению и работе с детьми, потерпевшими сексуальное насилие» при поддержке «Губернского собрания общественности Иркутской области». Проект выполнен Иркутской областной общественной организацией Байкальский региональный союз женщин «Ангара» в партнерстве со Следственным управлением Следственного комитета РФ по Иркутской области и Уполномоченным по правам ребёнка по Иркутской области.