

## Памятка для детей о том, как себя вести с незнакомыми людьми. Правило пяти "нельзя"

### 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 отстанет 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.