

ПАМЯТКА

«Как не стать жертвой насилия»

(памятка для детей и подростков)

Если Вы не склонны к случайным знакомствам, предусмотрительны, ведете нормальный образ жизни, то Ваша безопасность во многом гарантирована. Но в современном мире все предусмотреть невозможно. И чтобы не стать жертвой преступления, дети и подростки должны знать, как вести себя с незнакомыми людьми на улице, во дворе, в транспорте.

ПОДЪЕЗД

- не входи с незнакомыми людьми в подъезд;
- если на лестничной площадке нет света, позвони по домофону или телефону, чтобы тебя встретили;
- не открывай ключом входную дверь, если рядом находятся посторонние люди;
- не просматривай почту около ящика спиной к незнакомым людям, поднимись в квартиру.

ЛИФТ

- никогда не садись в лифт с незнакомыми людьми;
- если кабина лифта подошла, а у лифта появились посторонние, откажитесь от поездки под предлогом, что забыл что-то взять дома или оставил что-то на улице;
- если случилось, что приходится подниматься на лифте с незнакомым, повернись к нему лицом и встань около двери;
- если незнакомец начинает приставать, не угрожай ему, будь спокоен, постарайся вовлечь его в разговор, выиграть время, предложив пойти в более подходящее место. Скажи ему о венерическом или другом заболевании, постарайся вызвать сострадание или симпатию. Сделай вид, что выполнишь его требования, и когда он расслабится – действуй решительно, постарайся нажать кнопку диспетчера и просить помощи или нажать на кнопку ближайшего этажа и бежать; если не получилось – зови на помощь, кричи, стучи в стены лифта.

УХОДЯ ИЗ ДОМА

- прежде, чем открыть дверь, посмотри в глазок, нет ли за дверью посторонних;
- если тебе не видно, но ты слышишь голоса, подожди, пока люди не уйдут с площадки;
- если вышел из квартиры и увидел подозрительных людей – вернись немедленно обратно;

- не забудь закрыть дверь;
- не оставляй записок в дверях – они привлекают внимание;
- не оставляй ключи под ковриком, в почтовом ящике;

УЛИЦА

- будь осторожен при случайных знакомствах, не спеши давать собственный телефон и адрес малознакомым людям;
- не гуляй до темноты;
- не уходи далеко от своего дома;
- обходи незнакомые компании и пьяных людей;
- избегай безлюдных мест: оврагов, пустырей, подвалов, чердаков, заброшенных домов;
- в разговоре с друзьями не хвастайся, что в квартире есть дорогостоящие предметы (компьютер, видео- и аудио-аппаратура, золотые украшения, деньги);
- не держи сотовый телефон на видном месте, не хвастайся им перед сверстниками;
- не давай сотовый телефон незнакомым;
- если незнакомые люди приглашают послушать музыку, сниматься в кино, посмотреть видеофильм (могут быть другие приглашения) – не соглашайся;
- не гуляй по улице с дорогими вещами (плееры, золотые украшения и т.д.);
- не заходи в темные дворы, иди по освещенной улице, где есть люди;
- не бери ничего у незнакомых людей на улице;
- в минуту опасности, когда тебя пытаются схватить, применяй силу – вырывайся, кричи, беги;
- для самозащиты используй подручные средства (длинный ключ, расческу с длинным концом, лак для волос и т.п.);
- подключи смекалку, чтобы привлечь внимание посторонних;
- не стесняйся звать людей на помощь.

ТРАНСПОРТ

- в транспорте садись ближе к водителю;
- выйдя из транспорта, постарайся идти рядом с семейной парой, пожилыми людьми, военными;
- если ты видишь тормозящую машину, как можно дальше отойди от нее;
- иди по тротуару со стороны встречного движения, тогда машина не сможет подъехать сзади;
- если к тебе подъехала машина, и водитель стал вести себя навязчиво, убегай в направлении противоположном движению машины;
- никогда не садись в чужую машину;
- если тебе показалось, что тебя кто-то преследует, беги к освещенному месту, туда, где могут быть люди. Не пытайся спрятаться в подьезде;

- если преследование продолжается, зови на помощь, кричи: «Пожар, горим!». Беги к банку, магазину, кафе – туда, где может быть охрана.

В ГОСТЯХ, НА ВЕЧЕРИНКЕ

- уходя из дома, поставь в известность близких о месте пребывания и времени возвращения;
- не ходи в гости к малознакомым людям и не приглашай их к себе;
- не засиживайся в гостях до полной темноты, если это случилось, то позвони домой, чтобы тебя встретили;
- уходя из гостей, попроси проводить до остановки;
- договаривайся о встрече с друзьями, назначай ее на время, когда в квартире есть еще кто-нибудь, кроме тебя.

КОГДА ТЫ ДОМА ОДИН

Если	Что делать	Что не делать
<i>Стемнело. Пора включить свет</i>	<i>Плотно задёрни шторы</i>	-
<i>На балконе странный шум</i>	<i>Тоже зашуми (чтобы поняли, что дома кто-то есть). Закрой дверь, форточку</i>	<i>Не выходи на балкон</i>
<i>Звонят по телефону, спрашивают родителей</i>	<i>Скажи: «Позвоните попозже, папа занят», «Мама не может подойти к телефону, она в ванной», «Бабушка отдыхает, что передать?». Спроси, кто звонит и что передать</i>	<i>Нельзя говорить, что ты дома один и никого долго не будет</i>
<i>По телефону или на улице тебя спрашивают, во сколько придёт мама</i>	<i>Скажи: «Позвоните попозже, я у неё сейчас уточню»</i>	<i>Нельзя сообщать, во сколько возвращаются взрослые и во сколько уходят</i>
<i>Звонят в дверь, и настойчиво просят открыть, соблазняя чем-то и прося о какой-то простой услуге (например, говорят, что «на площадке сидит хорошенький щенок» или «очень хочется пить, принеси водички»)</i>	<i>Никому не открывай дверь своей квартиры, если никого из взрослых нет дома</i>	<i>Нельзя вступать в переговоры с неизвестными и открывать дверь, даже если незнакомец представился полицейским</i>
<i>Показалось, что кто-то пытается открыть дверь</i>	<i>Спроси «Кто там?» Сделай вид, будто дома есть кто-то ещё. «Да, мама, слышу...». «Не знаю кто, сейчас спрошу...»</i>	<i>Нельзя открывать дверь (даже если она на цепочке), чтобы рассмотреть, кто находится на площадке</i>
<i>Подозрительный шум за дверью не прекратился</i>	<i>Скорее звони по телефону кому-то из близких. Если их нет, то сразу звони по телефону «02», назови свой адрес и скажи что</i>	<i>Нельзя открывать дверь и выходить из квартиры до прихода близких людей</i>

	<i>случилось. Номера телефонов надёжных знакомых должны быть хорошо известны и быть на виду, например, в прихожей</i>	
<i>В дверь ломятся</i>	<i>Срочно подними, как можно больше шума, чтобы было слышно в подъезде. Визжи, звони, стучи по батареям, зови на помощь. Открой балкон или форточку, кричи «Пожар»</i>	<i>Нельзя бездействовать</i>

ЕСЛИ БЕДА ВСЕ ЖЕ СЛУЧИЛАСЬ

- запомни приметы нападавшего: рост, возраст, одежду, а также направление, в котором убежал преступник;
- сообщи родителям;
- позвони по телефону «02»;
- дождись сотрудников полиции на месте преступления.

Правила безопасности школьников в Интернете (памятка для детей и подростков)

1. Нормы поведения и нравственные принципы одинаковы как в виртуальном, так и в реальном мире.
2. Незаконное копирование продуктов труда других людей (музыки, игр, программ и т.д.) считается плагиатом (умышленное присвоение авторства чужого произведения).
3. Не верьте всему, что видите или читаете в интернете. При наличии сомнений в правдивости какой-то информации следует обратиться за советом к взрослым.
4. Нельзя сообщать другим пользователям интернета свою личную информацию (адрес, номер телефона, номер школы, любимые места для игр и т.д.).
5. Если вы общаетесь в чатах, пользуетесь программами мгновенной передачи сообщений, играете в сетевые игры, занимаетесь в интернете чем-то, что требует указания идентификационного имени пользователя, тогда выберите это имя вместе со взрослыми, чтобы убедиться, что оно не содержит никакой личной информации.
6. Интернет-друзья могут на самом деле быть не теми, за кого они себя выдают, поэтому вы не должны встречаться с интернет-друзьями лично.
7. Нельзя открывать файлы, присланные от неизвестных вам людей. Эти файлы могут содержать вирусы или фото/видео с нежелательным содержанием.
8. Научитесь доверять интуиции. Если что-нибудь в интернете будет вызывать у вас психологический дискомфорт, поделитесь своими впечатлениями с взрослыми.

Основные правила для школьников младших классов

Вы должны это знать:

1. Всегда спрашивайте родителей о незнакомых вещах в интернете. Они расскажут, что безопасно делать, а что нет.
2. Прежде чем начать дружить с кем-то в интернете, спросите у родителей как безопасно общаться.
3. Никогда не рассказывайте о себе незнакомым людям. Где вы живете, в какой школе учитесь, номер телефона должны знать только ваши друзья и семья.
4. Не отправляйте фотографии людям, которых вы не знаете. Не надо чтобы незнакомые люди видели ваши личные фотографии.

5. Не встречайтесь без родителей с людьми из интернета вживую. В интернете многие люди рассказывают о себе неправду.
6. Общаясь в интернете, будьте дружелюбны с другими. Не пишите грубых слов, читать грубости так же неприятно, как и слышать. Вы можете нечаянно обидеть человека.
7. Если вас кто-то расстроил или обидел, обязательно расскажите родителям.

Основные правила для школьников средних классов

Вы должны это знать:

1. При регистрации на сайтах старайтесь не указывать личную информацию, т.к. она может быть доступна незнакомым людям. Также не рекомендуется размещать свою фотографию, давая тем самым представление о том, как вы выглядите посторонним людям.
2. Используйте веб-камеру только при общении с друзьями. Проследите, чтобы посторонние люди не имели возможности видеть вас во время разговора, т.к. он может быть записан.
3. Нежелательные письма от незнакомых людей называются «спам». Если вы получили такое письмо, не отвечайте на него. В случае, если вы ответите на подобное письмо, отправитель будет знать, что вы пользуетесь своим электронным почтовым ящиком и будет продолжать посылать вам спам.
4. Если вам пришло сообщение с незнакомого адреса, его лучше не открывать. Подобные письма могут содержать вирусы.
5. Если вам приходят письма с неприятным и оскорбляющим вас содержанием, если кто-то ведет себя в вашем отношении неподобающим образом, сообщите об этом.
6. Если вас кто-то расстроил или обидел, расскажите все взрослому.

Основные правила для школьников старших классов

Вы должны это знать:

1. Нежелательно размещать персональную информацию в интернете.
2. Персональная информация — это номер вашего мобильного телефона, адрес электронной почты, домашний адрес и личные фотографии.
3. Если вы публикуете фото или видео в интернете — каждый может посмотреть их.

4. Не отвечайте на спам (нежелательную электронную почту).
5. Не открывайте файлы, которые прислали неизвестные Вам люди. Вы не можете знать, что на самом деле содержат эти файлы – в них могут быть вирусы или фото/видео с «агрессивным» содержанием.
6. Не добавляйте незнакомых людей в свой контакт лист в IM (ICQ, MSN messenger и т.д.)
7. Помните, что виртуальные знакомые могут быть не теми, за кого себя выдают.
8. Если рядом с вами нет родственников, не встречайтесь в реальной жизни с людьми, с которыми вы познакомились в интернете. Если ваш виртуальный друг действительно тот, за кого он себя выдает, он нормально отнесется к вашей заботе о собственной безопасности!
9. Никогда не поздно рассказать взрослым, если вас кто-то обидел.

Правила безопасности при посещении сайтов и по приему электронной почты

1. Не ходите на незнакомые сайты.
2. Если к вам по почте пришел файл Word или Excel, даже от знакомого лица, прежде чем открыть, обязательно проверьте его на макровирусы.
3. Если пришел exe-файл, даже от знакомого, ни в коем случае не запускайте его, а лучше сразу удалите и очистите корзину в вашей программе чтения почты.
4. Не заходите на сайты, где предлагают бесплатный Интернет (не бесплатный e-mail, это разные вещи).
5. Никогда никому не посылайте свой пароль.
6. Старайтесь использовать для паролей трудно запоминаемый набор цифр и букв.