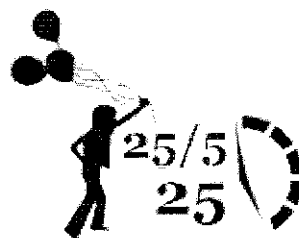


Горячая линия (РФ - бесплатно) 8 800 700 54 52

LizaAlert.org

www.lizaalert.org • org@lizaalert.org



НАЙДИ 25 МИНУТ, ПОГОВОРИ С РЕБЁНКОМ О БЕЗОПАСНОСТИ

1. Одевайте ребёнка в яркую одежду.

Помните, во что он одет и в каком настроении уходит из дома. Фотографируйте ребёнка каждые 6 месяцев и всегда имейте при себе его последнее фото.

2. Ребёнок должен знать как его зовут.

Убедитесь что ребёнок знает своё и Ваше полное имя, адрес и номер домашнего телефона. Помогите ему запомнить как найти Вас на работе или по мобильному телефону.

3. Когда набрать 02 и что сказать.

Научите ребёнка в каких случаях нужно позвонить в полицию и что сказать ответившему дежурному. Оставляя ребёнка одного дома, будьте уверены, что ребёнок знает, кому он может позвонить, если ему вдруг станет страшно или что-то непонятно.

4. Установите правила «Закрытых дверей».

Ребёнок не должен ни открывать дверь, ни разговаривать с кем бы то ни было через неё в Ваше отсутствие. Научите ребёнка, что отвечать на телефонные звонки незнакомых ему людей.

5. Будьте внимательны при выборе няни.

Не стесняйтесь спрашивать рекомендации. Приняв на работу няню, вернитесь неожиданно раньше домой и убедитесь, что всё в порядке, прислушивайтесь к рассказам ребёнка о проведённом с няней дне.

6. Научитесь пользоваться Интернетом.

- чем больше Вы о нём знаете, тем безопаснее им пользоваться Вашему ребёнку. Риск, связанный с Интернетом это, прежде всего, наивность ребёнка и доступность персональной информации.

7. Не устанавливайте компьютер в детской.

Контролируйте сколько времени он проводит у монитора и какие сайты посещает.

8. Отслеживайте сайты социальных сетей.

Научите и напоминайте пользоваться персональными настройками, знайте ник своего ребёнка и проследите, чтобы ник не выдавал личные детали вашей семьи.

9. Интернет опасен! Объясните ребёнку, что

в Интернете нельзя размещать личную информацию о себе и семье или публиковать непубличные фотографии - свои, членов семьи, друзей.

10. Интернет всюду... Знайте, где ещё

ребёнок может иметь доступ в Интернет - те места, которые он регулярно посещает - школа, кружок, друзья, интернет-кафе...

11. Прислушивайтесь и присматривайтесь.

Убедите ребёнка делиться с Вами любыми ситуациями с которыми он сталкивается и которые его пугают, смущают или просто неприятны. Чувствуйте своего ребёнка, будьте терпеливы, научитесь его слышать.

12. Пройдите с ребёнком его маршруты.

Обращайте внимание на ориентиры и безопасные места, куда ребёнок может обратиться в случае, если ему нужна будет помощь. Если ребёнок пользуется общественным транспортом, продумайте план альтернативных маршрутов на случай внезапных ситуаций (сломался автобус).

13. Напоминайте не ходить в одиночку.

По возможности, приглашать с собой друга и всегда держаться группы людей идя куда-либо или ожидая транспорта на остановке.

Горячая линия (РФ - бесплатно) 8 800 700 54 52

LizaAlert.org

www.lizaalert.org ■ org@lizaalert.org



НАЙДИ 25 МИНУТ, ПОГОВОРИ С РЕБЁНКОМ О БЕЗОПАСНОСТИ

14. Никаких «подвезти», «посмотреть

щенка». Предупредите ребёнка никогда не соглашаться ни на какие предложения от кого бы то ни было, не сообщив и не получив разрешения от Вас. Нельзя подходить близко к незнакомой машине вне зависимости от того, кто в ней.

15. Знайте тех, кто общается с ребёнком.

Познакомьтесь с друзьями ребёнка и их родителями. Знайте руководителей кружков и секций, которые посещает ребёнок. Запишите и храните актуальными их контакты.

16. Научите ребёнка говорить «Нет»

- на всё, что его пугает или смущает. Никогда не заставляйте ребёнка поцеловать или обнять взрослого, если он этого не хочет.

17. Знайте где и с кем ребёнок.

Установите строгое правило о том, что ребёнок не должен, ни при каких обстоятельствах, уходить с кем бы то ни было, не сказав об этом взрослому. Проверяйте местонахождение ребёнка по мобильному телефону.

18. Проигрывайте «Что если...» сценарии.

Убедитесь, что ребёнок сможет попросить о помощи, разыгрывая ситуации, когда она ему может понадобиться. «Что если ты упадёшь с велосипеда? К кому и как ты обратишься?» Практикуйте это до тех пор, пока Вы не будете уверены в том, что ребёнок понимает и не стесняется этой ситуации.

19. Не все незнакомцы опасны!

Покажите ребёнку к кому безопаснее всего обращаться за помощью - полицейский, работник торгового центра, офиса, сотрудники с именованным бейджем или прохожие с маленькими детьми.

20. Никогда не оставляйте ребёнка одного.

На детских площадках, в машине, около магазина и даже во дворе собственного дома не оставляйте ребёнка без присмотра, даже на пять минут. Не просите присмотреть за ним незнакомых людей.

21. Договаривайтесь о месте встречи

- находясь в многолюдных местах и парках, на случай если вы потеряетесь. Будьте уверены, что ребёнок знает и сможет, как минимум, назвать это место, обратившись к кому-нибудь за помощью. Не выпускайте ребёнка из виду, держите за руку, никогда не уходите вперёд даже на несколько шагов.

22. Вам можно и нужно доверять.

Убедите ребёнка рассказывать всё, что его тревожит и кажется непонятным. «Опасные» взрослые обращают внимание на неуверенных в себе, подавленных и одиноких детей. Никогда, даже в порыве самого гневного гнева, не указывайте ребёнку на дверь.

23. Когда нужно не слушаться.

Объясните ребёнку потенциально опасные ситуации, когда ему можно быть непослушным. Он не должен делать то, что ему не нравится, находясь в обществе взрослых или старших по возрасту детей, включая родственников и знакомых.

24. Это нормально постоять за себя.

Объясните ребёнку, что необходимо кричать, кусаться и вырываться если чужой человек принуждает его к чему-либо или проявляет насилие в любой форме.

25. ПРАВИЛО ЗК:

Каждый раз, провожая ребёнка, Вы должны знать КУДА он идёт, КТО его сопровождает или с кем он должен встретиться и КОГДА он должен вернуться.

Что нужно объяснять детям

- Нельзя разговаривать, садиться в автомобиль с незнакомыми людьми, брать от них подарки.
- В общественном транспорте необходимо садиться на места, расположенные ближе к водителю.
- Если на тебя напали, громко кричи.
- Если тебе закрыли рот, то укуси за руку.
- Никогда не соглашайся пойти в безлюдное место.
- Нельзя открывать дверь дома незнакомым людям, в том числе, почтальонам, сантехникам.
- Выходя из квартиры, нужно посмотреть в глазок двери, убедившись в том, что на площадке нет посторонних людей.
- При входе в подъезд нужно быть осторожным, увидев подозрительных людей, быстро выходить на улицу. При явной опасности, звать на помощь.
- Нельзя с посторонними людьми входить в лифт.
- Нельзя без сопровождения родителей соглашаться принимать незамедлительное участие в конкурсах либо съёмке фильма, иных мероприятиях, в том числе, связанных с пребыванием в закрытых помещениях.

Что нужно знать родителям

- Если хотите, чтобы ребенок соблюдал правила безопасности, научитесь сами их соблюдать. Показывайте детям свои положительные поступки.
- Внимательно слушайте ребенка, анализируйте, что он говорит, что его беспокоит, установите с ребенком контакт.
- Расскажите ребенку, к кому он может обратиться в случае опасности.
- Если Вами около детских учреждений замечено подозрительное лицо, сообщите об этом в правоохранительные органы.
- Провожая ребенка в детский сад либо в школу, обязательно объясните ему, кто за ним конкретно должен прийти и разъясните ребенку, что ни с кем другим он не должен уходить. Уведомите об этом воспитателя, учителя.
- Всегда встречайте ребёнка из школы.
- Не оставляйте детей без присмотра на улице, не отпускайте их на прогулку одних.
- Объясняйте детям, что когда звонит телефон, необходимо сказать «Алло» и не называть свои фамилию, имя, адрес, не рассказывать о том, что он находится дома один.
- При совершении в отношении Вашего ребенка преступления, обязательно обратитесь в правоохранительные органы.