**Советы ребенку:**

- если тебя пытаются уговорить, отвечай, что тебе надо пойти домой и предупредить родителей, рассказать им, куда и с кем отправляешься;

- всегда отказывайся, если незнакомец предлагает тебе что-то посмотреть или помочь донести;

- если тебе предлагают сниматься в кино или участвовать в конкурсе красоты, не соглашайся сразу, а спроси, когда и куда можно подойти вместе с родителями;

- если у тебя возникают какие-либо проблемы, поговори о них с родителями или другими взрослыми, кому ты сам доверяешь.

**Как обезопасить себя 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 незнакомый мужчина 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, можно также воспользоваться телефоном;

- если незнакомый мужчина уже находится в подъезде, сразу же выйди на улицу и дождись, когда в подъезд войдет 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.

Машина - это не только средство передвижения, она также может стать орудием преступника. И взрослым и детям надо чётко знать, что садиться в чужую машину нельзя, даже если за рулём или в салоне сидит женщина. Чтобы не стать жертвой, оказавшись в чужом автомобиле надо выполнять **Правила поведения в автомобиле:**

- если добираешься на попутной машине, попроси сопровождающих записать номер машины, марку, фамилию водителя и сообщи об этом родителям;

- если водитель начал проявлять сексуальный интерес, попроси остановиться. Если это требование не выполнено и машина не остановлена, то открой дверь или постарайся разбить окно, то есть сделай всё, чтобы привлечь к машине внимание других водителей. Если перекресток патрулируется, постарайся обратить внимание сотрудника милиции;

- 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.

**На улице даже днём детей подстерегает множество опасностей. Учите ребенка, что надо делать, если к нему пристаёт незнакомец или даже знакомый человек :**

- 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 и отвлечь;

- убегай в сторону, где много людей; - если тебе зажимают рот рукой, укуси за руку;

- 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

Что же делать в случаях, когда сексуальное насилие происходит в семье? Прежде всего, взрослым надо помнить, что у ребенка есть права, которые защищаются законом! Любой ребёнок может обратиться в полицию. Если по каким-то причинам у несовершеннолетнего нет возможности пойти в полицию, надо обратиться к маме, к друзьям, к хорошо знакомым соседям, учителям. Или позвонить по телефону доверия. Невозможно давать совет родителям, как говорить с ребенком о возможном сексуальном насилии в родной семье. Уместнее в данном случае, на наш взгляд, ознакомить родителей с некоторыми положениями Уголовного кодекса РФ. По этой причине в предложенных обстоятельствах мы можем советовать правила поведения непосредственно вашим детям - девочкам и мальчикам.

**Эти советы могут быть такими:**

- постараться избежать нападения взрослого, если получится (отвлечь внимание, кричать и звать на помощь, убежать);

- если не удалось избежать насилия, не обвиняй себя, ты ни в чем не виновата, но обязательно обратись за помощью и советом к человеку, которому ты доверяешь. Это могут быть мама, тетя, бабушка, сестра (брат), учитель, тренер и т.д. В городе есть телефоны доверия.

- как бы ни было трудно давать показания следователю против своего отца, отчима, близкого человека твоей матери, соберись с силами. Никому не дозволено безнаказанно совершать преступления. Если преступника не остановить, сам он не остановится. Конечно, сделать это трудно, но всё-таки нужно!

**В случае, если ты – подросток и подвергся действиям против половой неприкосновенности, необходимо:**

* Не бояться!!! Ты ни в чем не виноват!!!
* Не молчать!! Говори о насилии, которое испытываешь или               наблюдаешь!!!
* Рассказать о происшедшем родителям или взрослым, которым ты доверяешь.
* Обратиться в медицинское учреждения для оказания медицинской, психологической помощи (независимо от того, какое насилие над тобой было совершено: физическое или сексуальное)!
* Обратиться в милицию как самостоятельно, так и при поддержке взрослых или родителей.