**Информация о центрах, оказывающих психолого-педагогическую помощь в** **системе образования**

**ГА О У ППМСП Центр психолого- педагогической реабилитации и коррекции «Росток»**

420057, г. Казань

ул. Ак. Королева, д. 46, (843) 543-58-19

 \* [[1]](#footnote-1) \*

**МОУ «Центр психолого-педагогической**

**диагностики и консультирования» Бугульминского муниципального района**

423230, г. Бугульма,

ул. 14 Павших, д. 39, (85594) 6-22-00

\* \* \*

**МОУ «Центр диагностики и консультирования «Шанс» Елабужского муниципального района**

423602, г. Елабуга,

ул. Т. Гиззата, д. 26, (85557) 3-71-47

 \* \* \*

**МОУ «Центр диагностики и консультирования» Нижнекамского муниципального района**

423570, г. Нижнекамск, ул. Химиков, д. 74а, (8555) 42-14-60

**МОУ «Центр психолого-медико- социального сопровождения М85» г. Набережные Челны**

423812, г. Набережные Челны,

 пр. Московский, д. 100,

 (8552) 58-70-51

\*\*\*

**МОУ «Школьный центр психолого-медико социального сопровождения «Ресурс» Московского района г. Казань**

420039, г. Казань ул. Фурманова, д. 5а,

 (843) 543-24-52

\*\*\*

**Уважаемые родители!**

Эта памятка предназначена для Вас, т.к. Вы - самый близкий для ребенка человек, который может помочь предотвратить насилие и посягательства на половую неприкосновенность детей и подростков.

Избежать насилия можно, но для этого помогите Вашему ребенку усвоить

**"Правило пяти "нельзя"**:

* Нельзя разговаривать с незнакомцами на улице и впускать их в дом.
* Нельзя заходить с ними вместе в подъезд и лифт.
* Нельзя садиться в чужую машину.
* Нельзя принимать от незнакомых людей подарки и соглашаться на их предложение пойти к ним домой или еще куда-либо.
* Нельзя задерживаться на улице одному, особенно с наступлением темноты.

\*\*\*

**Ваш ребенок должен уметь всегда ответить: «НЕТ!»'.**

* Если тебе предлагают зайти в гости или подвезти до дома, пусть даже это соседи.
* Если за тобой в школу или детский сад пришел посторонний, а родители не предупреждали тебя об этом заранее.
* Если в отсутствие родителей пришел незнакомый (малознакомый) человек и просит впустить его в квартиру.
* Если незнакомец угощает чем-нибудь с целью познакомиться и провести с тобой время.

**Как понять, что ребенок или подросток подвергался сексуальному насилию?**

* Проблемы со сном, кошмары, страх перед засыпанием.
* Головные боли, боли в желудке, соматические симптомы.
* Повышенная агрессивность и (или) высокая активность (гиперактивность).
* Постоянная тревога по поводу возможной опасности или беспокойство по поводу безопасности любимых людей.
* Признаки, связанные со здоровьем: повреждения генитальной, анальной областей, в том числе нарушение целостности девственной плевы; следы спермы на одежде, коже, в области половых органов, бедер; наличие заболевания, передающегося половым путем.
* Нежелание общения и неучастие в играх и любимых занятиях.

*Перечисленные проблемы могут появиться в школе, дома либо в любой знакомой обстановке, когда ребенок или подросток видит или слышит о насилии.*

**Поддержите ребенка или подростка в трудной ситуации**:

* Исцеление начинается с общения. Заботливый взрослый - самый лучший фактор, который поможет ребенку чувствовать себя в безопасности.
* Разрешите ребенку рассказывать. Это помогает сказать о жестокости в их жизни взрослому, которому дети доверяют.
* Дайте простое и ясное объяснение страшным происшествиям. Малыши чувствуют иначе, чем взрослые. Они не понимают истинных причин жестокости и часто обвиняют себя.
* Формируйте самооценку детей. Дети, живущие в атмосфере насилия, нуждаются в ежедневном напоминании, что они любимы, умны и важны.
* Обучайте альтернативе жестокости. Помогите детям решать проблемы и не играть в жестокие игры.
* Решайте все проблемы без жестокости, выказывая уважение к детям. Будьте для них примером.
* Думайте о своих физических и эмоциональных потребностях. Делитесь с кем-нибудь своими опасениями

**К кому обращаться за помощью:**

* Воспитатель в школе (детском саду)
* Учитель, классный руководитель
* Психолог
* Детский адвокат
* Службы здравоохранения или правоохранительные органы

*Если человек, к которому вы обратились, не знает, как помочь, поговорите с кем-нибудь еще или позвоните по одному из перечисленных ниже телефонов.*

**Справочная информация для обращения в случае опасности**:

02 - вызов полиции 112 - с мобильного телефона

**Телефоны доверия:**

Общероссийский детский телефон доверия 8-800-2000-122

Телефон доверия в г.Казань

(843) 273-43-45

1. \* \* \* [↑](#footnote-ref-1)