

## КУДА ОБРАТИТЬСЯ ЗА ПОМОЩЬЮ?

Единый общероссийский детский телефон  
доверия:

**8 - 800 - 2000 - 122**

Горячая линия по вопросам безопасности  
детей:

**8 - 800 - 101- 0086**

Линия помощи «Дети онлайн»:

**8 - 800 - 25 - 000 - 15**

Единый телефон доверия по ХМАО-Югре:

**8-800-101-12-12 (с 08.00. до20.00)**

**8-800-101-12-00 (с20.00. до08.00.)**

### **Вызов экстренных служб через номер 112**

Для экстренного вызова специальных служб  
также работает номер 112.

### **Вызов с номера экстренного вызова 112 возможен:**

- ♦ при отсутствии денежных средств на  
вашем счету,
- ♦ при заблокированной SIM-карте,
- ♦ при отсутствии SIM-карты телефона,  
Звонок в экстренные службы является  
бесплатным.

### **Вызов экстренных служб с мобильных телефонов МТС, TELE2, U-tel и МЕГАФОН**

020 — Вызов полиции

030 — Вызов скорой помощи

### **Вызов экстренных служб с сотовых те- лефонов Билайн**

002 — Вызов полиции

003 — Вызов скорой медицинской помощи

### **Вызов экстренных служб с сотовых те- лефонов Скай-Линк, Мотив**

902 — Полиция

903 — Скорая помощь

### **Отделение по делам несовершеннолет- них УМВД России по Сургуту:**

Муниципальное бюджетное  
общеобразовательное учреждение  
«Сургутская технологическая школа»

Телефон: 8 (3462) 52 50 74 (директор),

52 50 74 (приемная)

Электронная почта: [sc13@admsurgut.ru](mailto:sc13@admsurgut.ru)

# Памятка для подростков «Как не стать жертвой насилия»



**Буклет предназначен для обучающихся  
среднего и старшего школьного возраста**

**Если ты не склонен к случайным знакомствам, предусмотрителен, ведёшь нормальный образ жизни, то твоя безопасность во многом гарантирована. Но в современном мире всё предусмотреть невозможно и чтобы не стать жертвой преступления, ты должен знать, как вести себя с незнакомыми людьми во дворе, на улице, в транспорте и т.д.**

#### **НА УЛИЦЕ:**

- ◆ Будь осторожен при случайных знакомствах, не спеши давать собственный телефон и адрес малознакомым людям.
- ◆ Не гуляй до темноты.
- ◆ Не уходи 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 вещи (компьютер, видео-, аудиоаппаратура, золотые украшения, деньги).
- ◆ Не держи сотовый телефон на видном месте, не хвастайся им перед сверстниками.
- ◆ Не давай сотовый телефон незнакомым людям.
- ◆ Не соглашайся, если незнакомые люди приглашают послушать музыку, сняться в кино, посмотреть видеofilm (могут быть другие предложения).
- ◆ Не гуляй на улице с дорогими вещами (плееры, золотые украшения и т.д.).
- ◆ Не заходи в тёмные дворы, ходи по освещённым улицам, где есть люди.
- ◆ Не бери ничего у незнакомых людей на улице.
- ◆ В минуту опасности, когда тебя пытаются схватить, применяй силу – вырывайся, кричи, убегай.

- ◆ Для самозащиты используй подручные средства (длинный ключ, расчёску с длинным концом, лак для волос и т.п.).
- ◆ Подключи смекалку, чтобы привлечь внимание посторонних, не стесняйся звать людей на помощь.

#### **В ТРАНСПОРТЕ:**

- ◆ В автобусе садись ближе к водителю.
- ◆ Выйдя из автобуса, постарайся идти рядом с семейной парой, пожилыми людьми, военными.
- ◆ Если ты видишь тормозящую машину, отойди от неё как можно дальше.
- ◆ 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 освещённому месту – туда, где могут быть люди. Не пытайся спрятаться в подъезде.
- ◆ Если преследование продолжается, зови на помощь, кричи «Пожар, горим!». Беги к банку, магазин, кафе – туда, где может быть охрана. Можно разбить окно или витрину. Когда жизнь в опасности – не обращай внимания на мелочи.

#### **В ПОДЪЕЗДЕ:**

- ◆ Не входи в подъезд с незнакомыми людьми.
- ◆ 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.

#### **В ЛИФТЕ:**

- ◆ Никогда не входи в лифт с незнакомыми.
- ◆ Если кабина лифта подошла, а у лифта появились посторонние, откажись от поездки под предлогом, что забыл что-то взять дома или что-то оставил на улице.
- ◆ Если ты всё же оказался в лифте с незнакомцем и он начинает приставать, не угрожай ему, будь спокоен, постарайся вовлечь 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, а когда он расслабится, действуй решительно – по старайся нажать на кнопку диспетчера и попросить помощи или нажать на кнопку ближайшего этажа и бежать; если не получилось – зови на помощь, кричи, стучи в стены лифта.

#### **В ГОСТЯХ, НА ВЕЧЕРИНКЕ, ДОМА**

- ◆ Уходя из дома, сообщи близким 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, а если это случилось, позвони домой, чтобы тебя встретили.
- ◆ Уходя из гостей, попроси проводить до остановки.
- ◆ Договариваясь о встрече с друзьями у себя дома, назначай её на время, когда в квартире есть ещё кто-нибудь, кроме тебя.