



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

## Памятка для несовершеннолетних, их родителей (лиц, их замещающих) "Как вести себя в сложных жизненных ситуациях"



Эта памятка подскажет вам, как вести себя в разных жизненных ситуациях, куда можно обратиться за помощью, если Вы сами или близкий Вам человек стал жертвой или свидетелем преступления!

Ознакомьтесь с содержанием памятки и передайте её для ознакомления другим!

### «Почему именно ДЕТИ становятся жертвами преступлений?»

Потому что дети доверчивы и беспечны!

А преступник может подобрать нужный ключик к любому ребёнку.

Поэтому, прежде чем что-то делать, нужно хорошо обдумать свои действия.



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

Избежать насилия можно. Для этого надо лишь правильно оценить ситуацию и принять правильное решение.

Нужно научиться доверять своим чувствам. Если вдруг у Вас появилось пусть даже маленькое сомнение в человеке, который находится рядом, или что-то Вас насторожило, то лучше отойди от него.

## БУДЬ ВСЕГДА НАЧЕКУ!!!

### ЗАПОМНИ ПРОСТОЕ ПРАВИЛО ЧЕТЫРЕХ «НЕ»:

- **Не** разговаривай с незнакомцами и не впускай их в дом.
- **Не** заходи с ними в лифт и подъезд.
- **Не** садись в машину к незнакомцам.
- **Не** задерживайся на улице после школы, особенно с наступлением темноты.

### Даже если незнакомец просто просит показать нужную улицу

**или поднести сумку, проводить к магазину, всё равно скажи – «НЕТ!»** Объясни, как найти улицу, и ни в коем случае не поддавайся на уговоры проводить. И даже если незнакомец говорит, что он знакомый твоих родителей, которого они к тебе прислали, нужно сказать, что родители не предупреждали, и ни в коем случае, никуда не провожать. Если незнакомец продолжает настаивать и не отходит от тебя, старайся не уходить с ним в безлюдные, неосвещенные места, оставайся в том месте, где много народу, постарайся привлечь внимание других людей.

### В каких ситуациях всегда отвечать **«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 об этом заранее.
- Если в отсутствие родителей пришел малознакомый человек, впускать его в квартиру или идти с ним куда-то.
- Если новый знакомый угощает чем-то.

### Ненужные разговоры с посторонними

Очень часто преступники пользуются доверчивостью детей. Предлагают подвезти до дома или



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

---

посмотреть животное, поиграть в любимую игру. Соглашаться на это нельзя ни в коем случае.

Объясните ребенку, что преступник не всегда имеет страшное лицо. Любой маньяк умеет превращаться и на время становиться добрым и милым дядей.

**Поэтому наш совет:** на все уговоры пойти куда-то, чтобы посмотреть что-то или поиграть, надо ответить **«Нет!»**, даже если очень интересно. А придя домой надо обязательно рассказать взрослым об этом человеке.

Но как быть, если взрослый очень настойчив? Если он говорит тебе: «Я думал, что ты уже большой, а тебе, оказывается, мама не разрешает».

## **Это очень опасно!**

От такого человека надо бежать, сломя голову. И придя домой обязательно рассказать об этом родителям.

## **Итак, вот что нужно знать, чтобы не стать жертвой:**

- Если тебя спрашивают, как найти улицу, объясни, как дойти, но ни в коем случае не провожай.
- Если тебя пытаются уговорить, отвечай, что тебе надо пойти домой и предупредить родителей, рассказать им, куда и с кем отправляешься.
- Если незнакомец предлагает тебе посмотреть что-то или помочь донести сумку, обещая заплатить, отвечай «Нет!»;
- Если тебе предложили сниматься в кино или участвовать в конкурсе красоты, не соглашайся сразу, а спроси, когда и куда можно подойти вместе с родителями.
- Если рядом с тобой тормозит машина, как можно дальше отойди от неё и ни в коем случае не садись в неё.
- Если человек не отстаёт от тебя, подойди к любому дому и сделай вид, что это твой дом, помаши рукой и позови родственников, которых как будто видишь в окне.

## **ГДЕ преступники поджидают своих жертв?**

### **В ЛИФТЕ!**

- Входи в лифт, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который вслед за тобой зайдёт в кабину.



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

- 
- Если в вызванном лифте уже находится незнакомый человек, не входи в кабину.
  - Не входи с незнакомым человеком в лифт.
  - Если незнакомец всё-таки зашёл в лифт, не стой к нему спиной и наблюдай за его действиями.
  - Постоянно нажимай кнопку ближайшего этажа.
  - Если двери лифта открылись, выскочи на площадку, позови жильцов дома на помощь.
  - Оказавшись в безопасности, немедленно позвони в полицию, сообщи, что произошло, точный адрес, а также приметы и направление, куда ушёл нападавший.

***Если вырваться все-таки не удалось, надо действовать по обстоятельствам:***

- Если насильник зажимает тебе рот и снимает одежду, не угрожай, не плачь, сохраняй спокойствие, разговаривай с насильником.
- **Если можешь - защищайся любыми способами, если предоставилась возможность бежать, не собирай вещи, убегай в чём есть.**

## **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.
- 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.

## **В ЧУЖОЙ МАШИНЕ!**

Машина – это не только средство передвижения, она также может стать орудием преступника. Надо чётко знать, что садиться в чужую машину нельзя, даже если за рулём или в салоне сидит женщина.



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

---

## Чтобы не стать жертвой, оказавшись в чужом автомобиле надо выполнять Правила поведения в автомобиле:

- Если добираться 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 полиции.
- 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!**

На улице даже днём детей подстерегает множество опасностей. Вот, что надо делать, если к тебе пристаёт незнакомец:

- 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.

## **Правила поведения на улице:**



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

- Если приходится идти вечером в одиночку, шагай быстро и уверенно и не показывай страха; можно подойти к женщине, которая вызывает доверие, или к пожилой паре и идти рядом с ними.
- В автобусе, трамвае, метро, в электричке садись ближе к водителю или машинисту и выходи из вагона в последний момент, не показывая заранее, что следующая остановка твоя.
- Не голосуй на дороге и не отвечай на предложение подвезти или на просьбу показать, как проехать туда-то. Ни в коем случае не садись в машину, чтобы показать дорогу.
- Не ходи в отдалённые и безлюдные места.
- Иди по улице в тёмное время в группе, вышедшей из автобуса, метро, электрички.
- Переходи по подземному переходу в группе.
- Увидев впереди группу людей или пьяного, лучше перейди на другую сторону улицы или измени маршрут.
- Если автомобиль начинает медленно двигаться рядом, перейди на другую сторону.
- Всегда предупреждай родственников о том, куда идёшь, и проси их встретить в вечернее время.

## Дома тоже не всегда безопасно

Девочкам-подросткам, которые начинают интенсивно общаться со сверстниками, бывать в молодежных компаниях и приобретают первый опыт интимных отношений, должны быть готовы к тому, что их сочтут достаточно взрослыми для того, чтобы интимные отношения не остановились лишь на невинных поцелуях.

Нужно помнить, что большинство сексуальных нападений совершается не примитивными незнакомцами с внешностью преступника, а приятелями, знакомыми и даже родственниками. Половина изнасилований происходит не в тёмной аллее парка или неосвещённом подъезде, а дома у жертвы, или в гостях.

Отправляясь в гости к малознакомому молодому человеку или на вечеринку в большую компанию необходимо помнить следующие **Правила поведения:**

- В огромном количестве случаев одно только согласие девушки пойти в ресторан расценивается, как понимание, к чему идёт дело и знак согласия на это. Последующее сопротивление воспринимается просто как игра.
- Если возникает неуютное чувство, не надо стесняться своей осторожности. Необходимо уйти или твёрдо заявить о своем отношении к ситуации, вообще сказать решительное однозначное



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

---

«Нет»;

- С самого начала ясно обозначь границы возможных взаимоотношений. Это главный принцип защиты от изнасилования.
- Если давление продолжается, не бойся шума или скандала, например, на вечеринке – несколько минут смущения лучше риска изнасилования. А вообще, в большую компанию безопасно идти лишь с надёжными друзьями, не терять друг друга из вида и вместе уходить.
- Помни, что пьяному человеку труднее сориентироваться в ситуации и предотвратить насилие в отношении себя. С малознакомыми людьми и на большой вечеринке надо всегда оставайся трезвой. Держись вместе с близкими друзьями или поближе к хорошим знакомым.

Но насилие грозит не только девочкам-подросткам. Всем следует знать **Правила поведения в своём доме:**

- Перед тем как открыть дверь, обязательно посмотри в дверной глазок. Впускай в квартиру только хорошо знакомых людей.
- Покидая квартиру, также посмотри в глазок. Если на лестничной площадке есть люди, подожди пока они не уйдут.
- Если без вызова пришел сантехник или электрик, прежде чем его впустить, позвони в диспетчерскую, обслуживающую ваш дом и наведи справки.
- Если, возвращаясь домой, ты чувствуешь, что тебя преследуют, не заходи в дом, а вернись в многолюдное место, и попроси помощи.
- Прежде чем открывать ключом входную дверь, убедись, что поблизости никого нет.

Нельзя впускать в квартиру незнакомого человека!!!

Каждый ребёнок должен понять, что по серьёзному делу взрослые будут разговаривать только с родителями. Если с почты принесли телеграмму или счёт, то за них нужно расписаться, значит, это могут сделать только взрослые.

Зачем же тогда отворять дверь?

Ребенок должен просто сказать, чтобы пришли в тот час, когда дома будут взрослые. То же самое касается и электрика и водопроводчика. Даже если у вас дома вдруг внезапно погас свет или прорвало трубу, можно позвонить родителям, и узнать, как поступить. В крайнем случае, можно



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

---

спросить у соседей, которых давно знаете.

Но ещё хуже, когда детей насилуют близкие родственники. Тогда жизнь превращается в настоящий кошмар.

Подобные «семейные» преступления, как правило, растянуты во времени и раскрываются лишь тогда, когда дети решаются на крайние меры: пытаются покончить с собой, убегают из дома.

Дети обычно скрывают эти страшные факты, потому что подсознательно считают себя виновными в происходящем и боятся презрения окружающих. Совратитель уверяет, что тебя перестанут любить, если узнают о случившемся. Именно поэтому такие прецеденты могут повторяться неоднократно.

## **Что делать в случаях, когда насилие происходит в семье?**

Прежде всего, надо помнить, что у ребенка есть права, которые защищаются законом!

Любой ребёнок может обратиться в полицию. По закону дело об изнасиловании несовершеннолетней может быть возбуждено и без подачи заявления.

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.

Конечно, сделать это трудно, но всё-таки нужно!

## **Это важно помнить родителям!**

- Уважайте своего ребенка, не делайте сами и не позволяйте другим заставлять ребёнка делать что-то против своей воли.
- Если вы знаете, что ребёнок соседей подвергается насилию, избиению со стороны родителей, немедленно сообщите об этом в полицию.
- Если ваш ребёнок говорит о нездоровом интересе к нему вашего мужа, прислушайтесь к его словам, поговорите с мужем, не оставляйте ребёнка один на один с ним, и если отношения зашли слишком далеко, расстаньтесь с этим человеком, нет ничего дороже счастья собственного ребенка.
- Отец должен поговорить обо всех интересующих сына вопросах относительно половой жизни, объяснить как предохраняться.
- Мать должна объяснить девочке, как ей вести себя с противоположным полом, о средствах контрацепции.



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

Если вы заметили странность в поведении ребенка, поговорите с ним, что его беспокоит. В разговоре с мальчиком лучше участвовать отцу, без присутствия матери.

## **КАК и КУДА обратиться за помощью в Ивановской области?**

- Телефонная линия «Ребенок в опасности»: 8 800 250 37 31 добавочный номер 1
- Телефон доверия следственного управления 8 800 250 37 31 добавочный номер 2

### **Ленинский межрайонный следственныйотдел города Иваново**

153002, г. Иваново, ул. Жиделева, 5, тел.: (8-4932) 31-29-58,

И.о. руководителя отдела: Просвиряков Дмитрий Анатольевич;

### **Фрунзенский межрайонный следственный отдел города Иваново**

153002, г. Иваново, ул. Жиделева, 5, тел.: (8-4932) 31-29-56,

И.о. руководителя отдела: Говоруха Алексей Иванович;

### **Следственный отдел по городу Вичуга**

155331, г. Вичуга, ул. 50 лет Октября, д. 17, тел: (8-49354) 2-43-36,

И.о. руководителя отдела: Краснушкин Артем Андреевич;

### **Ивановский межрайонный следственный отдел**

153002, г. Иваново, ул. Жиделёва, д. 5, тел.: (8-4932) 31-29-74,

Руководитель отдела: Ратнер Павел Валерьевич;

### **Следственный отдел по городу Кинешма**

155800, г. Кинешма, ул. Гоголя, д. 5 тел.: (8-49331) 5-41-86, 5-41-82,

Руководитель отдела: Афёров Сергей Алексеевич;

### **Пучежский межрайонный следственный отдел**

155360, г. Пучеж, ул. Ленина, д. 27-а, тел.: (8-49345) 2-27-97,

И.о. руководителя отдела: Париков Юрий Николаевич;



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

---

## **Тейковский межрайонный следственный отдел**

155048, г. Тейково, ул. Сергеевская, д. 4, тел: (8-49343) 4-40-34,

Руководитель отдела: Николаев Федор Николаевич;

## **Фурмановский межрайонный следственный отдел**

155520, г. Фурманов, ул. Социалистическая, д. 22/2, тел.: (8-49341) 2-07-69,

И.о. руководителя отдела: Ратушненко Илья Николаевич;

## **Следственный отдел по городу Шуя**

155900, г. Шуя, ул. Костромская, д.24, тел.: (8-49351) 4-28-38.

И.о. руководителя отдела: Кашин Илья Михайлович;

## **Южский межрайонный следственный отдел**

155630, г. Южа, ул. Дачная, д. 2, тел.: (8-49347) 2-21-82,

Руководитель отдела: Пискунов Юрий Александрович;

## **Управление МВД РФ по Ивановской области:**

153003, г. Иваново, ул. Кузнецова, д. 47.

## **02 - экстренный вызов сотрудников полиции**

## **Контактные телефоны:**

Телефон дежурной части УМВД РФ по Ивановской области: **(8-4932) 32-80-00.**

Телефон доверия УМВД РФ по Ивановской области: **(8-4932) 35-45-55.**

## **Отдел МВД России по Ленинскому району города Иваново**

Врио начальника: Кузнецов Сергей Васильевич,

Дежурная часть: тел. (8-4932) 32-72-41;



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

---

## **Отдел МВД России по Октябрьскому району города Иваново**

Врио начальника: Панин Вадим Геннадьевич,

Дежурная часть: тел. (8-4932) 48-14-02;

## **Отдел МВД России по Советскому району города Иванов**

Врио начальника: Прытков Николай Анатольевич,

Дежурная часть: тел. (8-4932) 32-42-04;

## **Отдел МВД России по Фрунзенскому району города Иваново**

Начальник: Полозов Борис Геннадьевич,

Дежурная часть: тел. (8-4932) 48-16-02.

## **Межмуниципальный отдел МВД России «Ивановский»**

Начальник: Успенский Сергей Леонидович,

Дежурная часть: тел. (8-4932) 93-39-70;

## **Отдел полиции № 5 (Кохма)**

Начальник: Малышев Максим Геннадьевич,

Дежурная часть: тел. (8-4932) 55-10-02;

## **Отдел полиции № 7 (Лежнево)**

Начальник: Углов Сергей Александрович

Дежурная часть: тел. (8-49357) 2-13-35;

## **Пункт полиции № 13 (Ново-Талицы)**

Старший УУП Соболев Сергей Александрович,

Дежурная часть: тел. (8-4932) 31-51-46;

## **Межрайонный отдел МВД России «Вичугский»**



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

---

Начальник: Хохлов Валерий Станиславович,

Дежурная часть : тел. 8(49354) 2-00-02;

## **Межмуниципальный отдел МВД России "Кинешемский"**

Врио начальника: Валатин Евгений Николаевич,

Дежурная часть: тел. (8-49331) 5-46-64;

## **Отделение полиции № 8 г. Заволжск**

Начальник: Ильин Сергей Константинович,

Дежурная часть: тел. (8-49333) 2-20-70;

## **Отделение полиции № 9 г. Юрьевец**

Врио начальника: Голенищев Роман Рудольфович,

Дежурная часть: тел.(8-49337) 2-13-33;

## **Пункт полиции № 15 г. Наволоки**

Начальник: Романов Андрей Александрович,

Дежурная часть: тел.(8-49331) 9-78-83;

## **Отдел МВД России по Приволжскому району**

Начальник: Касаткин Анатолий Ювенальевич,

Дежурная часть: тел. (8-49339) 3-15-02;

## **Пункт полиции № 16 г. Плес**

Начальник: Кулемин Сергей Львович,

Дежурная часть: тел. (8-49339) 4-34-02;

## **Межмуниципальный отдел МВД России «Пучежский»**

Начальник: Кудрявцев Юрий Валерьевич,



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

---

Дежурная часть: тел. (8-49345) 2-11-45;

## **Пункт полиции № 17 с. Верхний Ландех**

Начальник: Федотов Сергей Борисович,

Дежурная часть: тел. (8-49349) 2-14-35;

## **Пункт полиции № 18 п. Пестяки**

Начальник: Морозов михаил Владимирович,

Дежурная часть: тел.(8-49346) 2-10-49;

## **Межмуниципальный отдел МВД России «Тейковский»**

Начальник: Кабешов Алексей Юрьевич,

Дежурная часть: тел. (8-49343) 2-22-02;

## **Отделение полиции № 10 г. Гаврилов Посад**

Начальник: Пудов Андрей Владимирович,

Дежурная часть: тел. (8-49355) 2-10-02;

## **Пункт полиции № 19 п. Ильинское**

Врио начальника: Коровкин Никола Алексеевич,

Дежурная часть: тел. (8-49353) 2-18-02;

## **Пункт полиции № 21 п. Нерль**

Начальник: Боярков Василий Вячеславович,

Дежурная часть: тел. (8-49343) 4-92-02;

## **Межмуниципальный отдел МВД России «Шуйский»**

Начальник: Петрухин Артем Александрович,

Дежурная часть: тел. (8-49351) 3-82-82;



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

---

## **Отделение полиции № 11 п. Савино**

Начальник: Капранов Валерий Павлович,

Дежурная часть: тел. (8-49356) 9-16-95;

## **Межмуниципальный отдел МВД России «Южский»**

Начальник: Неганов Андрей Валентинович,

Дежурная часть: тел. (8-49347) 2-24-04;

## **Отделение полиции № 12 п. Палех**

Врио начальника: Швертель Тимур Ринатович,

Дежурная часть: тел. (8-49334) 2-12-99;

## **Отдел МВД России по Фурмановскому району**

Начальник: Кудряшов Андрей Юрьевич,

Дежурная часть: тел. (8-49341) 2-14-24;

## **Межмуниципальный отдел МВД России «Родниковский»**

Врио начальника: Стёпин Роман Александрович,

Дежурная часть: тел. (8-49336) 2-22-68;

## **Пункт полиции № 14 п. Лух**

Начальник: Блинов Михаил Александрович,

Дежурная часть: тел. 8-(49344) 2-14-74;

## **Отдел МВД России по Комсомольскому району**

Начальника: Кудрявцев Дмитрий Владимирович,

Дежурная часть: тел. (8-49352) 4-14-93;

## **Пункт полиции № 20 с. Писцово**



Официальный сайт

# Следственный комитет Российской Федерации

---

Начальник: Власов Андрей Сергеевич,

Дежурная часть: тел. (8-49352) 2-83-72.