



### **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 «Закртых 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.



**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.