

# ВМІЙТЕ ЗАХИСТИТИ СЕБЕ

Останнім часом на вулицях, особливо у вечірній та нічний час, почастишали випадки нападу на перехожих агресивно налаштованих молодиків, які супроводжуються насильницьким відбиранням чи крадіжкою цінних речей, грошей, мобільних телефонів.

*Як себе поводити, як дати відсіч нападникам у такій ситуації?*

## ЯК УНИКНУТИ ТАКИХ СИТУАЦІЙ:



- ↪ Повертатися додому бажано завидна, а також не ходити одному в темний час доби та в малолюдних місцях.
- ↪ Рухатися освітленими вулицями, бажано в натовпі людей.
- ↪ Вибирати безпечний маршрут: уникати пустирів, парків, стадіонів, темних дворів, підворіть, тунелів.
- ↪ Не провокувати нападника: вулицями вечірнього міста не гуляти в дорогих прикрасах, не носити із собою і не діставати при сторонніх людях великі суми грошей.
- ↪ Не сідати у випадкові автомобілі, особливо в ті, де окрім водія вже є пасажери. Якщо якийсь автомобіль починає повільно рухатися поряд з вами, потрібно перейти на протилежну сторону вулиці і продовжити рух у зворотньому напрямку.
- ↪ Користуватися послугами таксі і за допомогою мобільного зв'язку повідомляти рідним, друзям чи знайомим про своє місцезнаходження.
- ↪ Не заходити у ліфт чи квартиру, якщо поряд незнайомі або підозрілі люди.

## ЯК ЗАХИСТИТИ СЕБЕ ВІД НАПАДНИКА :

➤ При загрозі нападу: зніматися галас, кричати, кликати на допомогу, а також сміливо застосовувати засоби самозахисту. Єдиний спосіб не постраждати – рішуче протидіяти! Нападати потрібно зненацька, агресивно, супроводжуйте свої дії голосними криками. Не думати про перевищення меж самозахисту!

➤ Якщо зрозуміли, що виявилися «у пастці» і поруч нікого немає, а пограбування неминуче, то спокійно віддайте годинник, мобільний телефон, гаманець, коштовності, сумочку. Віддайте все – життя цінніше! Причому робіть це спокійно, без різких рухів.

➤ При намаганні вас задушити: хапайте нападника за волосся, вуха, бийте по очах, кусайте, тягніть за все, що зможете вхопити, не шкодуючи сил. Голову повертайте у той бік, де знаходиться рука, яка вас душить, а підборіддя намагайтеся притиснути до грудей.

➤ Якщо під рукою виявиться будь-який предмет: олівець, кулькова ручка, викрутка, запальничка, ключі – пускайте їх у хід, коліть ними у відкриті місця на тілі нападника. Як тільки трапиться нагода – тікайте, не шкодуючи кинутих речей. Варто пам'ятати, що найбільш вразливими місцями у людини є: шия, очі, пах, ніс. Менш вразливими, але болючими є: коліна, гомілки і стопи ніг.



**ЗАПАМ'ЯТАЙТЕ :** у небезпечних ситуаціях перемагає не сильніший, а той, хто більше прагне зберегти своє життя. За будь-яких обставин намагайтеся не втрачати самоконтроль і головне - не панікувати.