



Твое молчание приводит к непониманию между тобой и другими людьми!

Говоря о своих чувствах открыто, ты защищаешь себя от насилия. Обратись за помощью к другим людям. Найди человека, которому ты доверяешь, и поговори с ним. Это может быть твой друг. Родители, учитель, просто знакомые. Рассказ о произошедшем и о своих переживаниях принесет тебе

Службы по защите прав детей

Всероссийский детский телефон доверия:
8-800-2000-122

Уполномоченный по правам ребенка при Президенте РФ: Анна Юрьевна Кузнецова

8 (495) 221-70-65

Уполномоченный по правам ребенка, заместитель Уполномоченного по правам человека в Красноярском крае: Ирина Юльевна Мирошникова

8 (391) 221-41-64

Представитель Уполномоченного по правам ребенка в Красноярском крае по Тасеевскому району:

Татьяна Геннадьевна Баронина

8 (39164) 2-11-32

Ответственный секретарь комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав Администрации Тасеевского района: Виктор

8 (39164) 2-27-25

Главный специалист органов опеки и попечительства Администрации Тасеевского района: Людмила Герасимовна

Бар-

8 (39164) 2-13-58

ПДН ОУПиДН ОП МО МВД России «Дзержинский» старший инспектор: Ольга Александровна Буркина

8 (39164) 2-15-39

КГБУ СО «КЦСОН «ТАСЕЕВСКИЙ»

ЖИЗНЬ БЕЗ НАСИЛИЯ

ПАМЯТКА (для детей и подростков)



Отделение профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних

Тасеево-2021 год



Кто будет спорить с тем, что...

- Грубое слово – обидно
- Насмешки – унизительно
- Принуждение вызывает внутренний протест.

Ты становишься беспомощным, когда сила давления исходит от людей, обладающих властью над тобой, будь то просто прохожий, сосед, учитель или родной и близкий тебе человек. Однако, если это происходит часто, ты перестаешь замечать такие действия по отношению к себе.

Страшно, когда для тебя это становится нормой, привычкой, и вот ты уже сам обижаешь других. Круг замыкается. Жестокость порождает жестокость. Что же делать? Только ты можешь разорвать круг насилия!

Знай, что никто не имеет права воздействовать на тебя с помощью угроз, принуждения, физического

Знаешь ли ты, что

- ◻ Насилие совершается среди богатых и бедных, образованных и некультурных, среди детей и взрослых.
- ◻ Никто не хочет испытывать страх, боль и жестокое насилие.
- ◻ Причиной насилия, как правило, является жажда власти над человеком. Тот, кто подвергает насилию других - в глубине души чувствует себя ущербным, неудовлетворенным жизнью, нередко у него нарушена психика.
- ◻ Человек, выросший в атмосфере насилия и жестокости, может сам стать



**Что ты сейчас можешь
сделать? Противостоять
насилию и жестокости!**

- Понять, какого отношения ты ждешь к себе от других людей, и как ты сам относишься к другим людям.
- Обсуждать эти проблемы со своими друзьями, в семье.
- Прислушиваться к своим чувствам.
- Спрашивать у других людей о том, что тебя беспокоит.
- Слушать и принимать ответы и советы других людей.
- Сказать человеку, который обижает тебя или другого, что тебе это не нравится.
- Не замыкаться на своих проблемах, всегда помнить, что неразрешимых ситуаций просто