ТВОЕ

УЧАСТИЕ

В ЖИЗНИ РЕБЕНКА

# Что делать,

**если вы подозреваете, что ребенок подвергается насилию?**



Позвоните в полицию, в территориальную комиссию по делам несовершеннолетних или в управление по опеке и попечительству администрации города Нижневартовска, в любое учреждение здравоохранения или общественные организации, работающие с семьями

и детьми.

Вы можете не сообщать свое имя. Если ребенок находится в непосредственной опасности или был ранен, не ждите, немедленно вызовите скорую помощь, полицию или позвоните в единую дежурную диспетчерскую

службу.

Если вы являетесь ребенком или подростком, который в настоящее время подвергается насилию, не скрывайте этого, расскажите об этом человеку, которому доверяете (учителю, врачу, друзьям), позвоните по телефону доверия.

Если вы боитесь, что кто-то может нанести вред вашему ребенку, если думаете, что ваш ребенок находится в опасности, позвоните в полицию, поместите ребенка в безопасное место, постарайтесь оставаться

рядом с ним.

**Чтобы защитить своего ребенка от жестокого обращения:**

Прислушивайтесь к своему ребенку, пусть он знает, что может говорить с вами о чем угодно.

Познакомьтесь с друзьями своего ребенка и членами их семей.

Узнайте имена ваших соседей и их детей. Познакомьтесь со всеми, кто живет с вами по соседству.

Пообщайтесь со всеми взрослыми, которые взаимодействуют с вашим ребенком: воспитателями в детском саду, преподавателями в школе.

Объясните ребенку разницу между «хорошим» и «плохим» контактом. Расскажите о нарушении

личных границ.

Попросите членов семьи или друзей помочь вам, если вы не справляетесь или устали. Изучите методы борьбы со стрессом. Воспользуйтесь информацией о здоровом образе жизни.

Обратитесь за помощью к психологу или позвоните по телефону доверия, если вы и/или ваш ребенок подвергаетесь

насилию.

Научитесь распознавать признаки насилия и пренебрежения. Например, ребенок может отставать в развитии, быть грязным, неопрятным, нездоровым, может проявлять агрессию, быть подавленным, тревожным, просить деньги и пищу у чужих людей.

**Номера телефонов экстренных служб в городе Нижневартовске**

**Отдел полиции №1 УВД города Нижневартовска**

**8 (3466) 49-32-12**

**Отдел полиции №2 УВД города Нижневартовска**

**8 (3466) 49-31-71**

**Отдел полиции №3 УВД города Нижневартовска**

**8 (3466) 49-33-11**

**Дежурная часть УМВД России по городу Нижневартовску**

**8 (3466) 49-31-11, 49-31-13**

**Единая дежурно-диспетчерская служба при управлении по делам гражданской обороны**

**и чрезвычайным ситуациям администрации города – 112**

**КУ «Центр медицины катастроф»,**

**оперативный дежурный**

**8 (3467) 33-83-11**

*(Принимаются звонки при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций)*

**Телефон доверия**

**Департамент социального развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры.**

*(Оказание социально-психологической помощи гражданам, оказавшимся в кризисной ситуации)*

**8-800-101-12-12,**

**8-800-101-12-00**

**Детский телефон доверия**

**8-800-200-01-22**

**Телефон доверия полиции в ХМАО – Югре**

**8 (3467) 39-83-00**

**Пожарная служба – 01, 101**

**Полиция – 02, 102**

**Скорая помощь – 03, 103**

**Телефон доверия –**

**8 (3466) 41-62-26**

**Управление по опеке и попечительству**

**администрации города Нижневартовска –**

**8 (3466) 42-26-15**

**Экстренная детская помощь**

**8 (3466) 46-87-10**

**Детская общественная приемная**

**8 (3466) 44-81-73**

**Телефон круглосуточной горячей линии по вопросам оказания медицинской помощи**

**8-800-100-86-03**