



Ας μάθουμε 10 κόλπα για να
να προστατεύουμε τον εαυτό
μας



Τα παιδιά δεν μπορούμε να κρίνουμε αν κάποιος άνθρωπος είναι καλός ή κακός μονάχα με βάση την εμφάνιση. Είναι πολύ σημαντικό να μιλάμε στον σωστό άγνωστο

1 . Κανένας ενήλικας δεν ζητάει βοήθεια απ' τα παιδιά»

Μην εμπιστεύεσαι έναν μεγάλο που ζητά τη βοήθειά σου. Αν οι μεγάλοι χρειάζονται βοήθεια, θα τη ζητήσουν από έναν ενήλικα, όχι από ένα παιδί. Αν ζητήσουν βοήθεια από παιδί τότε κάποιος άλλος είναι ο σκοπός τους.

2 . «Πες το σύνθημα»

Οι γονείς σας δεν θα στείλουν ποτέ κάποιον που δεν γνωρίζετε να σας παραλάβει από το σχολείο.

Και αν δεν μπορούν να έρθουν οι ίδιοι, θα έρθουν σε επαφή μαζί σας, ή λέγοντάς στον δάσκαλό σας ή στον διευθυντή του σχολείου ποιος θα έρθει να σας παραλάβει.

- Συμφωνήστε με τους γονείς σας σε μία απλή, συγκεκριμένη λέξη ή μια φράση κωδικό που θα λειτουργεί σαν μεταξύ σας σύνθημα για περιπτώσεις έκτακτης ανάγκης, όπως αν ξαφνικά πρέπει κάποιος γνωστό σας να σας συνοδέψει από το σχολείο στο σπίτι.



- Στην περίπτωση που κάποιος άγνωστος σας προσεγγίσει και χρησιμοποιήσει τη μαμά ή τον μπαμπά σαν δικαιολογία («η μαμά σου μου είπε να σε πάω σπίτι»/ «ο μπαμπάς μου ζήτησε να σου δώσω κάτι» κ.λπ) πρέπει να του ζητήσετε να πει το όνομα των γονιών σας και το σύνθημα

- Αν ο άγνωστος «παγώσει», απορήσει, κομπιάσει κ.ο.κ., τότε να ξέρετε πως βρίσκεστε σε κίνδυνο.

3. Όχι σε αυτοκίνητα «ξένων»



- Μην πλησιάζετε περισσότερο από όσο πρέπει αυτοκίνητα με ανθρώπους που δεν γνωρίζετε.

- Ποτέ δεν πρέπει να μπαίνετε σε ξένα αυτοκίνητα ακόμα και αν για παράδειγμα σας πουν ότι «η μαμά σου χτύπησε και μου ζήτησε να έρθω να σε πάρω για να πάμε μαζί να την βοηθήσουμε».

4. Τι κάνουμε αν σταματήσει κοντά μας ένα αυτοκίνητο ή μας ακολουθεί από πίσω



Αν σταματήσει κοντά σας ένα αυτοκίνητο ή σας ακολουθεί από πίσω και κάποιος μέσα από το αυτοκίνητο θέλει να τραβήξει την προσοχή σας, **θα πρέπει γρήγορα να τρέξετε μακριά προς την αντίθετη κατεύθυνση της διαδρομής.** Αυτό θα σας βοηθήσει να κερδίσετε χρόνο και να ζητήσετε βοήθεια. **Πρέπει να επιλέγετε το πεζοδρόμιο το οποίο έχει αντίθετη φορά από τα αυτοκίνητα, έτσι ώστε να δυσκολέψετε το έργο κάποιου απαγωγέα**

5 . Μέθοδοι που χρησιμοποιούν οι άγνωστοι για να σας ξεγελάσουν

- **Ζητούν βοήθεια:** Μπορείς να με βοηθήσεις να βρω το σκυλάκι μου;
- **Χρησιμοποιούν εξουσία:** Μοιάζεις με το αγόρι που..... (έκανε κάτι :παράδειγμα έσπασε το παράθυρο). Έλα, πάμε να μιλήσουμε στους γονείς σου.
- **Προσφέρουν δώρα:** Πηγαίνω να αγοράσω γλυκά. Θέλεις να σου δώσω;
- **Τρομοκρατούν:** η μαμά σου χτύπησε και μου ζήτησε να έρθω να σε πάρω για να πάμε μαζί να την βοηθήσουμε.

Να θυμάστε ότι είναι πιο πιθανό να σας «βλάψει» κάποιος γνωστός παρά κάποιος άγνωστος.



Οι άγνωστοι μπορεί να πείσουν, όχι μόνο τα παιδιά αλλά και τους ενήλικες, γι "αυτό είναι σημαντικό να πάτε γρήγορα μακριά σε ασφαλή απόσταση μετά από 5-7 δευτερόλεπτα μετά την έναρξη μιας συζήτησης. Πρέπει να σταθείτε έχοντας μια απόσταση από έναν ξένο 2-2,5 μέτρα. Αν πλησιάσει, θα πρέπει να κάνετε ένα βήμα πίσω.

Αν παρενοχληθείτε ή καταλάβετε ότι κάποιος σας παρακολουθεί, πρέπει αμέσως να μπειτε στο πρώτο κατάστημα που θα βρείτε και να ζητήσετε βοήθεια. Να καλέσετε στο τηλέφωνο έναν γονέα και να του εξηγήσετε όλα όσα συνέβησαν.

Αν σας αρπάξει κάποιος άγνωστος, μπορείτε και πρέπει να γίνετε «κακά παιδιά»: να δαγκώσετε, να κλωσήσετε, να προκαλέσετε αμυχές και να προσελκύσετε την προσοχή με οποιοδήποτε κόστος, ακόμη και αν είναι

πολύ τρομακτικό. Πρέπει να φωνάζετε δυνατά: «Δεν τον ξέρω! Θέλει να με πάρει μακριά!»

6. «Όχι μέσα στο ασανσέρ με αγνώστους»

Περιμένουμε το ασανσέρ δίπλα στον τοίχο για να βλέπουμε όλους όσους μας πλησιάζουν.



- Και αν ένας άγνωστος ή κάποιος γνωστός υπό οποιοδήποτε πρόσχημα προσφερθεί να πάει μαζί σας στο ασανσέρ, τότε πρέπει να προσποιηθείτε ότι ξεχάσατε κάτι.

- Αν κάποιος σας προσκαλέσει μπειτε μέσα, τότε η καλύτερη επιλογή είναι να απαντήσετε ευγενικά ότι οι γονείς σας επιτρέπουν να μπαίνει μέσα στο ασανσέρ μόνος σας ή μόνο με γείτονες.

Αν ο άγνωστος προσπαθήσει να σας βάλει με το ζόρι στο ασανσέρ ή σας κλείσει το στόμα, θα πρέπει να παλέψετε, να ουρλιάξετε και να δαγκώσετε.

7 . «πρώτα ρωτάμε τους γονείς μας»

Πρέπει να ρωτάτε τους γονείς σας: αν σας πλησιάσει κάποιος άγνωστος στην παιδική χαρά με ένα ελκυστικό κέρασμα που σας το προσφέρει, πριν βοηθήσετε κάποιον που σας λέει ότι έχασε το σκυλάκι του, πριν πάνε στο σπίτι κάποιου γείτονα ή συμμαθητή σας για επίσκεψη, ακόμα κι αν είναι κάποιος που γνωρίζετε.

ΚΑΙ αν εκείνη τη στιγμή οι γονείς δεν είναι κοντά και δεν μπορούν να ρωτήσουν, τότε η απάντηση είναι ΟΧΙ.

8 . «Τι κάνουμε αν είμαστε μόνοι στο σπίτι και κάποιος χτυπήσει την πόρτα »

Αν είμαστε μόνοι στο σπίτι και αφού κάποιος χτυπήσει την πόρτα στην ερώτηση «Ποιος είναι;» δεν απαντάει κανείς ή δεν φαίνεται κανένας από το ματάκι, **δεν πρέπει να ανοίξετε την πόρτα ακόμα και ελάχιστα για να δείτε ποιος είναι.**

- **Δεν πρέπει να πείτε ότι οι γονείς λείπουν από το σπίτι, ακόμη και αν ο άγνωστος παρουσιάζεται ως φίλος ή κάποιος υπάλληλος.** Αν είναι πολύ επίμονος και προσπαθεί να μπει στο σπίτι, τότε πρέπει αμέσως να καλέσετε τους γονείς ή τους γείτονες.

9 . «Φέρσου έξυπνα σε περίπτωση που χαθείς»

- **Μαθαίνουμε απ' έξω κι ανακατωτά την διεύθυνσή μας (που μένουμε με τους γονείς μας), που μένει ο παππούς και τα τηλέφωνα τους (σταθερό, κινητό, δουλειάς) και να θυμάστε ότι τα λέτε μόνο αν χαθείτε ή χρειαστείτε βοήθεια και μάλιστα όχι σε όλους τους αγνώστους.**

- Κάθε φορά που βρίσκεστε σε κάποιο σημείο με πολύ κόσμο (ένα στάδιο, ένα μουσείο, ένα πανηγύρι), **συμφωνείτε μαζί με τους γονείς σας ένα σημείο συνάντησης σε περίπτωση που χαθείτε κάποια στιγμή.**

- Σε περίπτωση που χαθείτε από το χέρι του μπαμπά ή της μαμάς (στο εμπορικό κέντρο, πάρκο ή παραλία, κλπ) κάντε το εξής:

Όταν καταλάβετε ότι χαθήκατε πρέπει να **σταματήσετε να κινείστε** (οι γονείς σας θα σας ψάξουν στο τελευταίο σημείο που είσαστε μαζί και αν εσείς φύγετε μακριά στο χώρο θα είναι πιο δύσκολο να βρει ο ένας τον άλλο.)

Το κυριότερο είναι να παραμείνετε ψύχραιμοι **και να κοιτάζετε γύρω σας**, γιατί οι γονείς σας σίγουρα θα σας ψάχνουν και θα φωνάζουν το όνομά σας δυνατά. Γι' αυτό **να έχεις «ανοιχτά» τα αυτιάκια σου για να τους ακούσεις.**

- Σε περίπτωση που χρειάζεστε βοήθεια μιλήστε μόνο σε έναν πωλητή ή υπάλληλο κάποιου καταστήματος με αναγνωριστικό καρτελάκι, ένα άτομο σε θάλαμο πληροφοριών, σε άλλους γονείς με παιδάκια ή σε έναν αστυνομικό.

Ζητήστε να σας πάνε σε κάποιον αστυνομικό με στολή.

- **Αν είστε μέσα σε κατάστημα πήγαινε αμέσως στο ταμείο.** Στα ταμεία των καταστημάτων υπάρχουν συνήθως μικρόφωνα και έτσι ο ταμίας θα μπορέσει να βγάλει ανακοίνωση για σας που χαθήκατε αναζητώντας τους γονείς σας.

-**Αν χαθείτε σε εξωτερικό χώρο και αντιληφθείτε ότι κάποιος σας πιέζει να μπειτε σ' ένα αυτοκίνητο/ σας καταδιώκει σιωπηλά εδώ και ώρα ή σας ζητά κάτι ανάρμοστο ή κάτι που σας κάνει να νιώθετε άβολα ή σας κυνηγήσει, ίσως σκεφτείτε να φύγετε τρέχοντας, κινδυνεύοντας έτσι να παρασυρθείτε σε μέρος-παγίδα χωρίς πολύ κόσμο.**

Μείνετε εκεί που είστε, εφόσον το σημείο είναι πολυσύχναστο(υπάρχουν πολλοί άνθρωποι γύρω σας) και φωνάξτε δυνατά και καθαρά «βοήθεια».

- **Προτείνετε στους γονείς σας να έχουν στη τσάντα τους πρόσφατες κοντινές φωτογραφίες από εσάς.** Μπορεί να τους φανούν απαραίτητες και χρήσιμες σε περίπτωση που χαθείτε σε κάποιο εμπορικό κέντρο ή πάρκο.

10 . «Οι γονείς μας και το facebook»



- **Προτείνετε στους γονείς σας να μη γράφουν στο facebook ότι είναι μόνοι στο σπίτι με σας και γενικότερα να αποφεύγουν να κάνουν check in (δηλαδή να δείχνουν σε ποια μέρη είστε μαζί ή σε ποια μέρη είναι αυτοί μόνοι τους-άρα εσείς είστε με κάποια μπίμπι σίτερ ή γιαγιά στο σπίτι).**

-**Επίσης καλό είναι να περιορίσουν τη δημοσίευση φωτογραφιών σας στις απολύτως απαραίτητες και να αποφεύγουν να δημοσιεύουν φωτογραφίες δικές σας με μαγιώ κλπ. Πολλοί γονείς το κάνουν από χαρά, αλλά η πρόληψη είναι πιο σημαντική από 5 λεπτά διαδικτυακής «ευτυχίας».**

Γνωρίζω τον αριθμό 10 56 για να τηλεφωνώ από παντού και χωρίς χρήματα και να ζητήσω βοήθεια , συμβουλή και υποστήριξη.

Αν χρειαστεί οι γονείς μας ενημερώνουν τις αρμόδιες αρχές :

- Αστυνομία : Κέντρο Άμεσης Κοινωνικής Βοήθειας (197),
- Το Χαμόγελο του Παιδιού : (1056),
- Η Ιατροδικαστική Υπηρεσία Αθηνών: (210 3613340),
- Η Υπηρεσία Επιμελητών Ανηλίκων Υπουργείου Δικαιοσύνης :(210 8701319),
- Ο Συνήγορος του Πολίτη (210 7289600),
- Ο Συνήγορος του Πολίτη-Κύκλος για τα δικαιώματα του Παιδιού (8001132000),
- Το ΕΠΙΨΥ (801-801-1177),
- Το Τμήμα Ηλεκτρονικού Εγκλήματος (1890 ή ccu@ath.forthnet.gr).