**Памятка (подростку)**

**Если вы не хотите стать жертвой насилия,**

**Соблюдайте несколько правил:**

1. Собираясь провести вечер в незнакомой компании, возьмите с собой приятеля, в котором вы уверены.
2. В начале вечеринки предупредите всех, что не уйдете не попрощавшись. Если вы покидаете компанию с кем-то, то скажите друзьям, с кем.
3. Доверяйте своей интуиции. Если вы ощущаете психологический дискомфорт, то это может быть потому, что вы не чувствуете себя в безопасности.
4. Установите для себя четкие пределы: чего вы хотите, а чего не позволите.
5. Сохраняйте способность принимать ясные решения и правильно реагировать в любой ситуации.
6. Ведите себя уверенно. Вы имеете право думать и заботиться о себе, даже, если этим вы можете задеть чувство другого.
7. Если есть возможность, чтобы вас встретили или забрали с вечеринки, то воспользуйтесь ею (это придаст вам большей уверенности, и вы сможете лучше контролировать свои действия). Не пользуйтесь в одиночку услугами частного транспорта. В этом случае попросите провожатого запомнить или написать номер автомашины.