



## Личная безопасность пожилого человека

### *Памятка для пожилого человека по защите от действий злоумышленников*

---

#### *Находясь в квартире:*

- **запирайте входную дверь**

Установите на двери и окна надёжные замки и запоры и используйте их. Оставьте запасной комплект ключей у соседей, которым доверяете. Не прячьте ключи в легко обнаруживаемых местах и не оставляйте дверь открытой, а квартиру без присмотра, если выходите на минутку. Возвращаясь домой, держите ключи под рукой, чтобы не стоять слишком долго перед дверью, роясь в сумочке.

- **не покидайте квартиру без необходимости**

Не выходите в позднее время на лестничную площадку. Если это все же сделать необходимо, убедитесь предварительно через дверной глазок, что там нет незнакомых Вам людей.

- **не впускайте в квартиру незнакомых людей**

Если за дверью появятся рабочие или курьеры, попросите их предъявить удостоверение личности и позвоните их работодателю, если что-либо покажется Вам подозрительным. Спрашивайте удостоверение личности через закрытую на цепочку дверь или через дверной глазок, в случае опасности звоните в милицию. Не пользуйтесь услугами случайных людей для доставки купленных в магазине вещей.

---

#### *Для обеспечения безопасности вне дома:*

- **путешествуйте группами**

Даже если Вы выходите по делам, постарайтесь найти себе компанию. Чем больше группа, тем лучше, так как количество в этом случае является защитой. Во время путешествия не теряйте

внимания. Старайтесь быть в курсе того, что происходит вокруг Вас, сконцентрируйтесь на своем маршруте и конечном месте назначения. Люди, которые отвлекаются по мелочам, могут стать жертвами воров.

- **носите с собой мобильный телефон**

На сегодняшний день сотовые телефоны являются дешевым средством связи, подобно стационарным телефонным линиям, они могут оказать незаменимую помощь в чрезвычайных ситуациях. Если Вы плохо разбираетесь в технике, попросите друга или родственника ввести в Ваш телефон номера местной полиции, врача, пожарной части и установить функцию быстрого набора важных номеров.

- **всегда давайте знать, где вы находитесь**

Если Вы собираетесь по делам, убедитесь, что кто-нибудь знает, куда Вы собираетесь и когда вернетесь. Это должен быть кто-то, кто будет беспокоиться о Вас, если Вы не вернетесь в назначенное время и позвонит Вам, чтобы убедиться, что Вы в порядке.

- **избегайте районов, где может поджидать опасность**

Избегайте пребывания на улицах и автостоянках, которые плохо освещены. Также следите за местами, где тень от кустов или деревьев накрывает пешеходные дорожки. Такие районы могут обеспечить укрытие потенциальным грабителям, позволяя им незаметно приблизиться к Вам прежде, чем Вы заметите их присутствие.

- **откажитесь от ночных передвижений**

Не возвращайтесь поздно от родственников или друзей, безопаснее остаться у них ночевать. Если все же поздно возвращаетесь, будьте осмотрительны. Если следом за Вами кто-то идет или входит за Вами во двор, в подъезд, поднимается на Ваш этаж, не доставая ключ, позвоните в соседние квартиры, позовите на помощь, крича «Пожар!».

- **не рискуйте из-за материальных вещей**

Если Вы столкнулись с вором, то дайте ему то, что он требует. Не пытайтесь быть храбрым, лучше показаться неопасным и сговорчивым. Лучше потерять кошелек, чем здоровье или жизнь.

- **не носите с собой крупные суммы денег или кредитные карточки без надобности**

Закажите перевод пенсии и прочих регулярно поступающих сумм непосредственно на свой банковский расчётный счёт. Обращайтесь в учреждения для оплаты какой-либо квитанции или для продления срока действия какого-либо документа не в час пик и не в последние дни перед окончанием срока действия документа. Выходя из Сбербанка после того, как Вы сняли деньги со счета, не показывайте их. Это же относится к тем моментам, когда Вы дожидаетесь своей очереди в кассу, чтобы оплатить что-либо. Никогда не кладите деньги в один кошелек, распределите их по карманам.

- **будьте внимательны в общественном транспорте**

Избегайте садиться в пустой автобус, а если Вам все-таки приходится делать это, садитесь рядом с дверью или ближе к водителю. Когда Вы передвигаетесь в городе, всегда удобно иметь в распоряжении несколько мелких монет и билетов на городской транспорт.

- **не разглашайте свои данные**

Не поддавайтесь на телефонные звонки с предложениями выгодных покупок, бесплатного отдыха, или чудодейственного лечения, а также просьбами незнакомых людей о финансовой помощи близким, не сообщайте номер Вашей кредитной карточки, личный код, номер телефонной карточки или банковского счёта.