

Екатерина Шумякина

СОВЕТЫ И ПАМЯТКА ДЕТЯМ



two lives
ДЕТЕКТИВНОЕ АГЕНТСТВО



МЕЖДУНАРОДНЫЙ ЦЕНТР
ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ



Привет, мой маленький друг!
Меня зовут Екатерина Шумякина, и я частный детектив,
а также мама очаровательной дочки Евы.



Расскажи мне, как ты представляешь себе преступника, нехорошего человека, похитителя? В тёмных очках подозрительно посматривает по сторонам? Или это плохо одетый, немолодой, небритый человек с грубым голосом?

Не только. Преступник может быть хорошо одет, это может быть приятный молодой человек, улыбочивая женщина, добрый на вид старичок и даже ребёнок твоего возраста.

Что значит «чужой человек»? Тот, кого ты никогда раньше не видел, незнакомец?

Да, но не совсем. Чужой – это не член семьи, это любой посторонний человек. Сосед, коллеги родителей по работе, продавец в ближайшем магазине, незнакомые ребята во дворе – это чужие люди. Никогда не иди с чужими людьми, если рядом нет родителей!

Если посторонний знает твоё имя, то он не чужой и ему можно доверять?

Нет! Даже если незнакомый человек обращается к тебе по имени, называет имя мамы и папы, твой адрес, не разговаривай с ним, а главное никуда не уходи.

Давай рассмотрим с тобой следующие ситуации

ТЫ НА УЛИЦЕ

СИТУАЦИЯ 1: что делать, если чужие люди просят тебя им помочь?

ТВОИ ДЕЙСТВИЯ: не верь тому, что они говорят. Всегда отвечай «НЕТ!» и сразу уходи.

Конечно, если пожилая женщина просит перевести ее через дорогу, помоги ей и переведи через дорогу. Но если она хочет, чтобы ты и дальше пошел с ней, скажи уверенно, что никуда не пойдешь! Даже если она плачет и убеждает тебя, что в том месте, куда нужно с ней пойти, ей тоже нужна помощь, отвечай уверенно: «Обратитесь за помощью к взрослым!» – и уходи.

Если женщина или молодая девушка говорят, что надо пойти помочь спасти котёнка (щенка, раненую птичку), скажи: «Пожалуйста, обратитесь к взрослым. Я никуда не пойду!» – и уходи.

Идешь к дому и видишь плачущего ребенка, который дает тебе записку в руки. Не бери ничего от таких детей! В основном на клочке бумаги будет текст примерно такого содержания: Я глухонемой. Меня зовут Ваня, я потерялся. Пожалуйста, если ты читаешь эту записку, отведи меня по адресу: Москва, ул. Центральная, дом 5. Ни в коем случае никуда не веди этого ребенка! Максимум, что ты можешь сделать в такой ситуации – это позвонить в службу спасения и рассказать о случившемся.

Не бойся, что твой отказ примут за грубость и равнодушие. В данном случае – это вопрос ТВОЕЙ безопасности и даже жизни!

ЗАПОМНИ: можно на словах объяснить дорогу, но нельзя соглашаться довести спрашивающего до места или садиться в его машину и уезжать с ним. Нормальный взрослый не обратится за помощью к детям: кто лучше поможет – ребёнок или взрослый?! Задумайся! Конечно, взрослый. Взрослые должны решать свои проблемы со взрослыми.

Обязательно расскажи родителям о любом таком случае!

СИТУАЦИЯ 2: ты с друзьями играешь на улице вместе, и вдруг кто-то из вас пытается уйти.

ТВОИ ДЕЙСТВИЯ: держаться вместе! Одно из главных правил личной безопасности гласит: «Вместе ушли, в таком же количестве вернулись». По возможности не ходи никуда один, даже в магазин. Договорись с другом, что в школу и из школы вы будете ходить вместе. Если с игровой площадки твоему другу нужно пойти домой, ты тоже иди, как бы ни хотелось остаться. Или позвони родителям и сообщи об этом. Но даже компанией не ходите в тёмное время по безлюдным местам, не играйте на стройках, в гаражах – там, где нельзя немедленно убежать или позвать на помощь в случае опасности. Не задерживайтесь на улице после наступления темноты.

СИТУАЦИЯ 3: что делать, если обещают что-то интересное или вкусное?

ТВОИ ДЕЙСТВИЯ: не верь тому, что говорит чужой человек. Всегда говори: «НЕТ!» и сразу уходи.

Если незнакомый мальчик предлагает пойти к нему домой и поиграть в компьютерные игры, не соглашайся!

Если модно одетый молодой человек или девушка говорят, что являются фотографами и хотят сфотографировать тебя для одного журнала, отвечай всегда твердым отказом. Постарайся прекратить с ними диалог и уходи.

Если женщина зовёт тебя пойти на весёлый праздник с шариками и угощением в соседнем дворе, скажи: «Нет! Я не ухожу с незнакомыми! Я никуда с вами не пойду!» – и отойди.

Если подходит человек и говорит, что твои родители попросили его отвезти тебя к ним (к бабушке, в зоопарк, к папе на работу), не верь! Сразу отвечай: «Я вас не знаю и не буду с вами разговаривать!» Помни, родители никогда не пошлют чужого человека искать тебя на улице и куда-то везти.

Обязательно расскажи родителям о любом таком случае!

СИТУАЦИЯ 4: чужой человек пытается до тебя дотронуться.

ТВОИ ДЕЙСТВИЯ: не позволяй никому дотрагиваться до тебя! Никто не должен трогать тебя – брать за руку, гладить, обнимать, тискать, и вообще прикасаться к любой части твоего тела. Это знак опасности! Особенно, если этот человек тебе не знаком! Постарайся вырваться и немедленно уйти, а если человек настаивает – кричи и зови на помощь.

Обязательно расскажи родителям о любом таком случае!

СИТУАЦИЯ 5: осторожно – автомобиль! Незнакомец или незнакомка приглашают тебя в свой автомобиль или пытаются насильно в него усадить.

ТВОИ ДЕЙСТВИЯ: Отвечай «НЕТ!» на предложения чужих людей подвезти до школы (дома, магазина), даже если опаздываешь. Ни в коем случае не садись в чужую машину, даже если в ней женщина с ребёнком.

Не подходи близко к автомобилю, даже если в нем сидит приятная женщина, и спрашивает у тебя дорогу. Общайся с незнакомцами на безопасном расстоянии!

Если тебе кажется, что за тобой следует автомобиль, развернись и иди в противоположную сторону, позвони родителям и постарайся скорее зайти в безопасное место.

Если тебя насильно пытаются затащить в автомобиль, будь смелым – кричи громко, шуми, чем только можешь. Кричать надо по-настоящему громко: «Это не моя мама!» (Это не мой брат! Это не мой папа!) Это чужой! Я не знаю его! Помогите!» Не дай себя затащить в машину: падай на землю, кусайся, цепляйся за предметы вокруг.

Привлекай к себе внимание окружающих: если это происходит на улице, бей по машинам, если это происходит в магазине, сваливай товары с полок, если это происходит в подъезде, стучи и звони во все двери. И в случае такой ситуации, никогда никого не проси отвести тебя домой – это может оказаться помощник того, кто пытался тебя украсть.

ЗАПОМНИ: с преступником нельзя драться! Ему нужно СОПРОТИВЛЯТЬСЯ. Кусаться, кричать, вырываться и всеми возможными способами привлекать внимание к тому, что происходит.

Обязательно расскажи родителям о любом таком случае!

ТЫ ДОМА

СИТУАЦИЯ 1:

ТЫ ОДИН ДОМА, И КТО-ТО ЗВОНИТ В ДВЕРЬ... Или на домашний телефон.

Не открывай дверь и не впускай чужого человека в квартиру. Постарайся не вступать с человеком в диалог. По серьёзному делу взрослые будут разговаривать только с родителями, поэтому незачем открывать почтальону, водопроводчику, электрику. Если все-таки ты вступил в диалог, и человек говорит, что он почтальон или что он пришёл по просьбе родителей, проверь это, позвонив маме или папе. Но дверь не открывай!

Если звонит домашний телефон, возьми трубку и скажи, что родители сейчас заняты и не могут подойти к телефону. Предложи передать сообщение для родителей, но не давай втянуть себя в разговор. Если у звонящего нет сообщения, немедленно клади трубку.

СИТУАЦИЯ 2:

ТЫ ОБЩАЕШЬСЯ С ДРУЗЬЯМИ В ИНТЕРНЕТЕ.

У вас есть группа в соцсети или чат в мессенджере? Здорово! Но, пожалуйста, будь осторожен. Преступники часто выбирают жертву и вступают с ней в контакт в Интернете. Не позволяй, чтобы с тобой обсуждали то, чем можно навредить тебе или другим людям – оскорбления, воровство, насилие и многое другое. Добавляй в друзья только знакомых ребят, выходи из чатов, куда тебя добавил кто-то незнакомый.

СИТУАЦИЯ 3:

ТЫ ВЫХОДИШЬ ИЗ КВАРТИРЫ.

Посмотри сначала в глазок. Если на лестничной площадке стоят незнакомые люди, подожди пока они уйдут.

СИТУАЦИЯ 4:

У ПОДЪЕЗДА ИЛИ У ЛИФТА НЕЗНАКОМЫЕ ЛЮДИ.

Никогда не заходи в подъезд с незнакомыми людьми и в лифт вместе с посторонним человеком. Если чужой человек заскокочил в кабину лифта в последний момент, постарайся покинуть лифт и уходи быстро на улицу.

Если тыходишь к подъезду, а там стоит незнакомый человек, позвони родителям или родственникам и попроси тебя встретить. Подходя к подъезду всегда смотри по сторонам, не идет ли за тобой кто-то.

ЧТО ЕЩЕ ТЫ МОЖЕШЬ СДЕЛАТЬ ДЛЯ СВОЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ:

Доверяй своим ощущениям! Если ты заметил странного человека возле школы или на детской площадке, скажи об этом знакомым взрослым. Хорошо, что ты такой внимательный! Если что-то беспокоит или настораживает тебя в человеке, который находится рядом, если тебе кажется, что кто-то хочет тебя обидеть, уходи от него в безопасное место!

Таким безопасным местом может быть любой офис, магазин, торговый центр – везде, где есть люди, где можно привлечь к себе внимание.

К кому обратиться за помощью? Можно обратиться к семьям с детьми, к людям в форменной одежде, к сотрудникам с бейджками, к водителю автобуса.

ВЫВОДЫ:

- 1 не разговаривай с чужими людьми! Если они пытаются увести тебя с собой, уходи от них в безопасное место, подойди к друзьям, зови на помощь;
- 2 всегда бери с собой мобильный телефон, когда уходишь из дома. Проверь, чтобы он был заряжен. На всякий случай выучи на память телефон мамы или папы;
- 3 сделай так, чтобы родители всегда знали, где ты и с кем;
- 4 дома никогда не открывай дверь чужим людям;
- 5 обязательно рассказывай родителям или учителю о любой ситуации, которая напугала или смутила тебя, была тебе непонятной или ты почувствовал себя в ней неловко.

Телефоны, по которым ты можешь позвонить, если ситуация тебе кажется опасной (кто-то следит или гонится за тобой, пытается взломать замок в квартире и т.д.), а помочь тебе некому:

СЛУЖБА СПАСЕНИЯ 112
ПОЛИЦИЯ 102

Автор: Ольга Корсун, Netka.by

ИНТЕРНЕТ-БЕЗОПАСНОСТЬ

Многие из вас уже создали аккаунты в социальных сетях и завели почтовые ящики. Хочу рассказать вам о нескольких простых правилах, соблюдая которые вы не попадетесь в лапы мошенников.

Итак, как не надо делать:

- ! Никогда ни при каких обстоятельствах не говорите пароль третьим лицам;
- ! Не записывайте пароль и не сохраняйте, необходимо запомнить его;
- ! Не используйте одинаковые пароли на разных почтовых ящиках или сайтах;
- ! Не используйте такой же пароль, как и логин (имя почтового ящика);
- ! Не используйте в качестве пароля личную информацию (имя, фамилию, дату рождения, номер телефона), а также простые пароли (password, qwerty и т.д.), слова из словаря или свое вымышленное имя. Будьте изобретательны. Помни, что пароли никому нельзя передавать, за исключением РОДИТЕЛЕЙ;
- ! Первое, что надо помнить всегда: ваш ПАРОЛЬ – ТОЛЬКО ВАШ, ни одна организация не будет требовать от вас ваш пароль. Он нужен вам только для получения доступа к определенному сервису, и знать его должны только вы;

- ! Будьте внимательны при получении почтовых сообщений от неизвестных отправителей и почтовых сообщений, в которых предлагают перейти по ссылке;
- ! Всегда проверяйте через адресную строку, на том ли сайте вы вводите свой пароль. (бывает, что подделывается и домен, т.е. он очень похож на оригинал, различие может быть всего лишь в одной букве, например, microsoft.com может превратиться в maicrosoft.com);
- ! Убедитесь, что у вас вошло в привычку выходить из своих аккаунтов, когда они используют общественные компьютеры в школе, кафе или библиотеке;
- ! Не стоит полностью заполнять личные профили в сети, ведь просмотреть их может каждый. Лучше заполнить минимально необходимые графы и настроить политику конфиденциальности на «вижу только я», если это предусмотрено сервисом;
- ! При общении в чатах, форумах, использовании онлайн-игр и в других ситуациях, требующих регистрации, нельзя использовать реальное имя, выберите регистрационное имя, не содержащее никакой личной информации;
- ! Селфи – это не только фото себя, а также все, что мы сообщаем о себе: еда, которую мы съедим через минуту, ландшафт и помещения, в которых мы пребываем, наши песики, котики, хомячки, цветы, выращенные нами или нам понравившиеся, наши близкие, друзья;
- ! Заведите отдельный почтовый ящик для различных регистраций.

Для поиска информации и игр пользуйтесь детскими браузерами. Специальные детские поисковики не только отбирают безопасный по содержанию контент, но и блокируют информацию, предназначенную исключительно для взрослой аудитории.

Наиболее популярные детские поисковики:

- Гугль: <http://www.gogul.tv/>. При попытке ребенка ввести адрес сайта в поисковую строку Гугль сверяет его с «белым списком» доступных ресурсов и в случае отсутствия запрещает переход. Минус таких браузеров – в них можно найти далеко не всю необходимую информацию, даже полностью состоящую из «правильного» контента.
- Семейный поиск от Яндекс: <https://family.yandex.by/>
- Веб-ландия. Лучшие сайты для детей: <http://web-landia.ru/>
- Спутник.Дети: <http://спутник.дету/#!popular>

ВИРТУАЛЬНЫЕ ЗНАКОМЫЕ МОГУТ НА САМОМ ДЕЛЕ БЫТЬ НЕ ТЕМИ, ЗА КОГО ОНИ СЕБЯ ВЫДАЮТ!

Как действует злодей?

1. Напрашивается в друзья, притворяясь хорошим;
2. Находит общие интересы;
3. Стараются стать «лучшим другом», а иногда «объектом влюбленности»;
4. Устанавливает «секретные отношения» (говорит: «никому не рассказывай о нас»);
5. Начинает с незначительного и постепенно набирает обороты.

Для чего?

- Получить частную информацию;
- Приставать к ребенку;
- Посылать недопустимый контент;
- Заставить делать разные плохие вещи (даже противозаконные);
- Выманить на встречу и причинить вред.

Важные правила:

- Не добавляй в «друзья» людей, с которыми ты незнаком в реальности;
- Помни, аккаунт твоих друзей могут взломать;
- Не размещай «откровенных» фото; не высылай их кому-либо;
- Не раскрывай в Интернете своих телефона и адреса, адреса школы, твой возраст и места, где ты часто бываешь;
- Не сообщай виртуальным знакомым людям свои планы;
- Никогда не встречайся с виртуальными знакомыми (тем более один и не предупредив родителей).

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ СИТУАЦИЯ МОЖЕТ ПРОИЗОЙТИ В ЛЮБОЙ МОМЕНТ, БЕЗ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ. И НИКТО К ЭТОМУ НЕ МОЖЕТ БЫТЬ ГОТОВ НА ВСЕ 100%.

ДЛЯ НАЧАЛА ЗАДАЙТЕ СЕБЕ ПАРУ ВОПРОСОВ:

1. ЧТО ТАКОЕ ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ СИТУАЦИЯ?
2. КАК НУЖНО СЕБЯ ВЕСТИ ВО ВРЕМЯ КАКИХ-ТО СТРАШНЫХ И УГРОЖАЮЩИХ СОБЫТИЙ?

ПРАВИЛА:

- ! В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ СЛЕДУЙТЕ УКАЗАНИЯМ ДЕТИ – РОДИТЕЛЕЙ, РОДИТЕЛИ – СПАСАТЕЛЕЙ;
- ! НАДО ЗНАТЬ, ГДЕ НАХОДЯТСЯ ВЫХОДЫ ИЗ ЗДАНИЯ, В КОТОРОМ ВЫ НАХОДИТЕСЬ;
- ! НАХОДЯСЬ В ОБЩЕСТВЕННОМ МЕСТЕ, НЕЛЬЗЯ ПРИНИМАТЬ ПАКЕТЫ, СУМКИ, КОРОБКИ И ДАЖЕ ПОДАРКИ ОТ ПОСТОРОННИХ ЛЮДЕЙ;
- ! НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕЛЬЗЯ ТРОГАТЬ ПРЕДМЕТЫ, ОСТАВЛЕННЫЕ НА УЛИЦЕ, В ТРАНСПОРТЕ, В МАГАЗИНАХ И ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ, ДАЖЕ ЕСЛИ ЭТО ИГРУШКИ ИЛИ МОБИЛЬНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ;
- ! ВСЕГДА ОТНОСИТЕСЬ СЕРЬЕЗНО К ПРОСЬБАМ ПОКИНУТЬ ЗДАНИЕ (ЭВАКУИРОВАТЬСЯ), ДАЖЕ ЕСЛИ ВАМ ГОВОРЯТ, ЧТО ЭТО УЧЕНИЯ. ТАКИЕ ПРОСЬБЫ НАДО ВЫПОЛНЯТЬ ОБЯЗАТЕЛЬНО;

- ! ЕСЛИ ОБЪЯВИЛИ ЭВАКУАЦИЮ, ПОМНИТЕ, ЧТО НАДО ДЕРЖАТЬСЯ ПОДАЛЬШЕ ОТ ОКОН И СТЕКЛЯННЫХ ДВЕРЕЙ;
- ! ЕСЛИ В ЗДАНИИ ПОЖАР, А ПЕРЕД ВАМИ ЗАКРЫТАЯ ДВЕРЬ, ПРЕЖДЕ ЧЕМ ОТКРЫВАТЬ ЕЕ, ПОТРОГАЙТЕ РУЧКУ ТЫЛЬНОЙ СТОРОНОЙ ЛАДОНИ. ЕСЛИ РУЧКА НЕ ГОРЯЧАЯ, МЕДЛЕННО ОТКРОЙТЕ ДВЕРЬ И ПРОВЕРЬТЕ, ЕСТЬ ЛИ В СОСЕДНЕМ ПОМЕЩЕНИИ ДЫМ ИЛИ ОГОНЬ И НЕ МЕШАЕТ ЛИ ВАМ ЧТО-ЛИБО ВЫБРАТЬСЯ. ЕСЛИ В СОСЕДНЕЙ КОМНАТЕ НЕТ СЕРЬЕЗНОЙ ЗАДЫМЛЕННОСТИ ИЛИ ОГНЯ, ВЫБИРАЙТЕСЬ, НИЗКО ПРИГИБАЯСЬ К ПОЛУ;
- ! ЕСЛИ РУЧКА ДВЕРИ ИЛИ САМА ДВЕРЬ ГОРЯЧАЯ, НИКОГДА НЕ ОТКРЫВАЙТЕ ЕЕ. ЕСЛИ ВЫ НЕ МОЖЕТЕ ВЫБРАТЬСЯ ИЗ ЗДАНИЯ, НЕОБХОДИМО ПОДАТЬ СИГНАЛ СПАСАТЕЛЯМ, ЧТО ВАМ НУЖНА ПОМОЩЬ. ДЛЯ ЭТОГО МОЖНО РАЗМАХИВАТЬ ИЗ ОКНА КАКИМ-ЛИБО ПРЕДМЕТОМ ИЛИ ОДЕЖДОЙ;
- ! ОКАЗАВШИСЬ В ОПАСНОЙ СИТУАЦИИ, ПРИ НАЛИЧИИ МОБИЛЬНОГО ТЕЛЕФОНА ЗВОНИТЕ СПАСАТЕЛЯМ ПО НОМЕРУ «112».
- ! ЗАКРОЙТЕ НОС И РОТ НОСОВЫМ ПЛАТКОМ И ОДЕЖДОЙ. СТУЧИТЕ ПО ТРУБЕ ИЛИ СТЕНЕ, ЧТОБЫ СПАСАТЕЛИ МОГЛИ УСЛЫШАТЬ, ГДЕ ВЫ НАХОДИТЕСЬ. КРИЧИТЕ ТОЛЬКО ТОГДА, КОГДА УСЛЫШАЛИ ГОЛОСА СПАСАТЕЛЕЙ И ДУМАЕТЕ, ЧТО ОНИ МОГУТ ВАС УСЛЫШАТЬ;
- ! ЕСЛИ ВОКРУГ ВАС ПАДАЮТ ВЕЩИ, МЕБЕЛЬ, ОБЛОМКИ, СРОЧНО СПРЯЧЬТЕСЬ ПОД СТОЛОМ. В ТАКОЙ СИТУАЦИИ НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ЛИФТОМ;
- ! ЕСЛИ ВАС НЕ ПРОСЯТ О ПОМОЩИ, НЕ МЕШАЙТЕ РАБОТЕ СПАСАТЕЛЕЙ, ПОЛИЦЕЙСКИХ, ВРАЧЕЙ, ПОЖАРНЫХ.

ДЕТИ И ПОДРОСТКИ, ВЫ ДОЛЖНЫ ЭТО ЗНАТЬ:

- ! НИКОГДА НЕ ГОВОРИ ПО ТЕЛЕФОНУ, ЧТО ТЫ ОДИН ДОМА;
- ! НИКОГДА НЕ ОТКРЫВАЙ ВХОДНУЮ ДВЕРЬ ЗВОНЯЩЕМУ В НЕЕ ЧЕЛОВЕКУ, ЕСЛИ ТЫ ДОМА ОДИН;
- ! НЕ ПРИГЛАШАЙ В ДОМ ЛЮДЕЙ, ЕСЛИ РОДИТЕЛЕЙ НЕТ ДОМА;
- ! УХОДЯ НА УЛИЦУ, ПРЕДВАРИТЕЛЬНО ЗАРЯДИ ТЕЛЕФОН, ВОЗЬМИ ЕГО С СОБОЙ И ОСТАВЬ ЗАПИСКУ РОДИТЕЛЯМ ГДЕ ТЫ И С КЕМ ТЫ;
- ! НИКОГДА НЕ САДИСЬ В АВТОМОБИЛЬ К НЕЗНАКОМЫМ И МАЛОЗНАКОМЫМ ЛЮДЯМ;
- ! НИКОГДА НЕ ИГРАЙ В ЗАБРОШЕННЫХ ЗДАНИЯХ;
- ! ТЫ ДОЛЖЕН ХОРОШО ЗНАТЬ СВОЙ ДОМАШНИЙ АДРЕС И ТЕЛЕФОН, А ТАКЖЕ ТЕЛЕФОНЫ РОДИТЕЛЕЙ;
- ! НИКТО НЕ ИМЕЕТ ПРАВА ТЕБЯ ТРОГАТЬ;
- ! ЕСЛИ КТО-ТО ИЗ ВЗРОСЛЫХ ПОПРОСИЛ ТЕБЯ ЧТО-ТО ДЕРЖАТЬ В ТАЙНЕ, ОБЯЗАТЕЛЬНО РАССКАЖИ РОДИТЕЛЯМ.

И ПОМНИ:

**Самые главные люди кому можно и нужно доверять,
а также все рассказывать – это твои РОДИТЕЛИ!**

МОИ ДРУЗЬЯ:



Спортивный клуб Воин учрежден семьей офицеров спецназа, во втором поколении передающей спортивные традиции и тренерский опыт.

Целью деятельности клуба является пропаганда и популяризация самбо, повышение роли физической культуры и спорта во всестороннем и гармоничном развитии личности, укрепление позиций спортсменов, занимающихся данным видом спорта.



Проект «Арена» был образован для всех поклонников активного отдыха и военно-спортивных мероприятий. Одной из задач, выполняемых в рамках данного проекта, является поддержка деятельности военно-патриотических и спортивных клубов, а также развитие направления подготовки по военно-прикладным видам спорта. Сформированная физическая военно-прикладная подготовленность позволит подрастающему поколению успешно выполнять в будущем не только военную деятельность, но и на всём протяжении развития личности вести здоровый образ жизни, активно заниматься физической культурой и спортом, добиваться значимых успехов в профессиональной и общественной деятельности.

Детективное агентство «Две Жизни»

www.детектив.москва

www.twolives.agency

Instagram: Detective_shumyakina

Екатерина Шумякина

СОВЕТЫ И ПАМЯТКА ДЕТЯМ

ПРОЕКТ

Школа детской «без опасности»

