



MIDA TEHA KUI ... ?





JAH



TAD



...tänaval proovib võõras inimene sinult ära võtta raha, telefoni või tuleb kallale?

- Kui sulle läheneb inimene, kes sinu meelest on ohtlik, siis proovi temaga kohtumist vältida.
- Suundu kohta, kus on rohkem inimesi, siis on sul võimalus neilt abi paluda.
- Kui tunned end väga ohustatuna, karju, kutsu abi ja ürita tõmmata endale võimalikult palju tähelepanu.
- Kui kohtud võõra inimesega vaikes kohas ja ta käsib sul anda talle raha ja telefon, siis tee seda. Miski pole väärtuslikum kui sinu elu ja tervis!
- Kui sinu juurde tuleb tänaval võõras inimene ja palub viisakalt, et annaksid talle telefoni helistamiseks, siis parem ära tee seda. Ükskõik kui meeldiv võõras inimene ka ei tunduks, ei pruugi ta sulle telefoni tagasi anda.
- Räägi juhtunust vanematele. Teatage politseile.
- Kohtades, kus on palju inimesi, näiteks tänaval, poodides ja ühistranspordis, hoida mobiiltelefoni ja rahakotti sisetaskus või muus turvalises kohas, et need ei ärataks tähelepanu.
- Hoida rahakotti ja e-piletit eraldi.



... peatub auto ja võõras inimene kutsub sind peale?

- Ära nõustu! Ära istu võõrasse autosse!
- Ära alusta vestlust. Mine edasi.
- Sa võid öelda: "Aitäh, ei, mu ema / isa tulevad kohe mulle järgi!" Võid ka osutada kaugel sõitvale autole, öeldes: "Sealt nad juba tulevad!"
- Kui täiskasvanu on sinust kinni haaranud, ürita tõmmata endale võimalikult palju teiste inimeste tähelepanu - küünista, hammusta, karju. Kindlasti leidub keegi, kes sind aitab!
- Räägi juhtunust vanematele. Teatage politseile.
- Arutage oma vanematega, mida teha, kui oled maha jäänud ühissõidukist (või see ei tulnud), millega saad ohutult koju sõita.

JAH



TAD



MIDA TEHA KUI ... ?



JAH

... teel kooli on tihe liiklus ja sa hilined kooli?

- Ära muretse! See võib juhtuda igaühega.
- Järgi liikluseeskirju! Ületa tänav ainult selleks ettenähtud kohas kui foor muutub roheliseks või kui sõidukid peatuvad enne ülekäigurada.
- Ükski hilinemine pole sinu elu ega tervisega riskimist väärt, seega hoolitse alati oma turvalisuse eest!
- Kui hilined, käitu viisakalt, vabanda hilinemise pärast!
- Sissemagamine ja tundi hilinemine ei tohi muutuda harjumuseks.
- Mõtle, kas saad piisavalt magada.
- Arutage vanematega perekonna harjumusi ja sinu igapäevast režiimi. Võimalik, et peate neis midagi muutma, et saaksid ohutult õigeks ajaks kooli jõuda.



TAD

MIDA TEHA KUI ... ?



... kooli territooriumil või väljaspool seda pakutakse sulle suitsu, alkoholi, tablette või mõnda muud tundmatut ainet?

- Ära lase end mõjutada ja ütle kindlalt "Ei!"
- Ära alusta vestlust ja mine ära.
- Räägi oma vanematele, mis juhtus. Teatage politseile. Sel viisil aitad vältida järgmist võimalikku kuritegu.

JAH



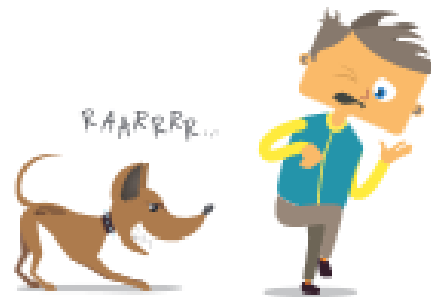
TÄÄ

Ei!





JAH



TAD



... sind ründab koer?

- Kui vastu tuleb võõras koer, käitu rahulikult ja proovi mitte näidata, et kardad teda.
- Võimalusel ületa tänav / tee või väldi muul viisil koeraga kohtumist. Anna koerale teed, astu kõrvale.
- Ära tee järske liigutusi või vehi kätega. Kui sa hakkad ära jooksuma, tekib koeral soov sind kätte saada.
- Ära pööra koerale selga, vaid proovi aeglaselt taanduda. Kui koer haukudes tiirleb sinu ümber, pöördu tema poole, kuna koer üritab sageli rünnata selja tagant.
- Kui tee ääres on puu või tara, jää seisma selle juurde, pane jalad kokku, käed risti nii, et peopesad on kaela juures ja küünarnukid vastu keha. Ära liigu! Muutu puu või aia osaks.
- Ära vaata koerale silma. Vaata koerast mööda ja kõnni nii nagu teda seal poleks.
- Kui näed, et koer kavatseb sind rünnata, karju talle midagi, millest ta võiks aru saada, näiteks "Rahu!"
- Ära proovi visata koera suunas mingeid esemeid.
- Kui sõidad jalgrattaga, astu maha ja taandu, hoides jalgratast enda ja koera vahel.

MIDA TEHA KUI ... ?



JAH



TAD



... koolis tekib tulekahju?

- Kui märkad tulekahju, teata sellest läheduses olevale õpetajale või muule kooli töötajale.
- Kui läheduses pole täiskasvanuid helista 112, teata kooli aadress ja oma ees- ja perekonnanimi. Seejärel teavita juhtunust õpetajat.
- Kui kostab häiresignaali, käitu rahulikult ja järgi õpetaja juhiseid. Sina ja sinu klassikaaslased peate koolist lahkuma ja minema turvalisse kogunemiskohta.
- Kui viibid suitsuses ruumis, kummardu põrandale lähemale, kuna seal on õhku rohkem ja liigu ukse poole. Kui uks pole kuum, ava see, mine koridori ja lahku kiiresti koolist turvalisse kogunemiskohta. Kui uks on kuum, mine akna juurde, ava see veidi ja proovi endale tähelepanu tõmmata.
- Koolist lahkudes järgi evakuaatsioonimärke. Need näitavad, kuidas hoonest turvaliselt välja pääseda!
- Ära muretse kooli jäävate ülerõivaste, kottide ja muude asjade pärast. Peamine on paanikavabalt ja võimalikult kiiresti pääseda turvalisse kogunemiskohta väljaspool kooli.
- Tulekahju korral on hoonest lahkumiseks keelatud kasutada lifti. Lift võib jääda korruste vahel seisma ja sina jääd lõksu!
- Soovita oma õpetajal juba täna klassiga uuesti läbi vaadata evakuaatsiooniplaan, et hädaolukorras leiaksid iseseisvalt väljapääsu ja pääseksid turvalisse kogunemiskohta.



... tunni ajal või vahetunnis tekivad sul terviseprobleemid?

- Räägi oma terviseprobleemidest!
- Ära kannata valu ja ära jää ootama kuni valu üle läheb.
- Otsi koolis õpetaja või täiskasvanu abi.
- Helista vanematele.
- Palu õpetajal, klassikaaslasel või sõbral sind saata ja minge kooli medõe kabinetti.
- Kui tunned end väga halvasti, palu sõbral või klassikaaslasel seda õpetajale või medõele öelda, ära mine kuhugi ja ära jää ootama.
- Halva enesetunde korral ära mine üksi koju. Palu sõbral või õpetajal sind saata. Koduteel võib sinu tervis halveneda ning võid vajad kedagi, kes saaks sind aidata.

JAH



TAD



MIDA TEHA KUI ...?



JAH



TAD



... klassi- või koolikaaslased ignoreerivad või mõnitavad sind?

- Ütle mõnitajale selgelt ja kindlalt, et ta peab lõpetama.
- Ära vaiki! Räägi juhtunust vanematele.
- Kaitse ennast ainult sõnadega.
- See pole lihtne, kuid proovi mõnitajale mitte näidata, et sa oled solvunud. Kui suudad seda teha, ei viitsi mõnitaja sind enam kiusata.
- Ära vaidle.
- Mõtle mõnitamise võimalikele põhjustele ja oma käitumisele. Võib-olla oled ise sellist käitumist kuidagi provotseerinud?
- Vaata ringi – klassis on veel kindlasti keegi, kes soovib endale head sõpra saada.
- Osale koolivälises tegevuses. Sealt leiad endale uusi sõpru ja saad uusi kogemusi.



... klassis tekivad konfliktid?

- Lahenda konflikt sõnadega.
- Hinga sügavalt sisse, ära reageeri vihaga, vaiki mõnda aega.
- Võid öelda teisele: „Ma näen, et oled vihane, ka mina olen vihane. Kuid üksteise peale karjumine ei lahenda seda probleemi.”
- Kui emotsioonid on maha rahunenud, kuula tähelepanelikult, proovi teisest aru saada, ära kritiseeri teda, ära näita välja vaenulikkust, isegi kui sa temaga ei nõustu.
- Ära löö ja solva teist!
- Käitu teiste suhtes lugupidavalt.
- Kui sa ei ole konfliktiga seotud, ära jää ükskõikseks ja otsi täiskasvanu abi.
- Inimeste vahel tekivad konfliktid. See on loomulik, sest inimesed käituvad ja mõtlevad erinevalt. Konfliktidest pole vaja põgeneda.
- Konfliktiga kaasnevad tavaliselt tugevad negatiivsed emotsioonid, näiteks viha, kurjus, paha tuju. See on loomulik. Emotsioone tuleb õppida kontrollima.
- Palu oma õpetajal ja vanematel aidata sul õppida negatiivsete emotsioonidega toime tulema.

JAH



TAD



MIDA TEHA KUI ... ?



JAH



TAD



... koolis on kadunud või varastatud isiklikud asjad?

- Kui sul on midagi kadunud ja oled kindel, et see juhtus just koolis, räägi sellest oma õpetajale. Koos õpetajaga saad arutada ja mõista, millal ja kus su asjad kadusid.
- Kui kahtlustad, et keegi on su asjad varastanud, ära enneaegselt solva kedagi. Räägi õpetajale juhtunust ja oma kahtlustest.
- Pane kooli teadetetahvlile teade. Võib-olla teab keegi koolikaaslastest, kust kadunud asju otsida.
- Võta kooli kaasa ainult need asjad, mida vajad.
- Kui võtad kaasa raha, siis ainult nii palju, kui vajad sellel päeval kulutamiseks
- Ära kiitle oma asjadega!
- Ära postita isiklikku teavet ega fotosid (s.h. väärtuslikest esemetest) internetti. Kiitlemine võib kelleski tekitada soovi sinu asjad endale saada.