

- Не афишируйте при посторонних свой возраст и возраст супруга или ваше одиночество, воздержитесь от разговора с малознакомыми о себе и своей жизни.
- Не сообщайте незнакомым о дне получения пенсии, а при получении денег в Сбербанке или на почте посмотрите вокруг: не наблюдает ли кто-либо за вами. Будьте осторожны, если кто-то вышел за вами на улицу и пошел следом, повторяя ваш маршрут.
- Не выходите в позднее время на лестничную площадку. Если это все же сделать необходимо, убедитесь предварительно, что там нет незнакомых вам людей.
- Не говорите на каждом шагу о предстоящем отъезде к вашим внукам или о ваших семейных планах.



- Не пользуйтесь услугами случайных людей для доставки купленных в магазине каких-то громоздких вещей (мебели, холодильника, газовой плиты), телевизора из ремонта и т. д.
- Не впускайте в квартиру незнакомых людей, кем бы они ни представились – сантехником, электриком, почтальоном, полицейским. Спрашивайте удостоверение личности через закрытую на цепочку дверь или через дверной глазок, в случае опасности звоните в полицию.
- Не оставляйте на виду или в легко доступных местах дорогие вещи.
- Прогуливаться за лучше с семьёй или друзьями, чем одному.
- Держите сумку поближе к телу, а кошелек – во внутреннем кармане.

- Не носите с собой крупные суммы денег или кредитные карточки без надобности.
- Возвращаясь домой, держите ключи под рукой, чтобы не стоять слишком долго перед дверью, роясь в сумочке.
- Не прячьте ключи в легко обнаруживаемых местах и не оставляйте дверь открытой, а квартиру без присмотра, если выходите на минутку.
- 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, нельзя исключить, что это преступник, имеющий намерение проникнуть в вашу квартиру. Что делать? Предупредить возможную беду: не доставая ключ, позвоните в соседние квартиры, позовите на помощь.

Пожилые люди порой доверчивы и беспомощны, как малые дети. Поэтому злоумышленникам зачастую ничего не стоит обмануть их, отнять ценности, обокрасть, воспользовавшись их немощью, неумением защититься в чрезвычайных ситуациях.

Нет необходимости пытаться убеждать лиц пожилого возраста в том, что людям нельзя слепо доверять, однако при общении с посторонними все же следует соблюдать элементарную предосторожность.



ТЕЛЕФОНЫ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ			
ПОЖАРНАЯ (МЧС)	101	ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ 112	
ПОЛИЦИЯ	102		
СКОРАЯ ПОМОЩЬ	103		
АВАРИЙНАЯ ГОРГАЗА	104		

ГБУ РО
«САПОЖКОВСКИЙ КЦСОН»

Отделение срочного
социального обслуживания и
социального сопровождения

Памятка пожилому человеку



**ВОЗРАСТ
ОБЯЗЫВАЕТ**