

به خطرها نه بگو

تالیف، گردآوری و ترجمه:
آزاده بهرامجی



ماهان

سرشناسه: بهرامچی، آزاده، ۱۳۶۱ -
عنوان و نام پدیدآور: به خطر ها نه بگو/ تالیف، گردآوری و ترجمه آزاده بهرامچی؛ تصویرگر مرضیه اکبری فر؛ مشاور علمی امیر غلامحسین زرددوز.
مشخصات نشر: تهران: ماه باران، ۱۳۹۴.
مشخصات ظاهری: ۶۶ ص: مصور (بخشی رنگی)؛ ۲۰ × ۲۲ س.م.
شابک: ۹۴۹۰۸-۶۰۰-۹۷۸-۹۵۰۰۰ ریال
وضعیت فهرست نویسی: فیبا
یادداشت: کتابنامه.

موضوع: خدمات حفاظت شخصی
شناسه افزوده: اکبری فر، مرضیه، ۱۳۷۴ - تصویرگر
شناسه افزوده: غلامحسین زرددوز، امیر، ۱۳۶۰ -
رده بندی کنگره: ۱۳۹۴ ۹۷۸/۸۷ HV۸۲۹۰
رده بندی دیویی: ۳۶۳/۲۸۹
شماره کتابشناسی ملی: ۳۹۴۲۰۷۷



سازمان اسناد و کتابخانه ملی

به خطر ها
نه بگو

مولف: آزاده بهرامچی
طرح جلد: مازیار علی یاری
تصویرگر: مرضیه اکبری فر
مشاور علمی: امیر غلامحسین زرددوز
ویراستار: آزاده روغنی
چاپ: کانون تبلیغات اتمسفر
چاپ اول: ۱۳۹۴
شمارگان: ۲۵۰۰ نسخه
شابک: ۹۴۹۰۸-۶۰۰-۹۷۸-۹۵۰۰۰ ریال
بها: ۹۵،۰۰۰ ریال

نشانی: تهران/ خیابان شریعتی/ کوچه سلطانی/ شماره ۲/ واحد ۸
تلفن: ۷۷۶۲۱۲۰۲ - ۷۷۶۲۱۲۳۸

۷	سرآغاز
۹	فصل اول : قانون‌های طلایی در حفظ امنیت فردی
۱۹	فصل دوم: راهکارهای عملی مراقبت از خود
۲۱	حفظ امنیت در تعامل با افراد غریبه
۲۳	حفظ امنیت در خیابان
۲۶	حفظ امنیت در داخل خودرو و پارکینگ‌های عمومی
۲۹	حفظ امنیت خودرو و سرنشین در هنگام حرکت
۳۱	حفظ امنیت راننده و خودرو در زمان تصادف
۳۱	حفظ امنیت در مترو و اتوبوس
۳۳	حفظ امنیت در تاکسی
۳۴	حفظ امنیت در خانه
۳۸	حفظ امنیت در آپارتمان‌ها و مشاعات
۳۹	حفظ امنیت در آسانسور، راه‌پله‌ها و دستشویی‌های عمومی
۴۰	حفظ امنیت در هنگام خرید
۴۱	حفظ امنیت در محیط کار
۴۳	حفظ امنیت در سفر
۴۴	حفظ امنیت در فرودگاه
۴۶	حفظ امنیت در هتل‌ها و مسافرخانه‌ها
۴۷	حفظ امنیت در رستوران‌ها
۴۸	فصل سوم: چگونگی پاسخ دادن به خطر
۴۹	هنگامی که کسی ما را تعقیب می‌کند باید چه کار کنیم؟
۵۲	هنگامی که کسی می‌خواهد ما را با تهدید به جایی ببرد باید چه کار کنیم؟
۵۲	هنگامی که غریبه‌ای وارد خانه ما می‌شود باید چه کار کنیم؟
۵۴	هنگامی که در داخل ساختمان یا محیط‌های بسته گرفتار شدیم باید چه کار کنیم؟
۵۵	هنگامی که در داخل ماشین گرفتار شدیم باید چه کار کنیم؟
۵۵	هنگامی که مورد دستبرد قرار گرفتیم باید چه کار کنیم؟
۵۶	هنگامی که قربانی خشونت خانگی شدیم باید چه کار کنیم؟
۵۸	فصل چهارم: حفظ ایمنی فرزندان
۵۹	تعهدات والدین در قبال حفظ امنیت فرزندان
۶۱	آموزش اطلاعات پایه‌ای به کودکان
۶۱	آموزش نکات ایمنی به کودکان
۶۲	آموزش چگونگی برخورد در زمان کم شدن به کودکان
۶۳	آموزش چگونگی برخورد با افراد غریبه به کودکان
۶۴	آموزش چگونگی حفظ امنیت کودکان در داخل خانه
۶۵	کودکان و سوء استفاده جنسی
۶۸	منابع

افرادی که ساکن روستاها، شهرهای کوچک یا کشورهای با نرخ پایین ارتکاب جرایم هستند، اغلب در هنگام مهاجرت به کلان شهرها یا کشورهای ناامن به نوعی قربانی جرایم مختلف می‌شوند؛ زیرا آنها در محیط‌های قبلی زندگی خود به راهکارهای لازم برای زندگی در مناطق جرم خیز و ناامن و چگونگی مواجهه با خطر و پاسخ دهی به آن مجهز نشده‌اند.

این کتاب در تلاش است تا در سه فصل اول خود به صورت قدم به قدم راه‌های افزایش امنیت فردی و نحوه مقابله و پاسخ دادن به انواع خطراتی که ممکن است هر شهروندی را فارغ از سن و جنسیت‌اش تهدید کند به کسانی که قصد مهاجرت به شهرهای بزرگ و دیگر کشورها برای تفریح، کار و زندگی دارند، آموزش دهد. لذا، مطالعه سه فصل آغازین این کتاب می‌تواند پاسخ‌گوی نیاز همه افراد باشد. فصل چهارم این کتاب به طور خاص به مساله حفظ امنیت کودکان پرداخته و راهکارهای افزایش ضریب امنیت کودکان در بسترهای مختلف و پر خطر را به خوانندگان محترم آموزش می‌دهد. این فصل مرجع مناسبی برای والدین فرزندان خردسال و نوجوان است.

امید است خوانندگان با رعایت قوانین بیان شده در این کتاب بتوانند آسیب‌پذیری خود را در برابر خطرات محیطی کم کرده و قربانی هیچ‌گونه جرمی نشوند.