മുഖവുര

ജനങ്ങൾ ജാഗരൂകരായാൽ കുറ്റകൃത്യങ്ങൾ കുറയ്ക്കാനും കുറ്റവാളികളെ നിയമത്തിനു മുൻപിൽ കൊണ്ടുവരാനും സാധിക്കും. അതിനുതകുന്ന ജാഗ്രതാ നിർദ്ദേശങ്ങളടങ്ങിയ ഒരു കൈപ്പുസ്തകമാണിത്.

കുട്ടികൾ നാടിന്റെ മുതൽക്കൂട്ടാണ്. അവർ ചതിക്കുഴികളിലകപ്പെടാതെ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത് മാതാപിതാക്കളുടെയും അദ്ധ്യാപകരുടേയും സമൂഹത്തിന്റെ മുഴുവനും ചുമതലയാണ്. കുട്ടികൾക്കായുള്ള ജാഗ്രതാ നിർദ്ദേശങ്ങൾ പ്രത്യേകമായി ആ പുസ്തകത്തിലുണ്ട്.

സ്കൂൾ കുട്ടിക്ക്കായുള്ള ജനമൈത്രി സുരക്ഷാ പദ്ധതിയുടെ ജാഗ്രതാ സമിതിയിലും കൗമാരക്കാർക്കായുള്ള ക്ലാസ്സുകളിലും സ്റ്റുഡന്റ് പോലീസ് കേഡറ്റ് പരിപാടിയിലും മറ്റും ഏറെ പ്രയോജനപ്പെടുത്തുവാനുതകുന്ന ജാഗ്രതാ നിർദ്ദേശങ്ങളടങ്ങിയ കൈപ്പുസ്തകം ക്ലാസ്സെടുക്കാൻ പോകുന്ന ബീറ്റ് ഓഫീസർമാർക്കും, സ്കൂൾ അദ്ധ്യാപകർക്കും കുട്ടികൾക്കും ഒരു പോലെ പ്രയോജനപ്രദമാകുമെന്ന് കരുതുന്നു.

ഓരോ സ്കൂളിലും ഓരോ പരാതിപ്പെട്ടി സ്ഥാപിച്ച് അവയിൽ നിന്നു ലഭിക്കുന്ന പരാതികൾ പോലീസിനു കൈമാറുയോ ഉചിതമായ മറ്റു നടപടികൾ സ്വീകരിക്കുകയോ ആകാം.

പ്രതികരിക്കാൻ കഴിയുന്ന ഒരു പുതുതലമുറയാണ് നമുക്ക് ആവശ്യം. പ്രശ്നമുണ്ടായാൽ പരാതിപ്പെടാനും പരാതിപ്പെടുന്നവരെ സഹായിക്കാനും കുട്ടികൾക്കും മുതിർന്നവർക്കും ഒരു പോലെ കഴിയണം. കുട്ടികൾ മാനസികമായും ശാരീരികമായും ആരോഗ്യമുള്ളവരായിരിക്കണം. കലാ-കായിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കപ്പെടണം പെൺകുട്ടികൾക്ക് ആയോധനകലയിലും മറ്റും പരിശീലനം നൽകുന്നത് ഏറെ പ്രയോജനപ്രദമാണ്.

മൊബൈൽ ഫോൺ ദുരുപയോഗം, മയക്കു മരുന്നിന്റെ ഉപയോഗം തുടങ്ങിയവ ക്ഷണിച്ചു വരുത്തുന്ന അപകടങ്ങളെ കുറിച്ച് ബോധവത്കരണം നടത്താൻ ഈ പുസ്തകം ഉപയോഗപ്രദമാണ്. റോഡപകടങ്ങൾ കുറച്ച് കൊണ്ടു വരുന്ന കാര്യത്തിലും ഉറവിട മാലിന്യ സംസ്കരണത്തിന്റെ പ്രാധാന്യം ജനങ്ങളിലെത്തിക്കുന്ന കാര്യത്തിലുമെല്ലാം ഈ ജാഗ്രതാ നിർദ്ദേശങ്ങൾ പ്രയോജനപ്പെടുത്താം.

കേരളത്തിലെ ജനങ്ങളുടെ സുരക്ഷിതത്വത്തിനായി ഈ പുസ്തകം കേരളാ പോലീസ് സമർപ്പിക്കുന്നു.

കേരളാ പോലീസ് ജനമൈത്രി സുരക്ഷാ പദ്ധതി

കൺട്രോൾ റൂം നമ്പർ : **100**

പോലീസ് സ്റ്റേഷൻ നമ്പർ : ....

ബീറ്റ് ഓഫീസറുടെ നമ്പർ : ....

അസിസ്റ്റന്റ് ബീറ്റ് ഓഫീസറുടെ നമ്പർ : ....

കേരളാ പോലീസ് വെബ് സൈറ്റ് : **www.keralapolice.gov.in**

(എല്ലാ പോലീസ് സ്റ്റേഷനുകളുടേയും ലാമശഹ ശറ ഈ വെബ് സൈറ്റിൽ നിന്നും ലഭിക്കും)

ജനമൈത്രി സുരക്ഷാ പദ്ധതിയുടെ ഉദ്ദേശ്യ ലക്ഷ്യങ്ങൾ

- കുറ്റകൃത്യങ്ങൾ തടയുക, കുറ്റകൃത്യങ്ങൾ കുറച്ചു കൊണ്ടു വരിക
- മെച്ചപ്പെട്ട പോലീസ് പൊതുജന സഹകരണം.
- സുരക്ഷാ മേഖലയിൽ ജനങ്ങളുടെ പരസ്പര സഹകരണം.

ജനങ്ങൾ പോലീസാണ്. പോലീസ് ജനങ്ങളും

കുറ്റകൃത്യത്തിനിരയായവരെ എങ്ങനെ സഹായിക്കാം ?

കുറ്റകൃത്യത്തിനിരയായവരെ സഹായിക്കേണ്ടത് സമൂഹത്തിന്റെ മുഴുവൻ കടമയാണ്. കുറ്റവാളികളെ നിയമത്തിന്റെ മുൻപിൽ കൊണ്ടു വരേണ്ട ബാധ്യതയും സമൂഹത്തിനുണ്ട്. ഇതിന് നാം എന്തൊക്കെ ചെയ്യണം ?

1. കുറ്റകൃത്യത്തിനിരയായാൽ എത്രയും പെട്ടെന്ന് അടുത്ത പോലീസ് സ്റ്റേഷനിൽ കേസ് രജിസ്റ്റർ ചെയ്യണം. എകഞ ന്റെ കോപ്പി ചോദിച്ചു വാങ്ങുക. കുറ്റകൃത്യം രജിസ്റ്റർ ചെയ്യാൻ താമസിച്ചാൽ നമ്മുടെ പരാതി വളച്ചൊടിക്കപ്പെടാം. വിലപ്പെട്ട തെളിവുകൾ നശിച്ചു പോകാം. കേസ് രജിസ്റ്റർ ചെയ്യാൻ താമസിച്ചാൽ കുറ്റവാളി രക്ഷപ്പെടാനുള്ള സാധ്യത കൂടും. പോലീസ് കേസ് രജിസ്റ്റർ ചെയ്യാൻ നാം മടിക്കുമ്പോൾ കുറ്റവാളികളെ സഹായിക്കുകയാണ്.

2. പോലീസിൽ പരാതിപ്പെട്ടാൽ വീട്ടുകാരെ കൊല്ലും, ഫോട്ടോ ഉപയോഗിച്ചു യഹമരസ ാമശഹ ചെയ്യും എന്നൊക്കെ കുറ്റവാളി ഭീഷണിപ്പെടുത്തിയാൽ അക്കാര്യം തീർച്ചയായും പോലീസിനെ അറിയിക്കണം. ഇതും കുറ്റകൃത്യമാണ്.

3. പിന്നാലെ നടന്നു ശല്യപ്പെടുത്തൽ, കളിയാക്കൽ, ലൈംഗികച്ചുവയോടെ സംസാരം, തോണ്ടൽ ഇവയെല്ലാം ജാമ്യം ലഭിക്കാത്ത കുറ്റകൃത്യങ്ങളാണിന്ന്. പോലീസിൽ കേസ് രജിസ്റ്റർ ചെയ്ത് എത്രയും പെട്ടെന്ന് കുറ്റവാളിയെ പിടികൂടി മജിസ്ട്രേട്ടിനു മുൻപിൽ ഹാജരാക്കുമ്പോൾ പ്രതി വീണ്ടും നമ്മെ ശല്യപ്പെടുത്താനും തെറ്റായ ആരോപണങ്ങൾ ഉന്നയിച്ച് കള്ളപ്പരാതികൾ നൽകാനുമുള്ള സാധ്യത കുറയുന്നു. മറിച്ച് നാം പരാതി പറയാൻ മടിച്ചു നിൽക്കുകയോ താമസിക്കുകയോ ചെയ്താൽ കുറ്റവാളി അവസരം മുതലാക്കി നമുക്കെതിരെ ചിലപ്പോൾ അധികാര സ്ഥാനങ്ങളിൽ കള്ളപ്പരാതി കൊടുക്കാൻ സാധ്യതയുണ്ട്. പലപ്പോഴും മാനക്കേടോർത്ത് പരാതി എഴുതി നൽകാൻ മടിച്ചാൽ നീതി ലഭ്യമാവുകയില്ല.

4. കുറ്റകൃത്യത്തിനിരയായവർക്കു വേണ്ട എല്ലാ സഹായവും ചെയ്തു കൊടുക്കാൻ അദ്ധ്യാപകർ, കുടുംബാംഗങ്ങൾ, സുഹൃത്തുക്കൾ, തുടങ്ങിയവർ ശ്രദ്ധിക്കണം. പോലീസിനേയും

കോടതിയേയും സത്യം ബോധ്യപ്പെടുത്താൻ വേണ്ട സഹായവും വൈകാരികമായ പിന്തുണയോടൊപ്പം നൽകണം.

5. കുറ്റകൃത്യത്തിന്റെ സ്വഭാവമനുസരിച്ച് പോലീസ് സ്റ്റേഷൻ, ചൈൽഡ് ലൈൻ, വനിതാ ഹെൽപ്പ് ലൈൻ, കൺട്രോൾ റൂം (അടിയന്തര സഹായത്തിന്) അലർട്ട് നമ്പറുകൾ തുടങ്ങിയവ ഉപയോഗപ്പെടുത്താം. എങ്കിലും ഗുരുതരമായ കുറ്റകൃത്യം നടന്നാൽ അടുത്ത പോലീസ് സ്റ്റേഷനിൽ ഒരു കേസ് എത്രയും പെട്ടെന്നു രജിസ്റ്റർ ചെയ്യുന്നതാണ് ഉചിതം.

6. കുറ്റകൃത്യത്തിനിരയായ സ്ത്രീയുടെ വേഷവിധാനത്തിന്റെ കുഴപ്പം കൊണ്ടാണ് കുറ്റവാളികൾ കുറ്റകൃത്യം ചെയ്തത് എന്നും മറ്റും പറയുന്നത് തികഞ്ഞ അബദ്ധവും തെറ്റുമാണെന്ന് സമൂഹത്തിൽ എല്ലാവരും മനസ്സിലാക്കണം. ജോലിസ്ഥലത്തോ, വീട്ടിലോ പൊതുസ്ഥലത്തോ വച്ച് സ്ത്രീകളേയും കുട്ടികളേയും അക്രമത്തിനിരയാക്കുന്നത് ഒന്നിന്റെ പേരിലും ന്യായീകരിക്കരുത്. കുറ്റകൃത്യമായി കണ്ട് അതിനെതിരെ നടപടി സ്വീകരിക്കണം.

7. കുറ്റകൃത്യങ്ങൾ റിപ്പോർട്ടു ചെയ്യുന്നതു പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക. സ്കൂളുകളിലും മറ്റും പരാതിപ്പെട്ടി പോലീസിന്റെ സഹായത്തോടെ സ്ഥാപിക്കുക.

8. കുറ്റവാളികളെ നിയമത്തിനു മുൻപിൽ കൊണ്ടുവരാൻ അല്പം ത്യാഗം സഹിക്കാനും അതിനുള്ള സംവിധാനങ്ങൾ എന്തൊക്കെയെന്നു മനസ്സിലാക്കി പ്രവർത്തിക്കാനും ഓരോ പൗരനും തയ്യാറാവുക.

എന്താണ് സാമൂഹ്യവിരുദ്ധപ്രവണത?

സാമൂഹ്യ വിരുദ്ധ മനോഭാവമുള്ളവർ നമുക്കു ചുറ്റും ഉണ്ട് എന്ന് കുട്ടികൾ അറിഞ്ഞിരിക്കണം. ജനസംഖ്യയുടെ ഒന്നുമുതൽ മൂന്നുശതമാനം വരെയുള്ള വ്യക്തികൾക്ക് സാമൂഹ്യവിരുദ്ധ പ്രവണതയുണ്ടാകും. സമൂഹത്തിലെ ലിഖിതങ്ങളും അലിഖിതങ്ങളുമായ ധാർമിക നിയമങ്ങൾ സ്ഥിരമായി ലംഘിക്കാനുള്ള പ്രവണതയാണ് ഇതിന്റെ മുഖമുദ്ര.

സ്വന്തം ആഹ്ളാദത്തിനായോ സ്വാർഥതയ്ക്കോ വേണ്ടി, മറ്റുള്ളവരുടെ അവകാശങ്ങൾ ലംഘിക്കുന്നതിനോ, അതിനായി അവരെ വേദനിപ്പിക്കുന്നതിനോ ഇക്കൂട്ടർക്ക് യാതൊരു മനസാക്ഷിക്കുത്തും അനുഭവപ്പെടുന്നില്ല. കുറ്റബോധമില്ലാത്തതിനാൽ അവസരം കിട്ടുമ്പോഴോ അല്ലെങ്കിൽ ബോധപൂർവം തന്നെയോ ഇത്തരം പ്രവർത്തനങ്ങളിൽ ഏർപ്പെടാൻ ഇവർക്ക് യാതൊരു മടിയുമില്ല. കള്ളവും, ചതിയും നിസംഗമായ ക്രൂരതയും മനസിലൊളിപ്പിച്ച് നടക്കുന്ന ഇത്തരക്കാരുടെ ഇരയായി മാറാതിരിക്കാൻ നിതാന്ത ജാഗ്രത മാത്രമാണ് മാർഗം.

ഭംഗിയായ വേഷവിധാനങ്ങളും ആകർഷണീയമായ പെരുമാറ്റവും വിശ്വാസം ജനിപ്പിക്കുന്ന സംഭാഷണ ചാതുര്യവും കൈമുതലായുള്ള ഇവർക്ക് തങ്ങളുടെ തട്ടിപ്പുകൾ നടപ്പിലാക്കാൻ ഏറ്റവും എളുപ്പമുള്ള ഇരകൾ കൗമാരപ്രായക്കാരാണ്. ഇവരുടെ തട്ടിപ്പുകൾക്ക് പറ്റിയ ഏറ്റവും നല്ല മാർഗങ്ങളായി മാറിയിരിക്കുന്നു മൊബൈൽ ഫോണും, ഇന്റർനെറ്റും.

തങ്ങൾക്ക് ആകർഷകമെന്നു തോന്നുന്ന കാര്യങ്ങൾ, ഭവിഷ്യത്തുകൾ ആലോചിക്കാതെ എടുത്തുചാടി ചെയ്യാനുള്ള പ്രവണതയും (Impulsivity), മറ്റുള്ളവരാൽ വശീകരിക്കപ്പെടാനുള്ള ഉയർന്ന സാധ്യതയും (suggestibility), മറ്റുള്ളവർ ചെയ്യുന്നതോ മാധ്യമങ്ങളിൽ കാണുന്നതോ ആയ കാര്യങ്ങൾ തനിക്കും ചെയ്യണമെന്നുള്ള ആഗ്രഹത്തിൽ നിന്നും ഉണ്ടാകുന്ന അനുകരണഭ്രമവും (Imitation) കൗമാരത്തിൽ ശക്തമാണ്. അതുകൊണ്ടു തന്നെയാണ് ഇത്തരം ചതിക്കുഴികളിൽ ഏറ്റവും കൂടുതലായി കൗമാരപ്രായക്കാർ അകപ്പെടുന്നത്.

നിർദ്ദേശങ്ങൾ

കുട്ടികൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത്

1. (a) ദുരുദ്ദേശത്തോടെ നിങ്ങളെ പരിചയപ്പെടാൻ ശ്രമിക്കുന്ന അപരിചിതരിൽ മോഡേൺ വസ്ത്രധാരണവും മാന്യമായ പെരുമാറ്റവും നല്ല വാക്ചാതുര്യവും ഉള്ളവരും ഉണ്ടാകും. അതിനാൽ ഏതു സാഹചര്യത്തിലും വേണ്ടപ്പെട്ടവെരെന്ന് ഉത്തമ ബോധ്യമില്ലാത്ത അപരിചിതർ പരിചയപ്പെടാൻ ശ്രമിക്കുമ്പോൾ ചുരുങ്ങിയ വാക്കുകളിൽ മറുപടി പറഞ്ഞ് ഒഴിഞ്ഞു മാറുക.

   (b) യാത്ര ചെയ്യുന്ന വാഹനങ്ങളിലും പൊതു സ്ഥലങ്ങളിലും വച്ച് ദുരുദ്ദേശത്തോടെ പെൺകുട്ടികളോട് അടുപ്പം കൂടാനെത്തുന്നവരിൽ ഏതു പ്രായത്തിലുള്ള സ്ത്രീകളും ഉണ്ടാകും. അപരിചിത സ്ത്രീകളോട് നിങ്ങളുടെ സ്വകാര്യ വിവരങ്ങൾ വെളിപ്പെടുത്തരുത്.

2. അപരിചിതർ സൗഹൃദഭാവത്തിൽ വച്ചു നീട്ടുന്ന ഒന്നും, മിഠായി പോലും വാങ്ങികഴിക്കരുത്.

3. അപരിചിതർ നിങ്ങളുടെ വിശ്വാസം ആർജ്ജിക്കുന്നതിനായി ഉയർന്ന പദവികളിലുള്ളവരെന്ന് സ്വയം പരിചയപ്പെടുത്തിയശേഷം നിങ്ങളുടെ ഡീറ്റെയിൽസ് അന്വേഷിക്കുമ്പോൾ ഒരു കാരണവശാലും മൊബൈൽ നമ്പർ അടക്കം വ്യക്തിപരമായ വിവരങ്ങൾ നൽകരുത്.

4. 18 വയസുവരെയുള്ള പഠനകാലയളവിൽ സ്വന്തമായി മൊബൈൽ ഫോൺ ഉപയോഗം വേണ്ടെന്നു വയ്ക്കുക.

5. നിങ്ങളുടെ മൊബൈലിലേക്ക് അപരിചിതരുടെ മിസ്ഡ് കോളോ, മെസേജോ വന്നാൽ മറക്കാതെ ആ വിവരം മാതാപിതാക്കളുടെയോ മുതിർന്ന സഹോദരങ്ങളുടെയോ ശ്രദ്ധയിൽപ്പെടുത്തുക.

6. അപരിചിതർ മൊബൈൽ ഫോണിൽ പരിചയപ്പെടാൻ ശ്രമിക്കുമ്പോഴും ഒരു വിവരവും നൽകാതെ ഒഴിഞ്ഞു മാറുക. ആവർത്തിച്ച് ഫോണിലൂടെ ശല്യം ചെയ്താൽ മാതാപിതാക്കളെയും പോലീസിലോ അറിയിച്ച് നടപടിയെടുപ്പിക്കുക.

7. സഹപാഠികളും സുഹൃത്തുക്കളും പോലും മൊബൈൽ ഫോണിൽ ഫോട്ടോയെടുക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക.

8. നിയമാനുസൃതപ്രായം വരെ വാഹനം ഓടിക്കുകയില്ലെന്നതിൽ നിഷ്കർഷ പുലർത്തുക.

9. ആരെങ്കിലും മൊബൈൽ ഫോണിൽ ഫോട്ടോ എടുത്താൽ അത് മാതാപിതാക്കളെയോ അധ്യാപകരെയോ പോലീസിനെയോ അറിയിച്ച് നടപടിയെടുപ്പിക്കണം.

10. അത്യാവശ്യങ്ങൾക്കല്ലാതെ വണ്ടിക്കൂലിക്കാവശ്യമുള്ളതിൽ കൂടുതൽ പണം കൈവശം വയ്ക്കരുത്.

11. കൂട്ടുകാരുമൊത്ത് സൗഹൃദം പങ്കുവയ്ക്കുന്നതിനും ലഘുഭക്ഷണം കഴിക്കുന്നതിനുമായി ആധുനിക ഭക്ഷണശാലകൾ, ഐസ്ക്രീം പാർലറുകൾ, കൂൾബാറുകൾ ഇന്റർനെറ്റ് കഫെകൾ സിനിമാശാലകൾ തുടങ്ങിയ സ്വകാര്യത കൂടുതലുള്ള കേന്ദ്രങ്ങളിലേക്ക് വീട്ടുകാരറിയാതെ പോകരുത്. വീട്ടുകാരുടെ അറിവോടെയാണെങ്കിലും ഇത് പതിവാക്കുന്നത് നല്ലതല്ല.

12. പാൻപരാഗ്, ലഹരിപദാർഥങ്ങൾ ചേർത്ത മിഠായികൾ ഐസ്ക്രീം മുതലായവ ഉപയോഗിക്കരുത്.

13. ഒരു നിശ്ചിത സമയത്തിൽ കൂടുതൽ കംപ്യൂട്ടറിനു മുന്നിൽ ഇരിക്കരുത്.

14. നിങ്ങളുടെ ഇ മെയിൽ ഐ.ഡിക്കൊപ്പം പാസ്‌വേർഡും മാതാപിതാക്കളെ ധരിപ്പിച്ചിരിക്കണം.

15. നിങ്ങൾക്കാവശ്യമുള്ള വെബ്സൈറ്റുകൾ മാത്രം തുറക്കുക. അശ്ലീലവും മോശപ്പെട്ടതുമായ സൈറ്റുകൾ തുറക്കരുത്.

16. സുഹൃത്തുക്കളോ മറ്റുള്ളവരോ അയച്ചു തരുന്ന ചിത്രങ്ങളും മെസേജുകളും അവരുടെ ആവശ്യപ്രകാരമോ അല്ലാതെയോ മറ്റ് അഡ്രസുകളിലേക്ക് ഫോർവേർഡു ചെയ്യാതിരിക്കുക.

17. ഇന്റർനെറ്റിലെ സൗഹൃദകൂട്ടായ്മകളായ കമ്യൂണിറ്റി സൈറ്റുകളിൽ (ഉദാ: ഓർക്കൂട്ട്, ഫേസ്ബുക്ക്) അപരിചതർക്കു സ്ക്രാപ്പ് അയയ്ക്കാതിരിക്കുക.

18. ഇന്റർനെറ്റിലെ ചാറ്റ് റൂമുകളിൽ കയറാതിരിക്കുക. നിങ്ങളെ സ്വഭാവത്തെയും ജീവിതത്തെയും തകർക്കുന്ന രീതിയിലേക്ക് ഇത് വഴി തിരിഞ്ഞുപോയേക്കും.

19. ഇൻർനെറ്റ് ചാറ്റ് റൂമിൽ ചാറ്റിംഗിന് എത്തുന്നവരായാലും സൗഹൃദക്കൂട്ടായ്മകളിലാണെങ്കിലും അപരിചിതർ സ്വയം പരിചയപ്പെടുത്തുന്ന കാര്യങ്ങൾ കളവായിരിക്കാം. ഇങ്ങനെ സൗഹൃദത്തിനെത്തുന്നവർ പറയുന്നത് ഒന്നും കുട്ടികൾ വിശ്വസിക്കരുത്. അവർ നിങ്ങളെക്കുറിച്ചുള്ള ഒരു വിവരവും ബഹുമാന്യരെന്ന് ഭാവിച്ച് കൗശലപൂർവം ചോദിച്ചു മനസിലാക്കാനിട കൊടുക്കരുത്. അവർ ആവശ്യപ്പെടുന്നതനുസരിച്ച് കൂടിക്കാഴ്ച്ചകൾക്ക് ഒരുങ്ങരുത്.

20. എപ്പോൾ നിങ്ങൾ മെയിൽ തുറന്നാലും ഉപയോഗിച്ചു കഴിഞ്ഞാലുടൻ സൈൻ ഔട്ട് ചെയ്യണം.

21. മറ്റു കംപ്യൂട്ടറുകളിൽ മെയിൽ ഓപ്പണാക്കുമ്പോൾ പാസ്‌വേർഡ് അതിൽ സേവ് ആകാതിരിക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം. പാസ്‌വേർഡ് അബദ്ധത്തിൽ സേവായാൽ പുതിയ പാസ്‌വേർഡിലേക്ക് ഉടൻ മാറുക.

22. സ്കൂളിലോ ട്യൂഷനോ പോയിവരുമ്പോഴോ ഒറ്റപ്പെട്ട സ്ഥലത്തോ വഴിയിലോ വച്ച് അപരിചിതർ പതിവായി നിങ്ങളെ ശ്രദ്ധിക്കുകയും എതെങ്കിലും തരത്തിൽ മോശമായി പെരുമാറാനും ശ്രമിച്ചാൽ ആ വിവരം മാതാപിതാക്കളെ അറിയിക്കുക.

23. അപരിചിതരായ വ്യക്തികൾ മൊബൈൽവഴിയോ, ഫോർ വീലറിലോ എത്തി ഒറ്റപ്പെട്ട സ്ഥലത്തു വെച്ച് എന്തുവിവരങ്ങൾ അന്വേഷിച്ചാലും കരുതലോടെ പെരുമാറുകയും വാഹനത്തിന്റെ അടയാളവും നമ്പരും ശേഖരിക്കാനും ശ്രദ്ധിക്കുക.

24. നിങ്ങൾക്ക് എ.ടി.എം. കാർഡുണ്ടെങ്കിൽ രഹസ്യ പിൻകോഡ് നിങ്ങൾക്കു മനഃപാഠമായിരിക്കണം. മറ്റൊരാൾ കാണുന്നതുപോലെ അത് എഴുതിവയ്ക്കരുത്. പണം മറ്റൊരാളെക്കൊണ്ട് എടുപ്പിക്കരുത്. വളരെ അടിയന്തരഘട്ടത്തിൽ ഇങ്ങനെ വേണ്ടിവന്നാൽ ഉടൻ തന്നെ പിൻ നമ്പർ മാറ്റുക.

25. കുട്ടികൾ മാത്രം വീട്ടിലുള്ളപ്പോൾ അപരിചിതരായ ആളുകൾ വീട്ടിൽ വരുകയാണെങ്കിൽ കതകു തുറക്കാതെ ജനലിലൂടെ മാത്രം സംസാരിക്കുകയും സംശയം തോന്നിയാൽ മാതാപിതാക്കളെയോ അയൽവാസികളെയോ വിവരം അറിയിക്കുകയും ചെയ്യുക.

26. എപ്പോഴും പ്രധാനപ്പെട്ട ഫോൺ നമ്പരുകൾ കൈവശം ഉണ്ടായിരിക്കണം. മാതാപിതാക്കളുടെ ഫോൺ നമ്പർ മനഃപാഠമായിരിക്കണം.

27. ഉറ്റബന്ധുക്കളടക്കം വിശ്വസിക്കാവുന്ന പശ്ചാത്തലമുള്ളവരല്ലാതെ ആരും വഴിയിൽ ലിഫ്റ്റ് വാഗ്ദാനം ചെയ്താൽ നന്ദിപൂർവം അത് തിരസ്കരിക്കുക.

28. ബസിൽ യാത്ര ചെയ്യുമ്പോൾ ഏതെങ്കിലും തരത്തിലുള്ള ശല്യങ്ങൾ ഉണ്ടായാൽ ഉടൻ പ്രതികരിക്കുകയും വിവരം മാതാപിതാക്കളെയോ അധ്യാപകരെയോ സഹായത്തോടെ പോലീസിൽ അറിയിക്കയും വേണം.

29. ഇടവഴികളിലൂടെയും മറ്റും ഒറ്റയ്ക്ക് പെൺകുട്ടികൾ സഞ്ചരിക്കുന്ന അവസരത്തിൽ കഴുത്തിലണിഞ്ഞിരിക്കുന്ന ആഭരണങ്ങൾ വസ്ത്രങ്ങളാൽ മൂടികിടക്കാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം.

30. അപരിചിതരായ ബൈക്ക് യാത്രികർ ആരെങ്കിലും എന്തെങ്കിലും ആവശ്യം പറഞ്ഞ് അടുത്തേക്കു വന്നാൽ ആവരെ പ്രത്യേകം ശ്രദ്ധിക്കണം. വാഹനത്തിൽനിന്ന് അകന്നു നിൽക്കണം. ടി ബൈക്കിന്റെ നമ്പർ നോട്ടു ചെയ്യണം.

31. സിനിമ-ടിവി-ആൽബം തുടങ്ങിയവയിലേക്ക് പുതുമുഖങ്ങളെ ആവശ്യമുണ്ട്, പഠനത്തിനൊപ്പം ജോലി എന്ന മട്ടിലുള്ള പരസ്യങ്ങൾ ഒരുപക്ഷേ പലതും ചതിക്കുഴിയാകാം. ഇത്തരം പരസ്യങ്ങൾക്ക് ഫോട്ടോയും ഫോൺനമ്പരും അയച്ചുകൊടുക്കുന്നതും പ്രതികരിക്കുന്നതും എല്ലാം വളരെ ജാഗ്രതയോടും മാതാപിതാക്കളുടെ അറിവോടും കൂടെ മാത്രമേ ചെയ്യാവൂ.

32. എതെങ്കിലും തരത്തിൽ നിങ്ങൾ ബ്ളാക്ക് മെയിൽ ചെയ്യപ്പെടുന്നുവെന്നു തോന്നിയാൽ (ഉദാ: നീ സഹകരിച്ചില്ലെങ്കിൽ നിന്റെ നഗ്ന ഫോട്ടോ എല്ലായിടത്തും പരസ്യപ്പെടുത്തും. നീ എന്റെ ഫോൺകോൾ അറ്റൻഡു ചെയ്തില്ലെങ്കിൽ ഞാൻ ഞരമ്പു മുറിക്കും) ആ വിവരം ഒരിക്കലും ഒളിച്ചുവയ്ക്കേണ്ടതില്ല. വിശ്വാസം ഉള്ള ഒരു അധ്യാപകൻ/ അധ്യാപിക എന്നിവരോടോ മാതാപിതാക്കളോടോ പോലീസിൽ നേരിട്ടോ അറിയിക്കണം. നിങ്ങളുടെ കൂട്ടുകാർ ആരെങ്കിലും ഇത്തരം ഒരു വിഷമം നിങ്ങളോട് പങ്കുവെച്ചാൽ അത് ഇപ്രകാരം റിപ്പോർട്ടു ചെയ്യാൻ അവരെ പ്രേരിപ്പിക്കുക. ഇനി അഥവാ ഭയം മൂലമോ നാണക്കേടുമൂലമോ അവർ അതിന് തയാറാകുന്നില്ലെങ്കിൽ പോലും നിങ്ങൾ അത് റിപ്പോർട്ടു ചെയ്യണം.

അധ്യാപകർ അറിയുവാൻ

1. കഠിന ശിക്ഷാ രീതികൾ ഒഴിവാക്കി, ശാസനയിലൂടെയും ലഘുവായ ശിക്ഷകളിലൂടെയും കുട്ടികളെ തിരുത്താൻ ശ്രമിക്കുക.

   കൗൺസിലിംഗ് ആവശ്യമുള്ള കുട്ടികൾക്ക് അത് ഉറപ്പുവരുത്തുക.

   മാതാപിതാക്കൾ അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട മക്കളുടെ കാര്യങ്ങൾ സംയമനപൂർവം അവരെ പറഞ്ഞു ബോധ്യപ്പെടുത്തുക.

2. സ്കൂളിനു പുറത്ത് വച്ച് കുട്ടികൾക്ക് ഉണ്ടാവുന്ന എത് ശല്യങ്ങളും ബുദ്ധിമുട്ടുകളും ഗൗരവമുള്ളതാണെങ്കിൽ പോലീസിൽ അറിയിക്കുക.

3. ചുറ്റുപാടുമുള്ള വ്യത്യസ്ത സാമൂഹ്യവിരുദ്ധ പ്രവണതകളെക്കുറിച്ച് നിരന്തരം കുട്ടികളെ ഓർമിപ്പിക്കുക. ഇതിനെതിരെ ജാഗ്രത പാലിക്കാനും ആവശ്യമെങ്കിൽ പ്രതികരിക്കാനുമുള്ള ആത്മവിശ്വാസം പകരുക.

4. മാതാപിതാക്കൾ നൽകുന്ന നിർദേശങ്ങൾ ഒരു ശല്യമായി നിഷേധഭാവത്തിൽ കാണാതെ കുട്ടികളുടെ സുരക്ഷയ്ക്കു വേണ്ടിയാണെന്നത് ഉൾക്കൊള്ളാൻ കുട്ടികളെ പറഞ്ഞുമനസിലാക്കുക.

5. സാമൂഹ്യ വിരുദ്ധരുടെ ശല്യമുണ്ടായാൽ അറിയിക്കേണ്ട പോലീസ് അധികൃതരുടെ ടെലിഫോൺ നമ്പരുകൾ കുട്ടികളുടെ കൈവശമു

ണ്ടെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക. കുട്ടികൾ മൊബൈൽ ഫോൺ, അനാവശ്യ സിഡികൾ മുതലായവ സ്കൂളിൽ കൊണ്ടുവരുന്നില്ലെന്ന് ഉറപ്പാക്കുക.

ഡിപ്രഷൻ ഉള്ള കുട്ടികളെയും ക്ളാസിൽ ഹാജരാകാത്ത കുട്ടികളെയും ശ്രദ്ധിച്ച് കാരണം കണ്ടെത്തി പരിഹരിക്കുക.

6. കുഴപ്പങ്ങളിൽ ഉൾപ്പെടുന്ന കുട്ടികളെ അസംബ്ളിയിലും ക്ളാസ് റൂമിലുമുള്ള പരസ്യമായ ശാസനകൾ ഒഴിവാക്കുക. അത് ഒരു തേജോവധമായും അവഹേളനമായും കുട്ടികൾക്ക് അനുഭവപ്പെടാം. അവരുടെ ആത്മവിശ്വാസം തകരാം. തനിച്ചു വിളിച്ച് അവർക്കു തുറന്നു പറയാനുള്ളത് പറയാൻ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക. അത് ശ്രദ്ധാപൂർവം കേൾക്കുക. ആവർത്തിച്ച് കുഴപ്പങ്ങളിൽ ചാടുന്ന കുട്ടികളാണെങ്കിൽ അവ ചില പെരുമാറ്റ വൈകല്യങ്ങളാലോ (Behavior Disorder) മാനസിക തകരാർ (Psychiatric disorder) ആകാനോ ഉള്ള സാധ്യത ഉണ്ട്. ഇത്തക്കാർക്ക് ഉപദേശവും ശാസനയും ഒന്നും ഫലിച്ചുവെന്നുവരില്ല. അവർക്ക് മാതാപിതാക്കളുടെ സഹകരണത്തോടെ ശാസ്ത്രീയമായ കൗൺസിലിംഗ് ഏർപ്പെടുത്തി കൊടുക്കണം.

7. സ്കൂളിലും പരിസരത്തുമുള്ള മൊബൈൽ ഫോൺ ഉപയോഗം, പാൻമസാല ഉപയോഗം, അശ്ലീല സി.ഡി വിതരണം തുടങ്ങിയ കാര്യങ്ങളിൽ നിയന്ത്രണം ഏർപ്പെടുത്താനുള്ള ഏറ്റവും ഫലപ്രദമായ മാർഗം പി.റ്റി.എ. മീറ്റിംഗുകളിൽ അധ്യാപകരും രക്ഷകർത്താക്കളും ഉൾപ്പെടുന്ന ഒരു ജാഗ്രതാസമിതിയെ തെരഞ്ഞെടുക്കുകയും അവർ ജനമൈത്രി പോലീസിന്റെയും ജനപ്രതിനിധികളുടെയും പിന്തുണ ഉറപ്പാക്കി കൂടെകൂടെ ക്ളാസുള്ള ദിവസങ്ങളിലെ ഒഴിവുസമയങ്ങളിൽ നിരീക്ഷണം നടത്തുക എന്നതാണ്.

മാതാപിതാക്കൾ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ട കാര്യങ്ങൾ

1. വീട്ടിലെ എല്ലാവരും കാണുന്ന സ്ഥലത്തായിരിക്കണം കംപ്യൂട്ടറും ടി.വിയും വയ്ക്കേണ്ടത്.മോനിട്ടർ വെളിയിലേക്കു മുഖം തിരിച്ചുവയ്ക്കണം.

2. കംപ്യൂട്ടറിലും ടി.വിയിലും ഒരു നിശ്ചിത സമയത്തിൽ കൂടുതൽ ചെലവഴിക്കാൻ അനുവദിക്കരുത്.

3. ഇടയ്ക്ക് കംപ്യൂട്ടർ ഉപയോഗത്തിന്റെ ഹിസ്റ്ററി പരിശോധിക്കുക.കുട്ടികളുടെ ഇ മെയിൽ ഐഡിയും പാസ് വേർഡും സൗഹൃദകൂട്ടായ്മകളുടെ പാസ്വേർഡും മാതാപിതാക്കൾ അറിഞ്ഞിരിക്കണം. മാതാപിതാക്കൾക്ക് കംപ്യൂട്ടർ ഉപയോഗിക്കാൻ അറിയില്ലെങ്കിൽ മുതിർന്ന സഹോദരങ്ങൾക്കോ തത്തുല്യമായ സ്ഥാനമുള്ളവർക്കോ കുട്ടികളുടെ ഇ മെയിൽ ഐഡിയും പാസ്വേർഡും അറിയാമായിരിക്കണം.പരിചയമില്ലാത്തവരുമായി സ്ക്രാപ്പ് അയയ്ക്കുകയോ ചാറ്റ് ചെയ്യുകയോ ചെയ്താൽ കുട്ടികളെ വിലക്കുക.

4. സിനിമ-ടെലിവിഷൻ ഇവ കാണുന്നതിന് മാതാപിതാക്കൾ നിയന്ത്രണം പാലിക്കുക. കുട്ടികളുടെ സാന്നിധ്യത്തിൽ അശ്ളീലതയുടെ സി.ഡികൾ കാണാതിരിക്കുക. ഇത്തരത്തിലുള്ള സി.ഡികൾ വീട്ടിൽ സൂക്ഷിയ്ക്കാതിരിക്കുക.

5. കുട്ടികൾക്ക് മൊബൈൽ ഫോൺ സ്വന്തമായി ഉപയോഗിക്കാൻ കൊടുക്കരുത്. അഥവാ അങ്ങനെ കൊടുത്തിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ അതിന്റെ ഡീറ്റെയിൽസ് പരിശോധിക്കണം.

6. കുട്ടികൾക്ക് മൊബൈൽ ഫോണിലോ, ഇ മെയിലിലോ മോശമായ മെസേജ് ലഭിച്ചാൽ നിർബന്ധമായും മാതാപിതാക്കളെ അറിയിച്ചിരിക്കണമെന്നും അതിന്റെ പേരിൽ നിങ്ങൾ അവരെ വഴക്കുപറയുകയില്ലെന്നും ബോധ്യപ്പെടുത്തണം.

7. മികച്ച പഠനാന്തരീക്ഷം കുട്ടികൾക്ക് ഒരുക്കുക.

8. പരീക്ഷയുടെയും പഠനത്തിന്റെയും റിസൽട്ടിന്റെയും പേരിൽ കുട്ടികളെ മുൾമുനയിൽ നിർത്തരുത്.

9. കുട്ടികളുടെ പഠനകാര്യങ്ങൾ മുറി, ഷെൽഫ്, ബാഗ് തുടങ്ങിയ വസ്തുക്കളിൽ ശ്രദ്ധയുണ്ടാകണം.

10. അവധി ദിവസങ്ങളിൽ സ്പെഷ്യൽ ക്ളാസ്, എക്സ്ട്രാ ക്ളാസ്, ട്യൂഷൻ എന്നീ കാരണങ്ങൾ പറഞ്ഞ് കുട്ടികൾ വീട്ടിൽ നിന്നു പോകുന്നത് ക്രോസ് ചെക്ക് ചെയ്ത് ഉറപ്പാക്കുക. അതുപോലെ തന്നെ സ്ഥിരമായി വീട്ടിൽ വൈകി വരുന്നതും ഇത്തരത്തിൽ നിരീക്ഷിയ്ക്കണം.

11. അതത് ദിവസം സ്കൂളിൽ നടന്ന വിവരങ്ങൾ (പഠനകാര്യം മാത്രമല്ല) കുട്ടി പറയുന്നത് താൽപര്യപൂർവം കേൾക്കുകയും അന്വേഷിക്കുകയും ചെയ്യുക.

12. കുട്ടികളുടെ കൈവശം അമിതമായി പണം കൊടുത്തുവിടരുത്. ആർഭാട ചെലവുകൾ ശീലിപ്പിക്കരുത്. കുട്ടി കൂടുതൽ പണം ആവശ്യപ്പെടുന്നത് ഒരു അപകട സൂചനയാകാം. വരവു ചെലവു കണക്കുകൾ എഴുതി സൂക്ഷിയ്ക്കാൻ പരിശീലിപ്പിക്കുക.

13. സമ്പാദ്യ ശീലം വളർത്തുക.

14. അമിത ഇടപെടൽ ഒഴിവാക്കുക.

15. കുട്ടികളുടെ സ്വതന്ത്ര ചിന്ത തടസപ്പെടുത്തരുത്.

16. മിനിറ്റുകൾ തോറും അവർക്കു നിർദേശം നൽകരുത്.

17. കുട്ടികളെക്കുറിച്ച് അമിത ഉൽക്കണ്ഠ പാടില്ല.

18. ഏതു പ്രതിസന്ധിയിലും മാതാപിതാക്കൾ ഒപ്പമുണ്ടായിരിക്കുമെന്ന വിശ്വാസം കുട്ടികളിൽ വളർത്തുക.

19. മറ്റുള്ളവരുടെ മുന്നിൽ വച്ച് കുട്ടികളെ കുറ്റപ്പെടുത്താതിരിക്കുക.

20. മാന്യമായി വസ്ത്രധാരണം നടത്താൻ കുട്ടികളെ പ്രേരിപ്പിക്കണം.

21. അമിതമായി ഉറങ്ങുകയും സദാസമയവും മുറിയടച്ചിരിക്കുകയും കുടുംബാംഗങ്ങളിൽ നിന്നും അകൽച്ച പാലിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന കുട്ടികളെ കൂടുതലായി ശ്രദ്ധിക്കുകയും കാരണം കണ്ടെത്തുകയും വേണം.

22. കൗമാരപ്രായക്കാരായ കുട്ടികളെ കൂടെയിരുത്തി തീരുമാനങ്ങൾ എടുക്കുക.

23. കുട്ടികൾ എന്തു ചെയ്യുന്നു എവിടെയൊക്കെ പോകുന്നുവെന്ന് കൃത്യമായി മനസിലാക്കുക.

24. ആരോഗ്യകരമായ സൗഹാർദ്ദങ്ങൾ പ്രോത്സാഹിപ്പിക്കുക. കുട്ടികളുടെ കൂട്ടുകാരെക്കുറിച്ച് തീർച്ചയായും മനസിലാക്കിയിരിക്കണം. അടുത്ത കൂട്ടുകാരുടെ മാതാപിതാക്കളുമായി സൗഹാർദ്ദം സ്ഥാപിക്കുന്നത് നന്നായിരിക്കും.

25. മാതാപിതാക്കളോട് സംസാരിക്കാൻ വിമുഖത കാട്ടുന്നവരെ ശ്രദ്ധിക്കണം.

26. രക്ഷിതാക്കൾ കുട്ടികളുടെ മുന്നിൽവച്ചുള്ള പുകവലി മദ്യപാനം, അസഭ്യം പറയൽ കുടുംബകലഹങ്ങൾ ഇവ ഒഴിവാക്കണം.

27. കുട്ടികളുമായി സ്നേഹസൗഹാർദങ്ങൾ പങ്കിടാൻ പതിവായി സമയം കണ്ടെത്തണം.

സൈബർ കുററങ്ങൾക്കെതിരെ പരാതിപ്പെടാം

സ്ത്രീകൾക്കെതിരായ സൈബർ കുററകൃത്യങ്ങൾ, പ്രതികരിക്കേണ്ടതെങ്ങനെ, പരാതിപ്പെടേണ്ടതെങ്ങനെ - ഈ സംശയങ്ങൾക്കു തിരുവനന്തപുരം ഹൈടെക് സെൽ അസിസ്റ്റന്റ് കമ്മിഷണർ എൻ. വിനയകുമാർ മറുപടി നൽകുന്നു.

■ **യാത്രയ്ക്കിടെ എന്റെ ശരീരഭാഗങ്ങളുടെ ചിത്രം ഒരാൾ മൊബൈൽ ക്യാമറയിൽ എടുത്തുവെന്നു സംശയം. ഈ സന്ദർഭം എങ്ങനെ നേരിടണം ?**

അപ്പോൾ തന്നെ പ്രതികരിക്കണം. ഇങ്ങനെയൊരു സംശയമുണ്ടെന്ന് അടുത്തിരിക്കുന്നവരോട് പറയണം. കുറച്ചുപേരെങ്കിലും പിന്തുണയ്ക്കാതിരിക്കില്ല.പ്രതി സഹകരിക്കാതെ മോശമായാണു പ്രതികരിക്കുന്നതെങ്കിൽ റയിൽ അലർട്ട് (9846200100), വനിതാ ഹെൽപ്ലൈൻ (നമ്പറുകൾ 1091, 9995399953) എന്നിവയിലൊന്നിൽ ഉടനെ വിളിക്കുക. ടിടിഇയുടെയോ, ആർപിഎഫിന്റെയോ (9995040000) -ബസ് ആണെങ്കിൽ കണ്ടക്ടറുടെ - സഹായം തേടാം. ഫോൺ ചെയ്യാൻ പററാത്ത സാഹചര്യമാണെങ്കിൽ മെസേജ് അലർട്ട് സെന്ററിലേക്ക്(നമ്പർ 9497900000) എസ്എംഎസ് അയയ്ക്കുക. ഏതു ട്രെയിനിൽ, ഏതു കോച്ചിലാണെന്നും ട്രെയിൻ ഇപ്പോൾ എവിടെ എത്തിയിട്ടുണ്ടെന്നും വ്യക്തമാക്കണം. അടുത്ത സ്റ്റേഷനിൽ പോലീസ് സഹായത്തിനെത്തും.

■ **ചിത്രം അയാൾ ഡിലീററ് ചെയ്തിട്ടുണ്ടെങ്കിൽ തെളിവിന് എന്തു ചെയ്യും ?**

മെമ്മറി കാർഡിൽ സേവ് ചെയ്ത ചിത്രമാണെങ്കിൽ വീണ്ടെടുക്കാം. ഫോൺ മെമ്മറിയിലാണെങ്കിൽ വീണ്ടെടുക്കാനാവില്ല. എങ്കിലും സാഹചര്യതെളിവുകൾ, പ്രതിയുടെ മോശമായ പ്രതികരണം എന്നിവയുടെ പേരിൽ നടപടി എടുക്കാം.

■ **നഗ്നചിത്രം എടുത്തിട്ടുണ്ടെന്നു ഭീഷണിടുത്തി തനിക്കു വശംവദയാകാൻ ഒരാൾ ഭീഷണിടുത്തുന്നു. എന്തുചെയ്യണം ?**

ഒന്നുകിൽ സൈബർ സെല്ലിൽ നേരിട്ടെത്തി പരാതിപ്പെടാം ഇല്ലെങ്കിൽ സമീപത്തെ പോലീസ് സ്റ്റേഷനിലെ ഉന്നത ഉദ്യോഗസ്ഥനെ നേരിട്ടുകണ്ടു സത്യസന്ധമായി വിവരം അറിയിക്കുക

■ **ലാൻഡ് ഫോണിൽ അശ്ലീല സംഭാഷണം നടത്തുന്നവരെയോ ?**

ലാൻഡ് ഫോണിൽ കോളർ ഐഡി ഘടിപ്പിക്കുക. ശല്യക്കാരന്റെ നമ്പർ സമീപ പോലീസ് സ്റ്റേഷനിൽ അറിയിക്കുക. **www.keralapolice.gov.in** എന്ന വെബ്സൈററിൽ പോലീസ് സ്റ്റേഷനുകളുടെ ഇ മെയിൽ വിലാസം കിട്ടും. പരാതി പൂർണവിലാസം സഹിതം മെയിൽ ആയും നൽകാം.

എല്ലാവരും അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ടത്

- ഇടവഴിയിലൂടെയും മറ്റും സ്ത്രീകളും പെൺകുട്ടികളും ഒറ്റയ്ക്ക് സഞ്ചരിക്കുന്ന അവസരങ്ങളിൽ കഴുത്തിൽ അണിഞ്ഞിട്ടുള്ള ആഭരണങ്ങൾ മറയത്തക്കരീതിയിൽ വസ്ത്രം ധരിക്കുക.
- ബസ്സിൽ യാത്ര ചെയ്യുമ്പോൾ കഴിയുന്നതും കഴുത്തിലണിഞ്ഞിരിക്കുന്ന ആഭരണങ്ങൾക്കിടയിൽ കൂടി സേഫ്റ്റിപിൻ കടത്തി ബ്ലൗസിലോ സാരിയുമായോ കൊളുത്തിയിടാൻ ശ്രദ്ധിക്കുക. അങ്ങനെ ചെയ്താൽ തിരക്കിനിടയിൽ മാല കട്ട് ചെയ്ത് വലിച്ചെടുക്കുന്നത് തടയാൻ സാധിക്കും.
- സ്ത്രീകൾ ഒറ്റയ്ക്ക് താമസിക്കുന്ന വീടുകളിൽ അപരിചിതർ എന്തെങ്കിലും ആവശ്യം പറഞ്ഞ് എത്തിയാൽ വാതിൽ തുറക്കാതെ ജനലിൽക്കൂടി മാത്രം അയാളുമായി സംസാരിക്കുക. ഇത്തരം വീടുകളിൽ പകൽ സമയത്തും ഗേറ്റ് അകത്തു നിന്ന് പൂട്ടിയിടുന്നത് നന്നായിരിക്കും.
- പെൺകുട്ടികളെ പെട്ടെന്നുണ്ടാകുന്ന ആക്രമണങ്ങളിൽ നിന്ന് സ്വയം പ്രതിരോധിക്കുന്നതിനായി കളരി, കരാട്ടേ, ജൂഡോ പോലെയുള്ള ആയോധന കലകൾ പഠിപ്പിക്കുന്നത് നല്ലതാണ്.
- വഴിയരികിൽ വെച്ച് ഒറ്റക്ക് സഞ്ചരിക്കുമ്പോഴോ മറ്റേതെങ്കിലും സാഹചര്യ ത്തിലായാലും എന്തെങ്കിലും അതിക്രമം ഉണ്ടായാൽ അടുത്ത പോലീസ് സ്റ്റേഷനിലോ വനിതാ ഹെൽപ് ലൈനിലോ ഉടൻ അറിയിക്കാൻ ശ്രമിക്കുക.

- ഒറ്റയ്ക്ക് താമസിക്കുന്ന വീട്ടമ്മമാർ അടുത്ത പോലീസ് സ്റ്റേഷന്റേയും വനിതാ ഹെൽപ്പ് ലൈനിന്റെയും വിശ്വസ്തരായ അയൽവാസിക ളുടെയും ഫോൺ നമ്പരുകൾ പെട്ടെന്ന് വിളിക്കത്തക്ക രീതിയിൽ സൂക്ഷിക്കണം.
- രാത്രി കിടക്കുന്നതിന് മുമ്പ് ജനലുകളും, വാതിലുകളും ഭദ്രമായി അടച്ചിട്ടുണ്ടെന്ന് ഉറപ്പു വരുത്തുക.
- രാത്രികാലങ്ങളിൽ വീടിന്റെ ജനലരികിൽ വിലപിടിപ്പുള്ള വസ്തുക്കളോ, സ്വർണ്ണാഭരണങ്ങളോ സൂക്ഷിക്കരുത്.
- വീട് അടച്ചു പുറത്തു പോകുമ്പോൾ സുഹൃത്തായ അയൽവാസിയെ അറിയിക്കുക. കൂടുതൽ ദിവസം വിട്ടു നിൽക്കുന്നുവെങ്കിൽ പത്രം, പാൽ തുടങ്ങിയവ മടങ്ങിവരും വരെ നിർത്തുക.
- ആവശ്യത്തിന് മാത്രം സ്വർണ്ണാഭരണങ്ങൾ അണിയുക. കൂടുതൽ സ്വർണ്ണമുണ്ടെങ്കിൽ ബാങ്ക് ലോക്കറിൽ സൂക്ഷിക്കുക.
- അപരിചിതരായ നാടോടികൾ, ഉപകരണം റിപ്പയർ ചെയ്യുന്നവർ എന്നിവരെ വീട്ടിനുള്ളിൽ പ്രവേശിപ്പിക്കരുത്. സംശയം തോന്നിയാൽ ഉടൻ പോലീസിൽ അറിയിക്കണം.
- വീട്ടുവേലക്ക് നിൽക്കുന്ന അന്യ നാട്ടുകാരുടേയും, സെക്യൂരിറ്റിക്കാ രുടേയും പൂർണ്ണമേൽവിലാസവും, ഫോൺ നമ്പരുകളും ശേഖരിച്ച് സൂക്ഷിക്കുക.
- കുറച്ചു ദിവസം വീട് വിട്ടു പോകുന്നുവെങ്കിൽ വിവരം അടുത്ത പോലീസ് സ്റ്റേഷനിലും റെസിഡന്റ് അസോസിയേഷനിലും അറിയിക്കുക.
- വീടുകളിലും, വാഹനങ്ങളിലും ആന്റി തെഫ്റ്റ് അലാറം ഫിറ്റ് ചെയ്യുക. വാഹനങ്ങൾക്ക് സ്റ്റിയറിംഗ് ലോക്ക് ഫിറ്റ് ചെയ്യുക.
- കളവ് നടന്നാൽ എത്രയും വേഗം പോലീസിൽ അറിയിക്കണം. പോലീസ് എത്തുംമുൻപ് വീട്ടിൽ കയറി തെളിവ് നഷ്ടപ്പെടുത്തുന്ന തരത്തിൽ ആരും പെരുമാറരുത്.
- ഒരു സംശയാസ്പദ സംഭവമുണ്ടായാൽ പുറമേയുള്ള ലൈറ്റുക ളെല്ലാം പെട്ടെന്ന് തെളിയിക്കത്തതരത്തിൽ കൺട്രോൾ സ്വിച്ച് സ്ഥാപിക്കുക.
- അയൽപക്കത്ത് താമസമില്ലെങ്കിൽ അവിടെ നിന്ന് സംശയാ സ്പദമായ ശബ്ദങ്ങളോ മറ്റോ കേട്ടാൽ സെർച്ച് ലൈറ്റ് ഉപയോഗിച്ച് നിരീക്ഷിക്കണം. അപകടം മണത്താൽ ഉടൻ പോലീസിൽ അറിയിക്കണം.
- നമ്മുടെ വീടിനടുത്തോ പരിസരങ്ങളിലോ സംശയാസ്പദമായ സാഹചര്യ ത്തിൽ ആരെങ്കിലും ചുറ്റിത്തിരിയുന്നുവെന്ന് കണ്ടാൽ വിവരം പോലീസിൽ അറിയിക്കുക.
- ബന്ധുക്കൾ അയച്ചതാണെന്ന് ആരെങ്കിലും അപരിചിതർ വീട്ടിൽ വന്ന് പറഞ്ഞ് എന്തെങ്കിലും ആവശ്യപ്പെട്ടാൽ നിജസ്ഥിതി ബോദ്ധ്യപ്പെടാൻ ശ്രദ്ധിക്കണം.

- പകൽ സമയമാണെങ്കിലും മുൻ, പിൻ വാതിലുകൾ അശ്രദ്ധമായി തുറന്നിടരുത്.
- പഴയ സാധനങ്ങൾ എടുക്കുന്നതിന് എന്നു പറഞ്ഞ് അപരിചിതർ വീട്ടിൽ കടന്നു വന്നാൽ ജാഗ്രത പാലിക്കണം.
- കോളിംഗ് ബെൽ അടിച്ചാൽ പെട്ടെന്ന് മുൻ വാതിൽ തുറക്കാതെ ജനൽ തുറന്ന് ആരാണ് വന്നതെന്ന് ഉറപ്പുവരുത്തുക.
- കൈക്കോട്ട്, പിക്കാസ്, കോടാലി, ഏണി തുടങ്ങിയ ഉപകരണങ്ങൾ അലക്ഷ്യമായി വീട്ടുമുറ്റത്ത് ഇടാതെ സൂക്ഷിച്ചുവയ്ക്കുക.
- വീടിന്റെ ടെറസ്സിൽ കയറാൻ സൗകര്യപ്പെടുമാറ് ഏതെങ്കിലും മരച്ചില്ലകൾ ചാഞ്ഞുകിടക്കുന്നുവെങ്കിൽ വെട്ടി മാറ്റുക.
- കൊച്ചുകുട്ടികളെ സ്വർണ്ണാഭരണങ്ങൾ ധരിപ്പിക്കുന്നത് ഒഴിവാക്കുക.
- യാത്രയിൽ അപരിചിതൻ നല്കുന്ന ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ, പാനീയങ്ങൾ വാങ്ങികഴിക്കരുത്.
- ബസ്സ് യാത്രകളിലും മറ്റും അമിതമായി സ്വർണ്ണാഭരണങ്ങൾ ധരിക്കരുത്.
- ഓർമ്മിക്കുക ആധുനിക കള്ളന്മാർ ഹൈടെക് വിദ്യകൾ വശമുള്ളവരാണ്.

വാഹനം ഓടിക്കുന്നവർ ശ്രദ്ധിക്കേണ്ടത്

- മോട്ടോർ സൈക്കിളിൽ രണ്ടുപേർ മാത്രം സഞ്ചരിക്കുക.
- സുരക്ഷയ്ക്കായി ഹെൽമറ്റ് ധരിക്കുക.
- രാത്രി സഞ്ചരിക്കുമ്പോൾ വെളുത്ത വസ്ത്രം ധരിക്കുക.
- ഡ്രൈവിംഗിനിടയിൽ മൊബൈൽ ഫോൺ ഉപയോഗിക്കരുത്.
- ഓവർസ്പീഡ് ഒഴിവാക്കുക. മത്സരയോട്ടം ദുഃഖം കൊണ്ടുവരും.
- മദ്യപിച്ച് വാഹനം ഓടിക്കരുത്.
- പ്രായപൂർത്തിയാകാത്തവർ വാഹനം ഓടിച്ചാൽ അതിന്റെ ഉത്തരവാദിത്വം രക്ഷകർത്താക്കൾക്കാണ്. നിയമപരമായി രക്ഷിതാക്കളും കുറ്റക്കാരാണ്.
- രാത്രിയിൽ എതിർ വാഹനങ്ങൾക്ക് സഹായകമായി വാഹനത്തിന്റെ ഹെഡ്‌ലൈറ്റ് ഡിം ചെയ്തുകൊടുക്കണം.
- റോഡ് ട്രാഫിക് നിയമങ്ങൾ അനുസരിക്കാൻ ശീലിക്കുക.
- നടന്നു സഞ്ചരിക്കുമ്പോൾ കഴിവതും സീബ്രാ ക്രോസിംഗിലൂടെ റോഡ് മുറിച്ചു കടക്കുക.
- നമ്പർ പ്ലേറ്റുകൾ ശരിയായവിധത്തിലും വലുപ്പത്തിലും പ്രദർശിപ്പിക്കുക. വാഹനങ്ങളുടെ മെയിന്റനൻസ് കൃത്യമായി ചെയ്യിക്കുക.

റോഡപകടങ്ങളുടെ മുഖ്യകാരണങ്ങൾ

- ക്ഷമയും മനുഷ്യത്വമില്ലാതെയും നിയമങ്ങൾ പൂർണ്ണമായും അറിയാതെ വാഹനമോടിക്കുന്നർ.
- അപകടകരമായി ഇടതു വശത്തുകൂടെ ഓവർടേക്കിംഗ്.
- വീതികൂടിയ റോഡിൽപ്പോലും വലതുവശം ചേർന്ന് വാഹനം ഓടിക്കുന്നത്.
- അമിതവേഗതയോടേയും അലക്ഷ്യമനോഭാവത്തോടെയും വാഹനം ഓടിക്കുന്നത്.
- മദ്യപിച്ചുകൊണ്ടുള്ള ഡ്രൈവിംഗ്, മദ്യപിച്ചുള്ള സൈക്കിൾ ചവിട്ടൽ.
- ഇരുണ്ട വസ്ത്രങ്ങൾ ധരിച്ച് രാത്രിയിൽ നടക്കുന്ന കാൽനടക്കാർ
- ഗതാഗത മുന്നറിയിപ്പു ബോർഡുകളുടേയും വേഗത നിയന്ത്രണ ബോർഡുകളുടേയും റിഫ്ളക്ടറുകളുടേയും അഭാവം.
- ഫുട്പാത്തുകളുടെ അഭാവം.
- പാലങ്ങളിലേയും വളവുകളിലേയും അപകടകരമായ ഓവർടേക്കിംഗ്.
- രാത്രികാലങ്ങളിൽ ലൈറ്റ് ഇടാതെയും ഡിം ചെയ്യാതെയും വാഹനം ഓടിക്കുന്നവർ.
- ഇടവഴികളിൽ നിന്നുള്ള വാഹനങ്ങളുടെ അദൃശ്യമായ പ്രവേശനം.
- റിഫ്ളക്ടറുകൾ ഇല്ലാത്ത സൈക്കിളുകൾ.
- റോഡ് പ്രതലം മുന്നറിയിപ്പില്ലാതെ കുഴിക്കലും തകർക്കലും.
- അപകടകരമായി റോഡിലേക്ക് തള്ളി നിൽക്കുന്ന പോസ്റ്ററുകൾ.
- അമിതഭാരം കയറ്റിയ വാഹനങ്ങളിൽ യാതൊരുവിധ മുന്നറിയിപ്പും ഇല്ലാതെ വാഹനങ്ങളിൽ നിന്നും തള്ളി നിൽക്കുന്ന അപകടകരമായ ലോഡുകൾ.
- സ്ഥിരമായി അപകടമുണ്ടാക്കുന്ന റോഡ് മീഡിയനുകൾ.
- തലങ്ങനേയും വിലങ്ങനേയും വാഹനം ഓടിക്കുന്നത്.
- ബസ് സ്റ്റോപ്പുകളിൽ സമാന്തരമായി ബസ്സുകൾ നിറുത്തുന്നത്.
- ബസ് സ്റ്റോപ്പുകളിൽ മറ്റു വാഹനങ്ങൾ നിറുത്തിയിടുന്നത്.
- വേഗത കുറവുള്ള വാഹനങ്ങൾ, സൈക്കിളുകൾ, ഉന്തുവണ്ടികൾ മുതലായവ അശ്രദ്ധമായി കൊണ്ടുപോകുന്നത്.
- റോഡിൽ അപകടകരമായി കൂട്ടിയിട്ടിരിക്കുന്ന നിർമ്മാണ സാമ ഗ്രികൾ.
- ഡ്രൈവറുടെ ശ്രദ്ധ തിരിക്കുന്ന തരത്തിലുള്ള റോഡിലെ പരസ്യ ങ്ങൾ.
- നിയമാനുസൃതമല്ലാത്ത ബസ്സ് ഷെൽട്ടറുകൾ, കമാനങ്ങൾ.
- കവലകളിൽ നിറുത്തുകയും പാർക്കു ചെയ്യുകയും ചെയ്യുന്നത്.
- രണ്ടിലധികം ഹെഡ്ലൈറ്റുകൾ ഉള്ള വാഹനങ്ങൾ.
- വാഹനം ഓടിക്കുമ്പോൾ റോഡ് മര്യാദ പാലിക്കാതിരിക്കൽ.
- ദീർഘദൂര ഡ്രൈവർമാർക്ക് ആവശ്യത്തിനുള്ള വിശ്രമം ലഭിക്കാത്തത്
- ഹെൽമെറ്റ്(ഇരുചക്രവാഹനം) സീറ്റ്ബെൽറ്റ് ഇവ ഉപയോഗിക്കാതെ വാഹനങ്ങളിൽ യാത്ര ചെയ്യുക

മാലിന്യ സംസ്കരണ ശീലങ്ങൾ

♦ ബാക്കിയാകുന്ന ഭക്ഷണപദാർത്ഥങ്ങൾ മുറ്റത്തെ പൂന്തോട്ടത്തിനും പച്ചക്കറികൾക്കും വളമാക്കൂ... മുറ്റമില്ലാത്തവർ അവശിഷ്ടങ്ങൾ പച്ചക്കറി നട്ട മണ്ണുനിറച്ച ചാക്കിൽ നിക്ഷേപിക്കൂ.

♦ കഴിയുന്നതും പ്ലാസ്റ്റിക് സഞ്ചികളുടെ ഉപയോഗം ഒഴിവാക്കുക. തുണി/ചണ സഞ്ചികളുമായി ചന്തയിൽ പോകുന്നതു ശീലമാക്കുക.

♦ പഴകിയ മരുന്നുകൾ, മരുന്നുകുപ്പികൾ, സിറിഞ്ചുകൾ, മറ്റു രാസപദാർത്ഥങ്ങൾ തുടങ്ങിയവ വലിച്ചെറിയാതെ ഒരുമിച്ച് കൂട്ടി പ്രത്യേകം സൂക്ഷിച്ച് സംസ്കരിക്കുവാനുള്ള ഉപാധി തേടുക. പ്ലാസ്റ്റിക് ഒരു കാരണവശാലും കത്തിക്കരുത്. കത്തിച്ചാലുണ്ടാകുന്ന വിഷവസ്തുക്കൾ ക്യാൻസറിനു കാരണമാകും.

♦ മാലിന്യം പൊതുനിരത്തിൽ വലിച്ചെറിയുന്നതും ജലാശയങ്ങളിലും പൊതുസ്ഥലങ്ങളിലും നിക്ഷേപിക്കുന്നതും പരിസ്ഥിതിക്ക് കേടുപാടുണ്ടാക്കുന്ന പ്രവർത്തികളിൽ (പ്ലാസ്റ്റിക് കത്തിക്കൽ മുതലായവ) ഏർപ്പെടുന്നതും ഒരു വർഷം വരെയാകാവുന്ന തടവോ രണ്ടായിരം രൂപ വരെയാകാവുന്ന പിഴയോ ഇവ രണ്ടും കൂടിയോ ലഭിക്കാവുന്ന കുറ്റകൃത്യമാണ്.

നിങ്ങൾക്കൊരു പ്രശ്നമുണ്ടായാൽ ആരുടെയൊക്കെ സഹായം തേടാം?

ഇന്റർനെറ്റും മൊബൈൽ ഫോണുംവഴിയുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുകൾക്ക്

SMS Compliants	9497 900 000
Kerala Police Hitech Cell email id.	hitechcell.pol@kerala.gov.in 0471-2721547
Cyber- Police Station email id.	cyberps.pol@kerala.gov.in
Cyber Police Station	0471-2449090
	2556179 , 9497936098
വനിത ഹെൽപ്പ് ലൈൻ	1091
പോലീസ് കൺട്രോൾ റൂം	100
Crime stopper	1090

Traffic Alert	1099
Highway Police Alert	9846 100 100
Rail Alert	9846 200 100
അഴിമതി/കൈക്കൂലി പരാതി സെൽ	8592 900 900

വനിതാ ഹെൽപ്പ് ലൈൻ നമ്പറുകൾ

തിരുവനന്തപുരം സിറ്റി	-	99953 99953
തിരുവനന്തപുരം റൂറൽ	-	0471-2316296
കൊല്ലം	-	1091
പത്തനംതിട്ട	-	0468-2325352
ആലപ്പുഴ	-	1091
കോട്ടയം	-	0481-2561414
ഇടുക്കി	-	97457 69386
എറണാകുളം സിറ്റി	-	99470 00100
എറണാകുളം റൂറൽ	-	0484-2624001
തൃശൂർ	-	1091
പാലക്കാട്	-	0491-2504650
മലപ്പുറം	-	1091
കോഴിക്കോട് സിറ്റി	-	1091
കോഴിക്കോട് റൂറൽ	-	1091
വയനാട്	-	9745769072
കണ്ണൂർ	-	1091/0497-2764046
കാസർഗോഡ്	-	1091/04994-257591

ആന്റി ഹ്യൂമൻ ട്രാഫികിങ്ങ് സെൽ

കുട്ടികൾക്കെതിരെയുള്ള അതിക്രമങ്ങൾ ശ്രദ്ധയിൽ പെട്ടാൽ ചൈൽഡ് ലൈനുമായോ ജില്ലാ ആന്റി ഹ്യൂമൻ ട്രാഫിക് സെല്ലുമായോ ബന്ധപ്പെടണം.

ഫോൺ നമ്പറുകൾ

ചൈൽഡ് ലൈൻ - 1098

ഓരോ ജില്ലയിലേയും AHTU നമ്പറുകൾ

തിരുവനന്തപുരം സിറ്റി	-	0471 - 2324033
തിരുവനന്തപുരം റൂറൽ	-	0471- 2305217
കൊല്ലം സിറ്റി	-	0474- 2744165
കൊല്ലം റൂറൽ	-	0474- 2450434
പത്തനംതിട്ട	-	0468- 2222927
ആലപ്പുഴ	-	9497990038
കോട്ടയം	-	0481- 2564028
ഇടുക്കി	-	0486- 2232354
എറണാകുളം സിറ്റി	-	0484-2785990
എറണാകുളം റൂറൽ	-	0484-2630238
തൃശ്ശൂർ സിറ്റി	-	0487-2327232
തൃശ്ശൂർ റൂറൽ	-	0487-2363602
പാലക്കാട്	-	0491-2536700
മലപ്പുറം	-	0483-2734833
കോഴിക്കോട് സിറ്റി	-	0495-2725171
കോഴിക്കോട് റൂറൽ	-	0496-2522605
വയനാട്	-	04936-202522
കണ്ണൂർ	-	0497-2763332
കാസർഗോഡ്	-	04994-257600

ഗാർഹിക പീഡനത്തിനിരയായാൽ സംരക്ഷണം കിട്ടുന്നതിനു വിളിക്കേ□നമ്പറുകൾ

ജില്ലാ പ്രൊട്ടക്ഷൻ ഓഫീസർ

തിരുവനന്തപുരം	-	0471 - 2342786
കൊല്ലം	-	0474- 24794029
പത്തനംതിട്ട	-	0468- 2325242
ആലപ്പുഴ	-	0477- 2238450
കോട്ടയം	-	0481- 2300548
ഇടുക്കി	-	0486- 2220126

എറണാകുളം	-	0484- 2396649
തൃശ്ശൂർ	-	0487- 2363999
പാലക്കാട്	-	0491- 2505275
മലപ്പുറം	-	0483- 2777494
കോഴിക്കോട്	-	0495- 2373575
വയനാട്	-	0493- 6207157
കണ്ണൂർ	-	0490- 2344433
കാസർഗോഡ്	-	0499- 4255366

ഒരു പ്രശ്നമുണ്ടായാൽ ബന്ധപ്പെടേണ്ട പോലീസ് അധികാരികളുടെ ഫോൺ നമ്പരുകൾ എല്ലാ വീട്ടിലും എപ്പോഴും കാണുന്ന സ്ഥലത്ത് സൂക്ഷിയ്ക്കേണ്ടതാണ്. കുട്ടികൾക്കും ഈ നമ്പർ അറിവുണ്ടായിരിക്കണം

ഓർമ്മിക്കുക.

പോലീസ് എപ്പോഴും നിങ്ങളുടെ സഹായത്തിനായി വിളിപ്പാടകലെത്തന്നെയുണ്ട്.

റോഡപകടങ്ങൾ ഉണ്ടായാൽ സഹായത്തിനായി വിളിക്കുക

9846100100

പ്രസിദ്ധീകരിക്കുന്നത്

കേരളാ പോലീസ്

FEB 2017