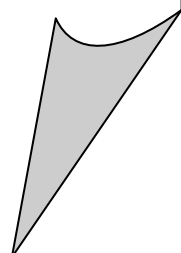


Памятки
личной безопасности
для школьника

СЛЕДУЙТЕ ПРИНЦИПАМ
БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ:

Предвидеть опасность!
По возможности избегать ее!
При необходимости – действовать!

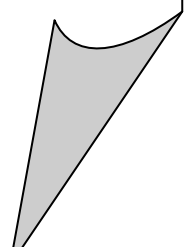


Если ты на улице

- >Если ты хочешь куда-либо пойти, **обязательно предупреди родителей**, куда, с кем ты идешь и когда вернешься, а также расскажи свой маршрут движения. Во время игр не залезай **в стоящие бесхозные машины, подвалы и другие подобные места.**
- >Постарайся, чтобы твой маршрут не пролегал **по лесу, парку, безлюдным и неосвещенным местам.**
- >**Избегайте прогулок в одиночестве** в вечернее время, и малоллюдных местах.
- >Возвращаясь домой в вечернее время, снимите все украшения, прикройте обнаженные участки тела.
- >Старайтесь избегать неприятных ситуаций, не отвечайте и не поддавайтесь на провокации.
- >Если вас остановил вооруженный преступник и вы не уверены, что сможете защитить себя, сохраняйте спокойствие, не реагируйте агрессивно.
- >Для передвижения выбирайте оживленные и хорошо освещенные улицы.
- >Избегайте кратчайших путей (через парки, пустые автостоянки, спортивные площадки и пустыри).
- >Если тебе показалось, что тебя кто-то преследует, **перейди на другую сторону дороги, зайди в магазин, на автобусную остановку, обратись к любому взрослому человеку.**
- >Если ты где-то задержался, попроси родителей **встретить тебя.**
- >Если твой маршрут проходит по автомагистрали, **иди навстречу транспорту.**
- >Если машина тормозит возле тебя, **отойди от нее подальше.**
- >Если тебя остановили и попросили показать дорогу, постарайся объяснить все на словах, **не садясь в машину.**
- >Если незнакомый человек представился другом твоих родственников или родителей, **не спеши приглашать их домой**, попроси дождаться прихода взрослых на улице.
- >Держите определенную дистанцию с людьми, проходя мимо подъездов и подворотен.
- >Будьте готовы изменить направление движения, если почувствуете опасность или заметите подозрительную личность.
- >Если тебе навстречу идет шумная компания, перейди на другую сторону дороги, **не вступай ни с кем в конфликт.**
- >Если к тебе пристали незнакомые люди, угрожает насилие, громко кричи, привлекая внимание прохожих, сопротивляйся. **Твой крик – твоя форма защиты!** Твоя безопасность на улице во многом зависит от тебя!

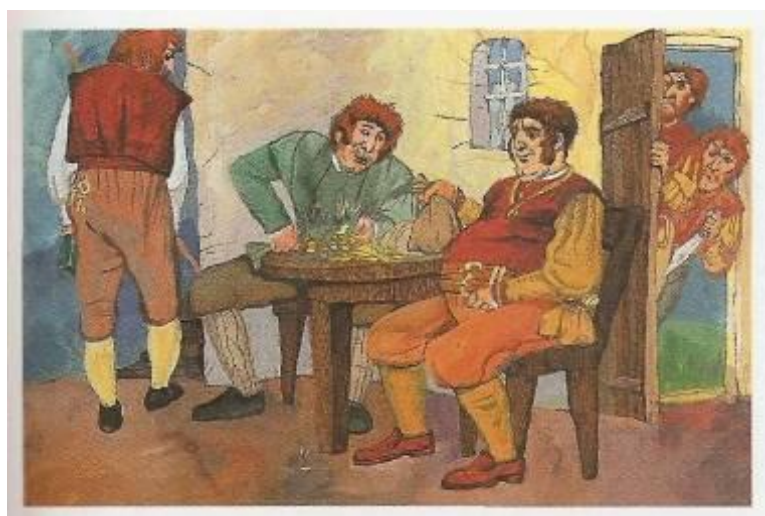
По возвращении домой не теряй бдительности!!!

- >Если при входе в подъезд ты заметил посторонних, подожди пока кто-нибудь из знакомых не войдет в подъезд вместе с тобой.
- >Неходи в лифт с незнакомым человеком.
- >Если ты обнаружил, что дверь в твою квартиру открыта, не спеши входить, зайди к соседям и позвони домой.



Если ты собираешься делать покупки

- >Перед выходом из дома **пересчитай наличные деньги.**
- >**Не говори никому** о том, какой суммой денег ты располагаешь.
- >Не входи в торговую палатку, машину, подсобное помещение, обязательно **возьми с собой сопровождающего тебя человека.**
- >Расплачиваясь, **не показывай все деньги**, имеющиеся у тебя.



*Следуя этим советам, ты сделаешь покупку,
которая принесет тебе радость!!!*

Если ты дома один

>Попроси своих друзей и знакомых, **чтобы они предупреждали тебя о своем визите по телефону.**

>Не отвечайте незнакомым людям по телефону.

>Проверьте, надежно ли закрыта дверь.

>В опасной ситуации воспользуйтесь телефоном милиции **02**, скорой помощи **03**, пожарной охраны **01**, службы газа **04**.

>Если звонят в вашу квартиру, **не спеши открывать дверь**, сначала **посмотри в глазок и спроси, кто это** (независимо от того, один ты дома или с близкими). На ответ «Я» дверь не открывай, **попроси человека назваться.**

>Если он представляется знакомым твоих родных, которых в данный момент нет дома, **не открывая двери, попроси его прийти в другой раз и позвони родителям.**

>Если человек называет незнакомую тебе фамилию, говоря, что ему дали этот адрес, **не открывая двери, объясни ему, что неправильно записал нужный ему адрес и позвони родителям.**

>Если незнакомец представился работником ДЭЗа, почты или другого учреждения сферы коммунальных услуг, **попроси его назвать фамилию и причину прихода, затем позвони родителям и выполни их указания.**

>Если пришедший представился сотрудником отдела внутренних дел (милиции), **не открывая двери, попроси прийти его в другое время, когда родители будут дома, и сообщи им.**

>Если незнакомец попросил воспользоваться телефоном для вызова милиции или «скорой помощи», **не спеши открывать дверь; уточнив, что необходимо сделать, сам вызови нужную службу.**

>Если на лестничной площадке собралась компания, распивающая спиртные напитки и мешая твоему отдыху, **не вступай с ней в конфликт, а вызови милицию.** Вынося мусорное ведро или отправляясь за газетой, **посмотри сначала в глазок**, нет ли посторонних лиц вблизи твоей квартиры; выходя, запри дверь. В дверях квартиры **не оставляй записки о том, куда и на сколько ты ушел.**

>Если нет телефона:

*постучите соседям металлическим предметом по батарее или в стену;

*выйдите на балкон и зовите на помощь.

Умей сказать «НЕТ»

- >Когда тебе предлагают совершить недостойный поступок.
- >Когда тебе предлагают попробовать что-нибудь запретное.
- >Если тебе предлагают поехать куда-либо, предупреждая, чтобы ты об этом никому не говорил.
- >Когда незнакомые или малознакомые люди приглашают тебя к себе в гости, на дискотеку, в клуб.
- >Когда тебе предлагают «хорошо» отдохнуть вдали от взрослых, родителей.
- >Если незнакомые люди предлагают подвезти тебя на машине или показать им дорогу, сидя в машине.
- >Когда тебе предлагают купить какой-либо товар по дешевой цене, сыграть в азартную игру, обещая большой выигрыш.
- >Когда предлагают погадать с целью узнать будущее.



Помни, что во многих случаях умение сказать «НЕТ» - это проявление не слабости, а собственной силы, воли и достоинства.

Если ты оказался под обломками конструкций здания

- >Постарайся не падать духом. **Успокойся.**
- >Дыши глубоко и ровно.
- >Настройся на то, что спасатели тебя найдут.
- >Голосом и стуком **привлекай внимание людей.**
- >Если ты находишься глубоко под обломками здания, **перемещай** влево-вправо любой металлический предмет (кольцо, ключи и т.п.), **чтобы тебя можно было обнаружить** с помощью эхопеленгатора.
- >**Продвигайся осторожно**, стараясь не вызвать нового обвала, ориентируйся по движению воздуха, поступающего снаружи.
- >Если у тебя **есть возможность**, с помощью подручных предметов (доски, кирпичи и т.п.) укрепи потолок от обрушения и жди помощи.
- >Если пространство около тебя относительно свободно, не зажигай открытый огонь. **Береги кислород.**
- >При сильной жажде положи в рот небольшой камешек и соси его, дыша носом.

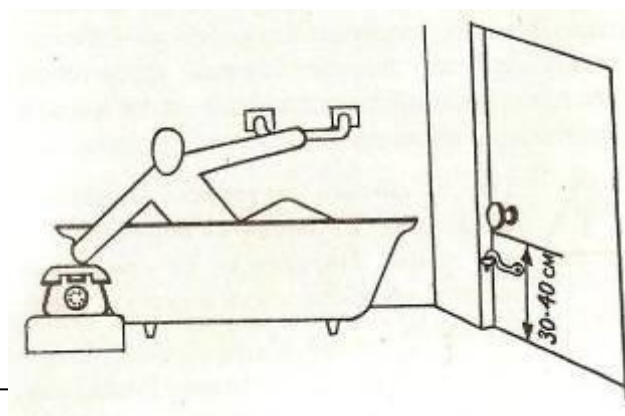
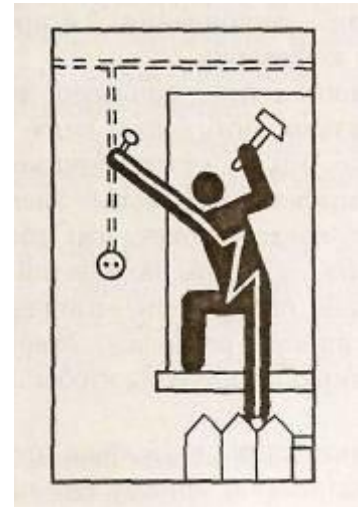


Помни! Сохраняя самообладание, ты сбережешь свои физические силы, необходимые для того, чтобы дождаться помощи поисковой или спасательной службы!

ТЕБЯ ОБЯЗАТЕЛЬНО СПАСУТ!!!

Меры электробезопасности

- > Не беритесь за провод, свисающий со столба.
- > Не прикасайтесь к оголенному, плохо изолированному проводу.
- > Не дотрагивайтесь до включенного электроприбора и не беритесь за электрическую вилку мокрыми руками.
- > Не пользуйтесь электроприборами в ванной.
- > Включая вилку в розетку, убедитесь, что она именно от того прибора, который вы собираетесь включить.
- > Не пользуйтесь неисправными (искрящими, нагревающимися) розетками.
- > Избегайте одновременно соприкасаться с включенными в сеть электроприборами и водопроводной, отопительной сетью в ванной.
- > Смертельно опасно пытаться, находясь в ванне, подогревать воду с помощью кипятильников, фенов и т.п. приборов.
- > Работать с электроинструментом (паяльниками, выжигателями, дрелями) можно только в присутствии родителей.



Землетрясения

При нахождении в здании необходимо:

>Если толчки застали вас в здании – немедленно выбежать на улицу и отойти подальше на открытое место; **категорически запрещается пользоваться лифтом.**

>Если покинуть здание невозможно, - занять положение в углу, образованном капитальными стенами, узкими коридорами, встать около опорных колонн или в дверных проемах, спрятаться под стол, кровать или лечь в ванную, закрыть лицо и голову руками.

>**При нахождении на улице** необходимо немедленно отойти как можно дальше от зданий и сооружений, высоких столбов и заборов, линий электропередач.

>**Если вы оказались в завале,** - не поддавайтесь панике, постарайтесь определиться в пространстве и подавайте сигналы о себе (стучите железом о железо – по батареям, трубам и т.п.).

>**После землетрясения следует** немедленно выйти из здания, остерегаясь падающих предметов, оборванных проводов, и отойти подальше на открытое место. Спуститься по лестнице следует крайне осторожно, оценив ее прочность. Не подходите к поврежденным зданиям, не пользуйтесь открытым огнем.



По действиям при наводнении

>Для оповещения населения об угрозе или возникновении затопления (подтопления) территории установлен единый предупредительный сигнал **«ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»**, подаваемый при помощи передвижных громкоговорительных установок.

>Слушайте речевую информацию по местному радио и телевидению.

>О полученной информации сообщите соседям.

>Оставленное вами при эвакуации жилье и имущество будет находиться под охраной сотрудников милиции.

Как готовиться к наводнению.

>Подготовьте документы, необходимые теплые вещи, деньги, медикаменты, ценности, которые необходимо взять с собой.

>Вывезите в безопасное место домашних животных, имущество, либо разместите его на верхних этажах здания.

>Определите места временного проживания у родственников, при их отсутствии - заявите в администрацию района.

>Для уменьшения ущерба от стихии застрахуйте материальные ценности, недвижимость и домашних животных.

>Уточните места сбора эвакуируемых по телефонам экстренного реагирования.

Как действовать во время наводнения.

***При угрозе подтопления (наводнения):**

>Отключите воду, электричество, газ, потушите горящие печи отопления, закройте окна, двери.

>Возьмите с собой документы, помещенные в непромокаемый пакет; деньги, теплую одежду, необходимое белье и туалетные принадлежности, медикаменты, трехдневный запас продуктов питания.

>Прибудьте на пункты сбора и распределения населения, определенные в вашем районе.

***При внезапном подъеме воды:**

>Займите безопасные близлежащие возвышенные места (крыши домов, деревья и др.)

>Примите меры, позволяющие спасателям обнаружить вас (вывесить на высоком месте белое или цветное полотнище, подавать световые сигналы).

>Самостоятельную эвакуацию вплавь или с использованием плавсредств проводить только в случаях угрозы жизни здоровью, а также при необходимости оказания неотложной помощи пострадавшим.

>До прибытия помощи оставайтесь на возвышенных местах, не поддавайтесь панике.

>Если вы оказались в воде – держитесь за плавающие предметы, попытайтесь доплыть в безопасное место.

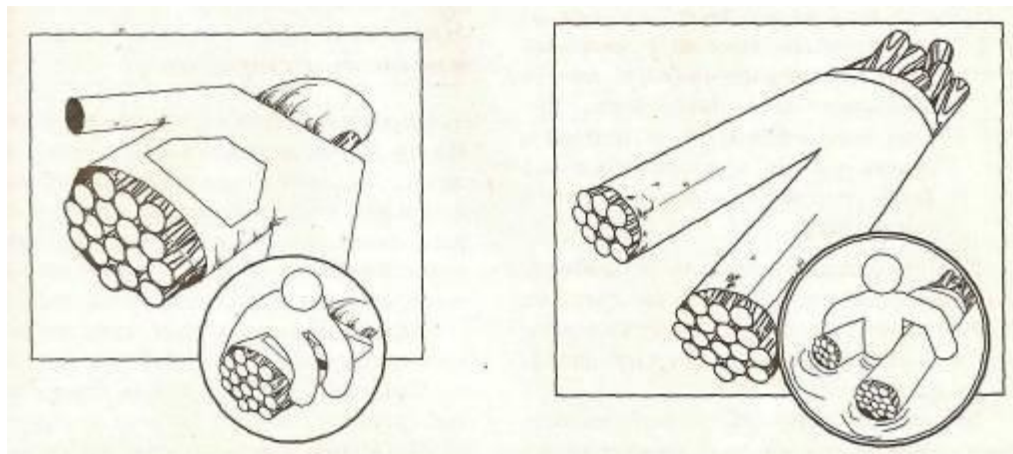
***Как действовать после наводнения:**

>Прежде чем войти в здание, осмотрите его, убедитесь, что нет явных разрушений или другой опасности.

>При осмотре не применяйте свечи, светильники, спички. Лучше воспользуйтесь электрическим фонарем на батарейках.

>К освещению от электросети не стоит прибегать, пока ее не проверят специалисты.

ВНИМАНИЕ! Гарантию полного возмещения ущерба, нанесенного паводком, Вам может дать только страхование жилья и имущества.



Поведение в общественном транспорте

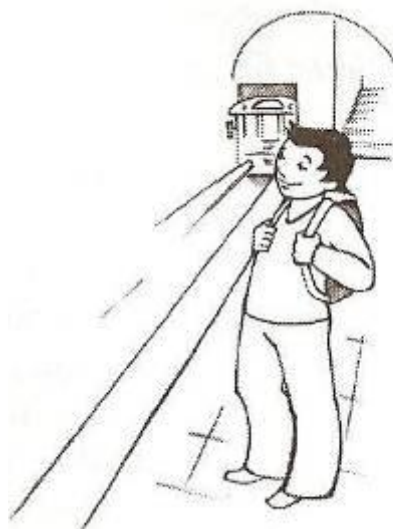
Наземный транспорт

- >В пустом или незаполненном автобусе садитесь ближе к водителю.
- >Не засыпайте и не отвлекайтесь во время движения, держитесь за поручни.
- >Садитесь и выходите из транспорта только после полной его остановки.
- >Не оставляйте свои вещи без присмотра.
- >Если нет свободного сидячего места, стойте в центральном проходе.
- >Находясь в общественном транспорте, стойте лицом в сторону движения или вполоборота.
- >Не стойте около дверей, не высовывайтесь из окон движущегося транспорта.
- >Выходите из общественного транспорта первым или подождите, пока схлынет толпа.
- >После выхода из салона подождите, пока автобус отъедет, и потом переходите улицу.
- >Стоящий автобус или троллейбус обходите сзади, трамвай – спереди.



Метро

- >На эскалаторе будьте внимательны, не задерживайтесь на входе и выходе.
- >Не бегите по эскалатору, не ставьте вещи на его ступеньки.
- >Во время движения эскалатора стойте ровно, держитесь за поручень.
- >Нельзя наклоняться и садиться на эскалатор.
- >Не стойте у края платформы, не подходите к краю платформы и к вагону поезда до его полной остановки.
- >Уронив что-либо на рельсы, сообщите дежурному по станции.



Безопасность пешехода

Ходите только по тротуару

Переходите улицу в местах, где имеются линии или указатели перехода, а где их нет – на перекрестках по линии тротуаров.

>Переходите улицу только на зеленый сигнал светофора или разрешающем жесте регулировщика.

>Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом.

>Пользуйтесь подземным переходом, пешеходными мостиками, переходите улицу в местах, обозначенных дорожной разметкой «зебра» или знаком «Пешеходный переход».

>Не скапливайтесь на автобусных остановках, вынуждая остальных пешеходов сходить с тротуара.

>Катайтесь на роликах, скейтбордах в парках, скверах, имеющих ограждения.

>Езда на велосипедах по улицам и дорогам разрешается с 14 лет.

>Соблюдайте правила пользования общественным городским транспортом.

>Переходя улицу или дорогу, сойдите с велосипеда и ведите его за руль, скейтборд несите в руках.

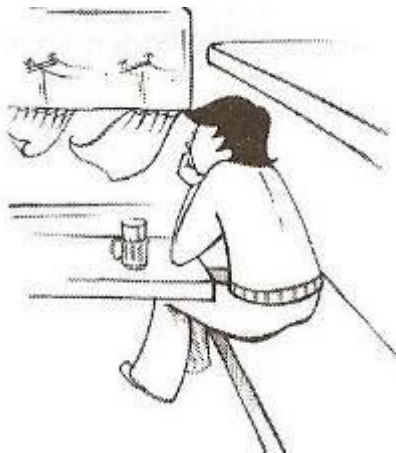
>Переходя улицу с двусторонним движением, посмотрите с обе стороны дороги. Если поблизости нет машин, переходите дорогу.

> **Соблюдайте правила дорожного движения сами и помогайте в этом своим родным и близким.**



Поведение в поезде

- >При посадке в поезд выбирайте центральные вагоны.
- >Не загромождайте на ночь двери купе (в темноте будет трудно выбраться наружу).
- >Громоздкие и тяжелые вещи ставьте вниз, так как при сильном толчке они могут свалиться с верхних полок и нанести серьезную травму.
- >Выбирайте сидячие места против движения поезда.
- >Запомните имена, приметы своих попутчиков, их конечные станции.
- >Не оставляйте двери купе приоткрытыми, так как это позволяет видеть из коридора то, что происходит внутри.
- >Запомните, где лежат ваши одежда, документы и деньги (на тот случай, если придется срочно покидать вагон в темноте).
- >На ночь убирайте со столика в купе стеклянную посуду и колющие предметы, чтобы при толчке они не поранили вас.
- >Чтобы исключить перелом шейных позвонков при резком броске тела вперед в момент столкновения поезда с препятствием, спать на боковых местах лучше ногами по ходу поезда.



При возникновении любой аварийной ситуации на транспорте или в метро четко выполняйте указания водителя, кондуктора или машиниста поезда.

Поведение в местах массового скопления людей

- >Если ты попал в толпу, выбери план поведения, оцени ситуацию.
 - >Если толпа увлекла вас, застегните все пуговицы, спрячь лишние предметы, громоздкие вещи – чемодан, рюкзак, сумку – лучше бросьте, не цепляйтесь руками ни за какие предметы.
 - >Чтобы не упасть, следуйте по направлению движения толпы, старайтесь быть в центре нее, держите руки сцепленными на уровне груди с расставленными локтями, создавая пространство перед собой, отклоните корпус назад, сдерживая напор идущих вслед за вами.
 - >Чтобы защитить себя от сдавливания, прижмите согнутые в локтях руки к грудной клетке.
 - >При падении пытайтесь подняться:
 - *быстро встаньте на четвереньки;
 - *выставьте как можно дальше вперед опорную ногу;
 - *не сгибая опорную ногу, под напором толпы, резко поднимитесь.
 - >Если подняться невозможно, постарайтесь свернуться клубком, втяните шею, кистями рук закройте затылок.
 - >Держитесь дальше от стеклянных витрин, стен зданий, деревьев.
 - >При применении слезоточивого газа закройте рот и нос платком, смоченным в любой жидкости.
 - >Если глаза оказались поражены газом, необходимо быстро и часто моргать.
 - >Избегайте в толпе центра и ее краев, заграждений по пути движения, особенно стеклянных витрин.
- Запомни!!! Главная опасность толпы – паника. При панике люди движутся хаотично, скапливаются в узких проходах, создавая заторы и пробки. Образуется давка, в которой травмируются и гибнут люди.**



Поведение на концерте

!!!Наибольшая давка бывает перед сценой, так как все стремятся вперед.

>Не вставляйте между динамиками, так как максимальный уровень звучания делает восприятие музыки невозможным и притупляет чувства.

>Не занимайте места в углах зала, близко к стене или поперечным перегородкам (между секторами), откуда затруднено бегство и где есть опасность быть раздавленным.

>В ожидании входа в театр или на стадион не приближайтесь к стеклянным дверям или ограждениям, к которым вас могут прижать.

>Если толпа побежала, постарайтесь избежать главной опасности – падения; встать будет почти невозможно.



Упав в толпе, попытайтесь быстрее подняться. Постарайтесь встать на подошвы или на носки, а затем, резко оттолкнувшись ногами от земли «выныривайте»



Если встать невозможно, свернитесь клубком; защитите голову предплечьями, а затылок ладонями.



Поведение при нападении собаки

- > Не подходите к незнакомой собаке и не оказывайте ей «знаков внимания».
 - > Если собака ведет себя агрессивно, никогда не поворачивайтесь к ней спиной и не убегайте.
 - > Уходите от агрессивной собаки пятясь, не суетясь и не отрывая взгляда от нее.
 - > Не замахивайтесь на собаку, не поднимайте с земли палку или камень.
 - > Попробуйте громким и уверенным голосом подать команды: «Фу!», «Стоять!», «Сидеть!».
 - > Если собака приготовилась к прыжку, примите устойчивую позу: выставьте вперед чуть-чуть согнутую левую (если вы правша) руку, обмотав ее курткой, пиджаком, шарфом, и плотно прижмите к груди подбородок.
 - > Если собака бросилась на вас, бейте ее (очень сильно и точно) в нос, в пах и живот.
 - > Если собаке удалось повалить вас на землю, защищайте горло.
- !!! Гуманное отношение к собаке в подобной ситуации неуместно.**



Поведение на воде

- >Обязательно научитесь плавать.
- >Не купайтесь, не ныряйте в незнакомых местах и не заплывайте за буйки.
- >Не приближайтесь к моторным лодкам и судам.
- >Не плавайте на надувных матрацах или камерах далеко от берега.
- >Не играйте на воде в опасные игры.
- >Не бросайте в воду камни, острые, режущие предметы, банки и т.п.



Не ныряй на мелководье.

Чтобы избавиться от судороги ноги, вытяните её как можно сильнее, а носок потяните на себя.



Не ныряй в незнакомых местах.

Поведение на природе

Летом

>В жару прячьтесь под навес, меньше двигайтесь, смачивайте голову холодной водой.

>В лесу при встрече с дикими животными:

*не трогайте и не дразните их;

*не поворачивайтесь спиной к животному и не убегайте;

*медленно отступайте, наблюдая за его поведением;

*залезьте на дерево;

*при агрессивном поведении используйте в качестве защиты огонь или шум: громко стучите палкой по дереву, свистите, кричите.

>Собираясь в лес, наденьте одежду, максимально закрывающую тело.

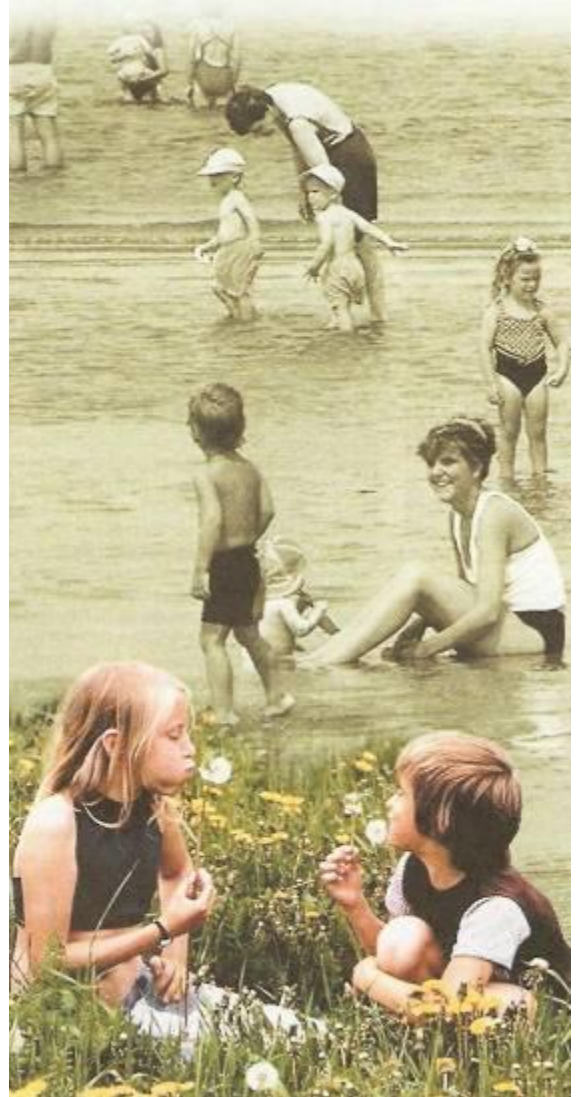
>В весеннее время избегайте лежать на траве.

>Знайте ядовитые растения, ягоды и грибы и не трогайте их.

Зимой

>Воздержитесь от прогулок на улице при температуре воздуха -25°C и ниже.

>На улицу в сильные морозы, надевайте теплую, сухую одежду, а открытые части лица смазывайте глицерином.



Поведение в быту

> Не принимайте всерьез рекламу лекарственных препаратов и пищевых добавок.

> Не употребляйте лекарства без назначения врача или разрешения родителей.

> Для мытья посуды используйте только специальные средства.

> Почувствовав запах газа, перекройте газ, откройте окна и двери, не трогайте выключатель, вызовите службу **04** (сотового ***04#**).

Чтобы избежать несчастного случая в ванной комнате, надо:

> Застилать скользкие полы ковриками.

> Не пользоваться кухонными кранами, когда кто-то принимает ванну, чтобы вода в ванной комнате и принимающий ванну человек не обжегся.

> Пользуясь ванной комнатой, не оставляйте обмылки в ванной: можно поскользнуться и получить травму.

> Не пользуйтесь в ванной комнате электроприборами: можно получить смертельный электрический удар.

> Не подогревайте воду с помощью кипятильника, находясь в ванной комнате.

Окна, балкон

> Недопустимо свешиваться с подоконников, устраивать возле окон «шутейные» игры – наваливать друг на друга, пугать товарищей, сидящих на подоконнике.

> Ни в коем случае нельзя присаживаться на балконные перила.

> Смертельно опасно пытаться перебираться с балкона на окно или нижерасположенный балкон.

> Смертельно опасно при потере ключей пытаться вскарабкаться на балкон.

Кухня

> Нельзя проверять утечку газа с помощью открытого огня спички или зажигалки.

> В загазованных комнатах нельзя пользоваться ни одним электроприбором.

> Уходя из квартиры, перекрывай газ на трубе газопровода или закрути вентиль на газовом баллоне.

> Не оставляй на плите посуду с кипящей водой.

> Не проверяй утечку газа пламенем спички!

> Надо отключить все телефоны, так как они «искрят».

> Не пытайся тушить горящий газ (пока он горит – он безопасен).

> Не приближайся к горячей газовой плите в одежде с длинными, расстегнутыми рукавами, с распущенными волосами, которые могут мгновенно вспыхнуть, соприкоснувшись с открытым пламенем.



Если разбился термометр или другой прибор, содержащий ртуть

>Прежде всего необходимо рассчитывать на собственные силы – немедленно плотно закрыть окна, двери, вывести людей, вынести мягкие вещи, одежду.

>Вещи и одежду вытрясти на воздухе, выстирать.

>В помещении остаться кому-то одному (предпочтительно мужчина), внимательно осмотреть пол, обнаруженные шарики ртути мягкой кисточкой, шпателем или смоченной в воде бумагой, с помощью совка собрать в стеклянную посуду, залить водой, плотно закрыть крышкой.

>Тщательно прочистить щели в полу.

>Временно, плотно закрытую банку с собранной ртутью можно хранить на балконе, в гараже **(ни в коем случае нельзя выбрасывать в унитаз или мусоропровод)**.

>Настоятельно не рекомендуется пользоваться пылесосом.

После того как все видимые капли ртути собраны, приступить ко второй стадии работ – химической обработке.

>Наиболее доступное средство для этого – «марганцовка». «Марганцовку» развести в воде до темно-бурого окрашивания (примерно 5-6 граммов на 10 литров воды). Добавить на литр раствора столовую ложку уксусной эссенции, или щепотку лимонной кислоты, или ложку какого-нибудь средства для удаления ржавчины, перемешать. Равномерно нанести раствор на всю поверхность пола, уделяя особое внимание щелям. Работу следует проводить в перчатках. Нанесенный раствор следует оставить на сутки, периодически по мере высыхания смачивать обработанную поверхность новой порцией раствора. Затем следует тщательно вымыть помещение (квартиру) с использованием моющего средства (стиральный порошок, белизна, раствора «хозяйственного» мыла и др.). Хорошо проветрить.

>От раствора на полу или вещах могут остаться несмываемые пятна.

>После выполнения указанных мероприятий необходимо пригласить специалистов Роспотребнадзора (тел. 45-24-24) для обследования помещения (квартиры). Обязательно выполнять все их рекомендации. **Не исключена повторная обработка.**

>Сбор ртути может занять несколько часов, поэтому каждые 10-15 минут рекомендуется делать перерывы, проводить профилактику – полоскать рот, почистить зубы, пить горячий чай, взбитые в воде яичные белки, выходить на свежий воздух, воздержаться от употребления «острого» и соленого в пище, сменить одежду. Одежду лучше использовать из синтетических тканей.

>Дальнейшие мероприятия носят профилактический характер – влажные ежедневные уборки помещения и частые проветривания.

