

Памятки

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 неосвященным местам.

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 у метро.

Если машина тормозит возле тебя отойди от неё подальше.

Если тебя остановили и попросили показать дорогу, постарайся объяснить всё на словах, не садясь в машину.

Если незнакомый человек представился другом твоих родственников или родителей, не спеши приглашать его домой, попроси дождаться прихода взрослых на улице.

Если тебе на встречу 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, привлекай 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 вместе с тобой в подъезд.

Не входи 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 один 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 пожар

Не звони из помещения, где уже занялся пожар, выберись в безопасное место и позвони в службу «01».

Не стой в горящем помещении – прижмись к полу, где воздух чище, и пробирайся к выходу.

Не трать времени на поиски документов и денег, не рискуй, уходи из опасного помещения.

Никогда не возвращайся в горящее помещение, какие бы причины тебя не побуждали к этому.

Уходя из горящих комнат, закрывай за собой дверь, это уменьшит риск распространения пожара.

• Никогда не открывай дверь, если она горячая на ощупь.

Если нет путей эвакуации, по возможности заткни дверные щели подручными средствами (любыми тряпками, скотчем и т.п.).

Находишься около окна, чтобы тебя можно было увидеть с улицы.

Старайся не открывать другие двери в помещении, чтобы не создать дополнительную тягу.

Будь терпелив, не паникуй.

При пожаре в здании не пользуйся лифтом, он может отключиться в любую минуту.

При ожогах ни в коем случае не смазывай кожу, чем бы то ни было, не прикасайся к ожогам руками.

При возникновении пожара твой главный враг время. Каждая секунда может стоить тебе жизни!!!

Если ты обнаружил подозрительный (взрывоопасный) предмет.

Признаками взрывоопасных предметов могут быть:

бесхозная сумка, портфель, коробка, сверток, деталь, какой-либо предмет, обнаруженный в школе, в подъезде, у дверей квартиры, под лестницей, в машине и общественном транспорте

натянутая проволока или шнур;

провода или изолирующая лента, свисающие из-под машины.

Запомните, что в качестве прикрытия, маскировки для взрывных устройств используют обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п.

Во всех перечисленных случаях необходимо:

не трогать, не вскрывать, не перекладывать находку;

отойти на безопасное расстояние;

сообщить о находке учителю, родителям, сотруднику полиции, водителю, машинисту поезда.

Заходя в подъезд дома, всегда обращай внимание на бесхозные предметы. Не трогай их!!! Сообщи о них в полицию!!!

Если ты оказался под обломками конструкций здания

Постарайся не поддаться панике. 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 вызывать 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 сэкономишь свои физические силы, необходимые для того, чтобы дождаться помощи поисковой или спасательной службы!

ТЕБЯ ОБЯЗАТЕЛЬНО СПАСУТ!!!

Если тебя захватили в качестве заложника

Возьми себя в руки, успокойся и не паникуй.

Если тебя связали или закрыли глаза, попытайся расслабиться, дышать глубже. Не пытайся бежать, если нет полной уверенности в успешности побега.

Запомни как можно больше информации о террористах, их количестве, степени вооруженности, особенностях внешности, темах разговоров.

Подобная информация поможет впоследствии в установлении личностей террористов. По возможности расположись подальше от окон, дверей и самих похитителей, т.е. в местах большей безопасности.

По различным признакам постарайся определить место своего нахождения.

В случае штурма здания рекомендуется лечь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке. Будь уверен, что полиция и спецслужбы предпринимают необходимые меры для твоего освобождения.

С самого начала (особенно первые полчаса) выполняй все распоряжения похитителей. Займи позицию пассивного сотрудничества.

Говори спокойным голосом. Избегай вызывающего враждебного поведения, которое может вызывать гнев захватчиков.

Не оказывай агрессивного сопротивления, не провоцируй террористов на необдуманные действия.

При наличии у тебя проблем со здоровьем, заяви об этом в спокойной форме захватившим тебя людям.

Не высказывай категорических отказов, но не бойся обращаться со спокойными просьбами о том, в чем остро нуждаешься.

Веди себя спокойно, сохраняя при этом чувство собственного достоинства.

При длительном нахождении в положении заложника не допускай возникновения чувства жалости, смятения и замешательства.

Мысленно готовь себя к будущим испытаниям.

Помни, что шансы на освобождение растут со временем.

Сохраняй умственную активность.

Постоянно находи себе какое-либо занятие (физическое упражнение, жизненные воспоминания и т.д.).

Для поддержания сил ешь все, что дают, даже если пища не нравится и не вызывает аппетита. Думай и вспоминай о приятных вещах.

Будь уверен, что сейчас делается все возможное для твоего скорейшего освобождения. На вопросы похитителей отвечай кратко.

Будь осторожен, когда затрагиваешь личные вопросы.

Внимательно контролируй свое поведение и ответы.

Не допускай заявлений, которые могут повредить тебе или другим людям.

Оставайся тактичным при любых обстоятельствах.

Контролируй свое настроение. Не принимай сторону похитителей.

Не выражай активно им свои симпатии и приверженность их идеалам.

В случае принуждения вырази поддержку требованиям террористов (письменно, в звуко- или видеозаписи), укажи, что они исходят от похитителей. Избегай призывов и заявлений от своего имени.