

# Правила поведения в экстремальных ситуациях



# Как вести себя при паводке

- Ознакомьтесь с сигналами оповещения, мерами и правилами эвакуации, подготовьтесь к ней заранее.
- В случае риска наводнения отключите электричество, все нагревательные приборы и газ, печи.
- Перенесите мебель, электрооборудование и личные вещи на верхние этажи или более возвышенные места (чердаки и т.д.)
- Положите токсичные вещества, такие как пестициды и инсектициды, в надежное место (не подверженное воздействию воды), чтобы не вызвать загрязнения.
- Во дворе дома закрепите вещи и предметы, уберите все, что может быть унесено водой.
- Эвакуируйте домашний скот в безопасное место.
- В недоступном для воды месте сделайте запас теплых вещей, еды, питьевой воды, лекарств.



# Как вести себя при пожаре

- Ежегодно в России во время пожаров гибнет в среднем 20000 человек. Печальная статистика, если учесть, что эти смерти происходят в большинстве своём от невнимательности, паники и незнания элементарных правил поведения при возгорании. Огонь – явление нужное и полезное, но необходимо уметь держать его в узде.

Прежде чем рассмотреть поведение при пожаре, крайне важно запомнить несколько пунктов, касающихся особенностей возгораний.



- **1.** *Никогда не паникуйте, вам это не поможет, а только приведёт к трагическим последствиям. Всегда есть «лишние» десять секунд, чтобы остановиться и подумать.*

0  
1



- **2.** *Первым делом звоните в службу спасения – за вас это просто может никто не сделать. Проследите, чтобы кто-нибудь встретил пожарный расчёт и помог ему быстрее добраться до места.*



- **3.** Для того, чтобы расти и усиливаться, огню нужен кислород, желательно в форме ветра – не оставляйте сквозняков, закрывайте двери и окна. Не повторяйте бездумные ошибки многих людей: не следует тушить небольшое возгорание путём задувания – пламя может вырасти в несколько раз.



- **4.** Большинство людей погибает не в огне, а задохнувшись угарным дымом. При пожаре сразу же приготовьте намоченную тряпку (множество людей спасли себе жизнь тем, что воспользовались собственной мочой), через которую, возможно, придётся дышать. В задымлённом помещении передвигайтесь как можно ниже к полу – дым всегда стремится наверх.

**ПОМНИТЕ!** нельзя тушить водой горящие электрические устройства, подключенные в электрическую сеть



- **5.** Даже не думайте тушить включенные электроприборы водой – нужно накинуть на воспламенившуюся технику покрывало или тяжелую штору или воспользоваться специальным огнетушителем. Если горит телевизор, воду можно залить с задней стенки, где находятся отверстия, но держитесь сбоку – кинескоп может взорваться.





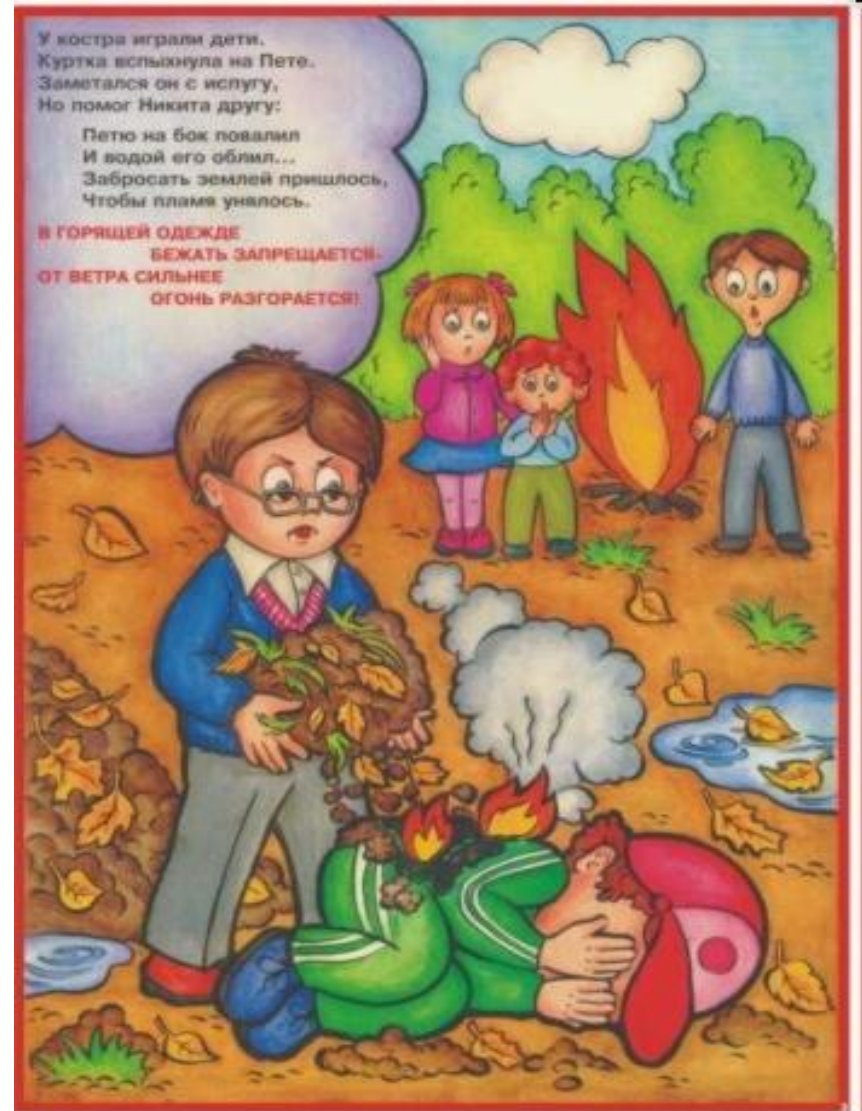
- **6.** Не прыгайте с верхних этажей, не надо спускаться по верёвкам, простыням, водосточным трубам. Лучше подождать 15 минут помощи, чем сигануть с восьмого этажа, лелея мысль о выживании. Разумеется, когда вам своевременно предложат пожарный тент – не думайте о боязни высоты.



- **7.** Если у вас есть возможность помочь другим людям – реализуйте её любыми способами, лучше спасти несколько чужих жизней, чем собственное имущество.

# Когда горит человек.

- Ни в коем случае не давайте ему бежать – пламя только усилится. Нужно сразу же свалить пострадавшего на землю, не исключая силовых методов (лучше всего в сугроб или лужу), попробовать оперативно скинуть горящую одежду, а лучше накинуть любую плотную ткань, обязательно оставив голову открытой (дабы человек не задохнулся). Нельзя снимать самому одежду с обожженных частей тела, тем более синтетику – передайте пострадавшего в руки врачей.

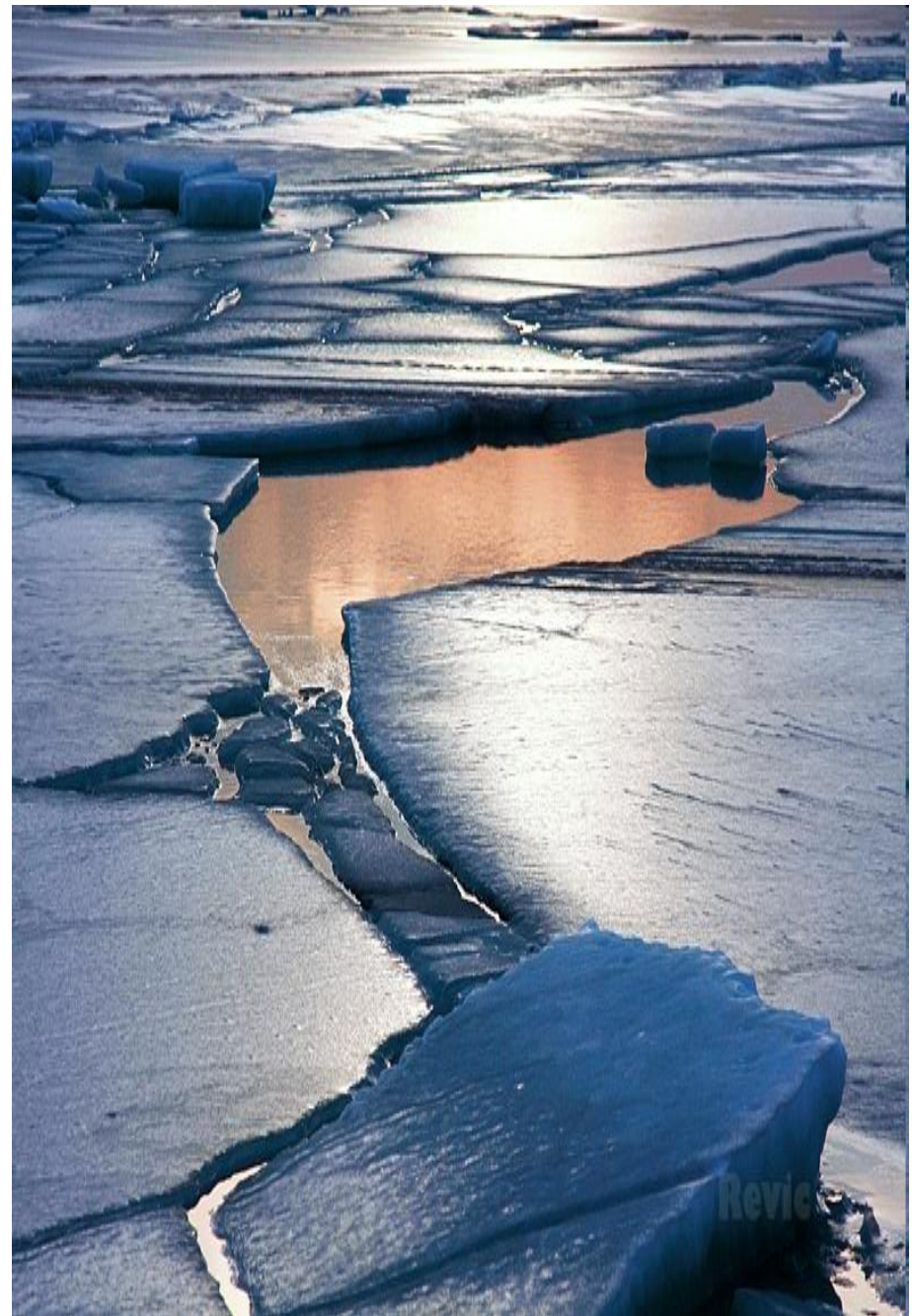


# Как вести себя на льду



- При переходе водоема по льду следует пользоваться оборудованными ледовыми переправами или проложенными тропами, а при их отсутствии — убедиться в прочности льда с помощью любого длинного и прочного предмета, лучше всего подойдет используемая рыбаками пешня (маленький лом для создания прорубей). Проверять прочность льда ударами ноги опасно.

- **Безопасным для перехода является лед с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 см.**
- При переходе по льду группами необходимо следовать друг за другом на расстоянии 5-6 м и быть готовым оказать немедленную помощь впереди идущему.
- Перевозка грузов производится на санях или других приспособлениях с возможно большей площадью опоры на поверхность льда.
- Пользоваться на водоемах площадками **для катания на коньках** разрешается после тщательной проверки прочности льда, **толщина которого должна быть не менее 12 см, а при**



- **При переходе водоема по льду на лыжах рекомендуется пользоваться проложенной лыжной, а при ее отсутствии, прежде чем двигаться по целине, следует отстегнуть крепления лыж и снять петли лыжных палок с кистей рук. Рюкзак или ранец необходимо взять на одно плечо. Расстояние между лыжниками должно быть 5-6 метров. Во время движения лыжник, идущий первым, ударами палок проверяет прочность льда и следит за его состоянием.**
- **Во время рыбной ловли нельзя пробивать много лунок на ограниченной площади и собираться большими группами. Каждому рыболову рекомендуется иметь спасательное средство в виде шнура длиной 12-15 м, на одном конце которого должен быть закреплен груз**

# Как вести себя при теракте

- Любой человек по стечению обстоятельств может оказаться заложником преступников. При этом захватчики могут добиваться достижения политических целей, получения выкупа и т.п. Во всех случаях ваша жизнь становится предметом торга для террористов. Специалисты рекомендуют в такой ситуации придерживаться определенных правил поведения. Итак...



- К террористическому акту невозможно заранее подготовиться, поэтому надо быть готовым к нему всегда.



- Террористы обычно выбирают для своих атак известные и заметные цели, например, крупные города, международные аэропорты, места проведения крупных международных мероприятий, международные курорты и т. д. Обязательным условием совершения атаки является возможность избежать пристального внимания правоохранительных структур, например, досмотра до и после совершения теракта. Будьте внимательны, находясь в подобных местах. Террористы действуют внезапно и, как правило, без предварительных предупреждений.



- *Всегда, всегда, всегда уточняйте, где находятся резервные выходы из помещения. Заранее продумайте, как вы будете покидать здание, если в нем произойдет ЧП. Никогда не пытайтесь выбраться из горящего здания на лифте. Во-первых, механизм лифта может быть поврежден. Во-вторых, обычно испуганные люди бегут именно к лифтам. Лифты не рассчитаны на перевозку столь большого количества пассажиров, поэтому драгоценные минуты, необходимые для спасения, могут быть потеряны.*



Если вы оказались заложником: По возможности скорее возьмите себя в руки, успокойтесь и не паникуйте.

Подготовьтесь физически, морально и эмоционально к возможному трудному испытанию.

Говорите спокойным голосом. Избегайте вызывающего, враждебного тона.

Не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам (не бегите, не бросайтесь на террориста, не боритесь, не выхватывайте у него оружие; не пытайтесь помириться с террористом, уговорить его, не умоляйте, не взывайте слезами к его доброте).

Переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе.

Для поддержания сил ешьте все, что вам дают, даже если пища вам не нравится.

При необходимости выполняйте требования преступников (особенно первые полчаса), не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной, старайтесь не допускать истерик и паники.

На совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет), спрашивайте разрешения.

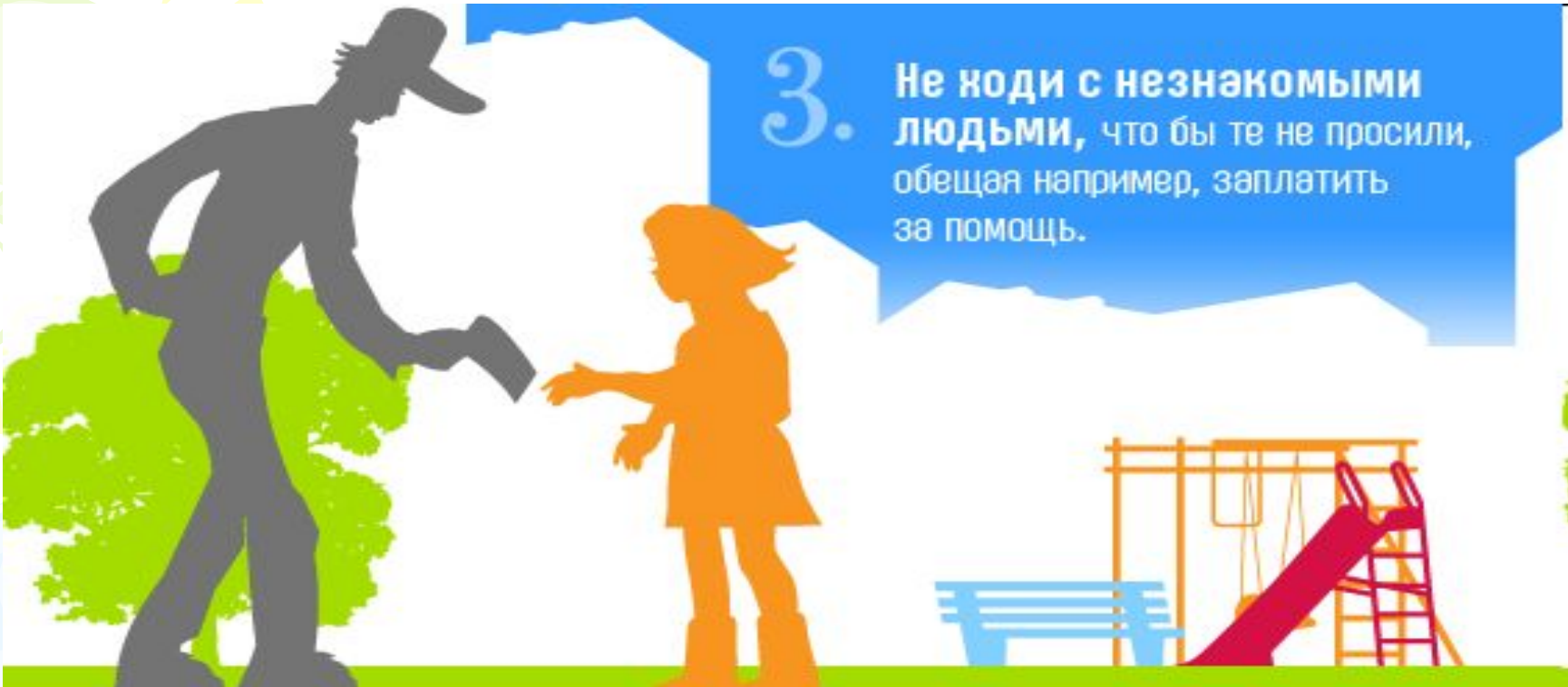
Если вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим вы уменьшите потерю крови. Постарайтесь перевязать рану платком, разорванной майкой или рубашкой.

Помните: ваша цель - остаться в живых. Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, тематику разговоров и т.д.

# Как вести себя с незнакомым человеком

- Нас окружает огромное множество незнакомых людей. С некоторыми из них мы знакомимся — кто-то вчера был посторонним человеком, а сегодня стал для нас лучшим другом. Лучше всего находить себе друзей в школе. Там дети, которые раньше, может быть, никогда не встречались, собираются вместе, узнают друг друга и становятся хорошими друзьями.
- Со взрослыми людьми детей обычно знакомят родители, и это, пожалуй, самый правильный способ заводить себе друзей среди старших. Существует ряд важных правил, которым должны следовать дети при встрече с незнакомыми взрослыми людьми.



An illustration showing a man in a dark silhouette wearing a cap, leaning forward and talking to a girl in an orange silhouette. They are in a park-like setting with green trees, a blue bench, and a red slide in the background. A blue speech bubble contains text.

3. Не ходи с незнакомыми людьми, что бы те не просили, обещая например, заплатить за помощь.

- 1. Разговаривать на улице с посторонним человеком можно только в том случае, если тебя сопровождают родители, старший брат или сестра, учительница или еще кто-нибудь из взрослых, кого ты хорошо знаешь. Если ты идешь один (или одна), вступать в разговор с чужими людьми нельзя. Вполне вероятно, что заговоривший с тобой незнакомец — чудесный, добрый человек, но ведь он может оказаться и не очень хорошим — с первого взгляда не поймешь.



- *2. Не соглашайся никуда идти с незнакомым человеком, не садись к нему в машину, даже если он (или она) говорит, что отвезет тебя к маме и папе. Не верь ни в коем случае! Мама и папа никогда не отправят за тобой незнакомого человека, не предупредив тебя об ЭТОМ.*

4.

НЕЛЬЗЯ ПРИНИМАТЬ пакеты, сумки, коробки и **ДАЖЕ ПОДАРОК!** от посторонних людей.



- 3. Не бери у чужого человека конфеты, деньги и другие подарки. Может быть, он предлагает их от чистого сердца, а может быть, и нет. На всякий случай откажись.



- *. Никогда не верь незнакомцу, если он обещает что-то купить тебе. С какой стати? Ведь это совершенно чужой человек, он даже не знает, как тебя зовут. Ответь, что тебе ничего не нужно.*





- 5. Если посторонний человек возьмет тебя за руку и попытается силой увести за собой, нужно вырваться и убежать домой или броситься за помощью к кому-нибудь из прохожих. При необходимости кричи изо всех сил.

Хотя большинство чужих людей не желают тебе ничего плохого, на первый взгляд трудно определить, что у незнакомца на уме. В конце концов, если ты видишь человека впервые в жизни, откуда тебе знать, хороший он или плохой? Лучше не рисковать. Со временем у тебя появится все больше и больше друзей среди взрослых — ты познакомишься с ними у себя дома, в гостях и в школе.



**Спасибо за**  
**внимание**

**Надеюсь что вы эти правила**  
**запомните и будите применять**  
**их**

**В экстренных ситуациях!!!**