

Моя безпека
під час
війни!



Підготував вчитель:
Тетяна Лавріненко

ВОЄННИЙ СТАН В УКРАЇНІ

ЯКІ ОБМЕЖЕННЯ ЗАСТОСОВУЮТЬСЯ



встановлення/посилення
охорони об'єктів
державного значення,
критичної інфраструктури



трудоий обов'язок
для працездатних осіб



використання потужностей
та трудових ресурсів
підприємств, установ та
організацій усіх форм власності



примусове відчуження
майна



комендантська
година



особливий режим
в'їзду та виїзду



обмеження свободи
пересування
громадян та ТЗ



перевірка документів
у громадян, огляд ТЗ,
багажу та вантажів,
службових приміщень
та житла громадян



заборона проведення
зборів, мітингів, інших
масових заходів



можлива заборона діяльності
політичних партій, ГО, якщо
вона спрямована на ліквідацію
незалежності України, зміну
конституційного ладу
насилюючим шляхом



заборона/обмеження
вибору місця
перебування або місця
проживання осіб на
території, де діє воєнний
стан



використання ЗМІ,
друкарень тощо для
військових потреб



заборона на торгівлю зброєю,
сильнодійними хімічними та
отруйними речовинами



заборона на торгівлю
алкогольними напоями
та речовинами, що
виробляються
на спиртовій основі



заборона громадянам,
які перебувають на
військовому або спеціальному
обліку змінювати місце
проживання без дозволу



встановлення
військово-квартирної
повинності



нормоване забезпечення
населення основними
продовольчими та
непродовольчими товарами



Міністерство
внутрішніх справ
України



ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ ПІДЛІТКІВ



ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ВІЙНИ

- **Не віддавай свої документи незнайомим людям** за жодних обставин.
- **Довіряй тільки близьким знайомим** (батьки, родичі, друзі, сусіди, вчителі тощо).
- **Завжди шукай компанію, не переміщуйся наодинці**, а найкраще – завжди знаходься у супроводі знайомих дорослих.
- **Не погоджуйся на пропозиції незнайомих людей.**
- **Не ігноруй звуки сирен**, сигналів про повітряну чи іншу тривогу.
- **Не погоджуйся на розлучення з близькими**, не довіряй тим, хто говорить, що є безпечне місце для дитини, але дорослим там знаходитися не можна.

**НАМАГАЙСЯ ЗБЕРІГАТИ СПОКІЙ.
ТАК ТИ ЗМОЖЕШ ЯСНО МИСЛИТИ,
А ТАКОЖ ПІДТРИМАТИ СВОЇХ БЛИЗЬКИХ!**

ЗВЕРНИ УВАГУ!

У разі порушення твоїх прав **звертайся за допомогою лише до офіційних органів (за телефоном 102 або 116 111), людей, які мають знаки розрізнення (форма, бейджі, спецжилети) посадових осіб державних органів влади: поліцейських, рятувальників, медиків, працівників соціальної сфери, представників спеціалізованих громадських організацій.**



ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ НА ЧАС НЕБЕЗПЕКИ ТА СИГНАЛІВ ТРИВОГИ

1. **Не наражай себе на небезпеку свідомо: не виходь на вулицю в період дії комендантської години** чи під час повітряної тривоги. Намагайся зберігати спокій **у разі оголошення тривоги чи початку бойових дій**, швидко реагуй на вказівки дорослих та прямуй до визначеного місця укриття.
2. **Ховайся в пристосовані для укриття місця:** у разі авіаударів чи іншої атаки з боку ворога, дитина ризикує опинитися під завалами, якщо вона ховається в непризначеному для укриття місці. У таких підвалах ризику загинути значно вищі. Обговори з дорослими місце безпечного схову та шляхи прямування до них.
3. **Дослухайся до настанов,** порад та застережень батьків, дорослих, з якими перебуваєш в одному приміщенні, укритті.
4. **Дотримуйся правила двох стін!** У разі «прильоту» перша стіна бере на себе удар, а друга стіна може захистити від осколків та сторонніх уражаючих предметів.



ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ

НА ЧАС НЕБЕЗПЕКИ

ТА СИГНАЛІВ ТРИВОГИ

ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ ПІДЛІТКІВ



Міністерство
внутрішніх справ
України



5. Тримайся подалі від вікон! Коли на вулиці відбуваються вуличні бої або ж існує ризик обстрілу, знаходження біля вікон в рази збільшує ризики отримання ушкоджень. Можна отримати осколкове поранення або бути травмованою/им, якщо скло виб'є ударною хвилею.

6. Постійно стеж за рівнем заряду мобільного телефону та інших гаджетів. Телефон, планшет, ноутбук, павербанк, ліхтарик тощо мають бути завжди зарядженими.



ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ

НА ЧАС НЕБЕЗПЕКИ

ТА СИГНАЛІВ ТРИВОГИ

ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ ПІДЛІТКІВ

7. Якщо ти бачиш озброєних людей, військову техніку, масові заворушення ПОКИНЬ це місце та негайно повідом дорослих.

8. Якщо ти, перебуваючи на вулиці, виявив/ла іграшки, мобільний телефон та інші речі чи предмети, які тобі не належать, пам'ятай:

КАТЕГОРИЧНО ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ

їх піднімати чи переносити, тому що це можуть бути замасковані вибухонебезпечні пристрої.

ОБОВ'ЯЗКОВО повідом дорослих про свою знахідку!



Міністерство
внутрішніх справ
України



НАМАГАЙСЯ ТРИМАТИ ЕМОЦІЇ ПІД КОНТРОЛЕМ ТА ЗБЕРІГАТИ СПОКІЙ

1. **Дбай про медіаграмотність в умовах війни.** Будь уважним (-ою) до того, яку інформацію ти отримуєш. Пам'ятай, що триває інформаційна війна, зброєю якої, серед іншого є фейки, отож, довіряй лише офіційним джерелам інформації.
2. **Не передавай далі інформацію, якій немає офіційних підтверджень,** а також, у разі отримання якоїсь інформації від знайомих, проси посилання на її джерело.
3. **Дотримуйся режиму дня, за яким ти жив/жила до війни, якщо це хоча б частково можливо.** Це надасть почуття хоч якоїсь стабільності та допоможе тримати себе в нормі.
4. **Обговорюй те, що відбувається, з батьками та/або іншими значимими для тебе людьми.** Такі обговорення є дуже корисними для емоційної стабілізації та зміцнення єдності з родиною. Запитуй у близьких, як вони почувалися та що думають, розповідай їм про свої думки та почуття.



НАМАГАЙСЯ ТРИМАТИ ЕМОЦІЇ ПІД КОНТРОЛЕМ ТА ЗБЕРІГАТИ СПОКІЙ

5. **Підтримуй спілкування з друзями.** Спілкування є базовою потребою кожної людини. Щоб не почати ізолюватися, ми потребуємо постійного спілкування та емоційної залученості. З друзями обирайте різні теми для обговорень, не фокусуючись лише на психотравмувальних подіях.
6. **Долучайся до допомоги іншим, але переконайся, що це безпечно.** Краще волонтерувати разом з батьками або іншими значимими дорослими. Волонтерування дає наснагу та внутрішні сили, не дарма філософ Платон колись сказав: «Піклуючись про щастя інших, знаходимо своє власне».
7. **Не забувай про почуття гумору!** Намагайся посміхатися та продовжуй жартувати, адже це сприяє поліпшенню настрою та розвитку надії на краще. Гумор дозволяє знайти вихід з різних ситуацій та не зациклюватися на негативі.
8. **Звернись за консультацією до психолога, якщо довгий час відчуваєш психологічно погано** (наприклад, тобі сумно, постійно хочеться плакати, не хочеться ні з ким спілкуватися тощо). Фахівець підкаже, як справлятися зі своїми емоціями, як навчитися релаксації, як контролювати негативні думки та спогади тощо.



Як підготувати власну оселю

Перевірте, чи є у вас:

- ☐ запас продуктів тривалого зберігання;
- ☐ питна та технічна вода;
- ☐ аптечка;
- ☐ готівкові гроші;
- ☐ ліхтарики, запасні батарейки до них, свічки;
- ☐ газовий пальник із запасними балонами для приготування їжі;
- ☐ вогнегасник;
- ☐ теплі ковдри, спальні мішки, термобілизна (у випадку холодної пори року);
- ☐ тривожна валіза на випадок евакуації або переходу в укриття.

Якщо ви живете в приватному будинку, обладняйте найпростіше укриття у власному підвалі.

Запропонуйте сусідам старшого віку чи людям, які не можуть самостійно пересуватися, допомогу в підготовці оселі, тривожної валізи, за потреби проведіть в укриття.

Як підготувати запас води

Розрахуйте запас для використання вдома відповідно до кількості членів вашої родини. Одній дорослій людині потрібно на добу:

- 3 літри питної води (включно з рідиною, яку споживаємо з їжею);
- 10-12 літрів для гігієни та для приготування їжі.

Упевніться, що у вас є запас води для себе та родини щонайменше на 72 години.

Якщо ви не впевнені в якості питної води, радимо мати вдома засоби для додаткового очищення – фільтр-гелік для механічного очищення води чи таблетки для швидкого знезараження води.



Яким джерелам інформації можна довіряти

Насамперед, орієнтуйтеся на повідомлення державних установ. Слідкуйте за інформацією від ДСНС, армії та уряду на сторінках їх сайтів чи соцмереж, а також у повідомленнях Суспільного мовлення.

Нижче ви знайдете перелік перевірених джерел. Зверніть увагу, що в соцмережах верифіковані (офіційно підтверджені) акаунти біля назви мають спеціальну позначку – синю галочку. Таким чином соцмережа підтверджує, що цю сторінку справді веде ця особа чи установа. В Україні ще не всі офіційні установи її отримали, тож беріть до уваги акаунти зі списку.



Суспільне мовлення:

- Телеканал UA:Перший – suspilne.media
- UA: Радіо Промінь – promin.fm
- UA: Українське радіо – ukr.radio

Сайти державних служб:

Державна служба України
з надзвичайних ситуацій dsns.gov.ua

Збройні Сили України zsu.gov.ua

Міністерство оборони України mil.gov.ua

Міністерство внутрішніх справ України mvs.gov.ua

ЯК ДОБИРАТИ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ ПІД ЧАС ВІЙНИ

LMF



ДІЇ У РАЗІ ЗАГРОЗИ ТА НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ

1. Увімкніть теле- і радіоканали місцевого рівня, слухайте сигнали сирен та гучномовців.
2. Уважно прослухайте повідомлення про надзвичайну ситуацію та порядок ваших дій.
3. Чітко виконуйте розпорядження рятувальних служб.
4. При евакуації вимкніть в оселі електроенергію, перекрийте газ та воду.
5. Залишаючи оселю, візьміть тривожну валізу, прямуйте до сховища або збірної пункту евакуації.
6. Необхідно заздалегідь з'ясувати розташування найближчого укриття
(див. QR-код нижче).

Відскануй для перегляду



Карта укриття населення
gis.zakarpattmbk.gov.ua

Інформаційно-координаційний центр

+380312-42-80-29
+380312-42-80-30

Гуманітарний штаб для розміщення евакуйованих

+38096 284-33-68

ТРИВОЖНА ВАЛІЗА



- Паспорт, військовий квиток, документ про освіту, трудову книжку або пенсійне посвідчення, свідоцтво про народження, документи на власність, гроші.
- Радіоприймач, повербанк, ліхтарик, компас, годинник, мультитул, ніж, свисток, пакети для сміття на 120 л (як тент), блокнот, олівець, нитки, голки, сірники, запальнички.
- Одяг (нижня білизна, шкарпетки бавовняні, штани, кофта, плащ, шапка, рукавички, шарф, надійне взуття).
- Гігієнічні засоби.
- Аптечка, медичний спирт (горілка), сухий спирт, медичні препарати, які вживаються щодня.
- Посуд (казанок, фляга, кружка металева).
- Продукти харчування (які довго зберігаються і не потребують додаткового приготування) на 3 доби, воду, яку періодично потрібно оновлювати.
- Загальна вага – не більше 50 кг на кожного члена сім'ї.
- Дітям дошкільного віку вкладається у кишеню або пришивається до одягу записка, де вказано прізвище, ім'я та по-батькові, вік, домашня адреса та номер контактного телефону батьків.

АПТЕЧКА



- Знеболювальне.
- Протизастудне.
- Жарознижувальне.
- Антибіотики.
- Медичний спирт.
- Ножиці.
- Ліки від харчового отруєння.
- Перев'язувальні засоби (пластири, медичний бинт, ватні диски та палички).
- Засоби для зупинки кровотечі (джгут, турнікет).
- Антисептичні засоби.
- Дві пари гумових рукавичок та засоби індивідуального захисту.
- Ліки за індивідуальною потребою.



Що робити, якщо ти помітив підозрілий предмет або вибухівку?

Не торкайся його! Не намагайся розбирати його, не рухай і не переміщуй його, не кидай його, ніколи не намагайся самостійно визначити, що це!!!

- Не пали і не користуйся мобільним телефоном поряд із підозрілим предметом.
- Відійди від підозрілого предмета та сховайся за міцною спорудою, краще за будівлею.
- Повідом поліцію про знахідку якомога швидше.

ЯК ДІЯТИ ПРИ Виявленні ПІДОЗРІЛОГО ПРЕДМЕТА?



Якщо ви побачили підозрілий предмет:

-  попередьте перехожих про можливу небезпеку
-  обгородіть небезпечне місце підручними матеріалами (гілками, мотузками, камінням)
-  відійдіть якомога далі й зателефонуйте до служби порятунку за номером 101

Категорично забороняється:

-  торкатися підозрілого пристрою руками і пересувати його
-  користуватися біля вибухівки засобами радіозв'язку, мобільними телефонами
-  заливати пристрій рідиною, засипати ґрунтом або чимось його накривати

ЗАПОБІГТИ. ВРЯТУВАТИ. ДОПОМОГТИ

ЗУПИНИСЬ!
НЕ ПІДХОДЬ, НЕ ТОРКАЙСЯ
СТОРОННІХ ПРЕДМЕТІВ!



- Зустрінь поліцейських, що приїдуть на виклик, оскільки ти – єдина людина, що зможе точно описати підозрілий предмет та показати точне місцезнаходження.
- Не дозволяй іншим людям наближатися до підозрілого предмета, поки чекаєш на поліцію. Попередь людей, що знаходяться поруч, про необхідність переміститися у безпечне місце.
- Якщо ти помітив підозрілий предмет у громадському транспорті, обов'язково попередь про це водія.



ГУ ДСНС УКРАЇНИ
У СУМСЬКІЙ ОБЛАСТІ

Що робити, якщо ви виявили

ПІДОЗРІЛИЙ ПРЕДМЕТ?

1 НЕ торкайтеся,
пересувайте,
підходьте
до предмету
допускайте
до нього людей

2 Не користуйтеся поблизу
підозрілого предмета мобільним
телефоном, або іншими засобами
радіозв'язку, які можуть
викликати його спрацювання.

3 Позначте місце
знахідки та відійдіть
на безпечну відстань
від підозрілого
предмету

4 негайно повідомте про виявлення
підозрілого предмета за
телефоном **101** або **102** та до
прибуття фахівців по можливості
забезпечте його охорону.

ПАМ'ЯТАЙТЕ!

ЗНЕШКОДЖЕННЯ ВИБУХОНЕБЕЗПЕЧНОГО
ПРЕДМЕТУ НА МІСЦІ ЙОГО ВИЯВЛЕННЯ
ПРОВОДИТЬСЯ ТІЛЬКИ ФАХІВЦЯМИ
МВС, СБУ, ДСНС!

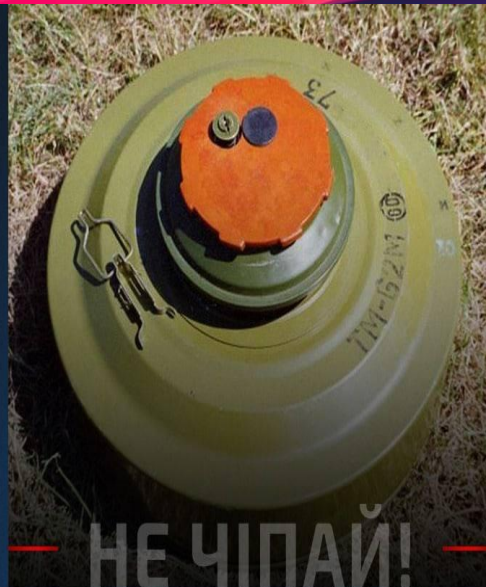
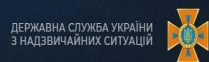




МОН-50

- ОСКОЛКОВА ПРОТИПІХОТНА МІНА НАПРАВЛЕНОЇ ДІЇ
- КОРПУС ПЛАСТМАСОВИЙ
- МАЄ ДАТЧИКИ ЦІЛІ У ВИГЛЯДІ РОЗТЯЖКИ
- ЗУСИЛЛЯ СПРАЦЮВАННЯ 3,5 кг
- МОЖЕ ВСТАНОВЛЮВАТИСЬ В КЕРОВАНОМУ ТА НЕ КЕРОВАНОМУ ВИГЛЯДІ

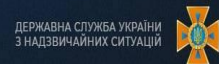
**КАТЕГОРИЧНО ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ ПІДХОДИТИ
ТА ЗРУШУВАТИ З МІСЦЯ МІНУ, А ТАКОЖ
ПРОВІДИТИ БУДЬ-ЯКІ ДІЇ!**



ТМ-62М

- ФУГАСНА ПРОТИТАНКОВА МІНА
- КОРПУС МЕТАЛЕВИЙ
- МАЄ ДАТЧИК ЦІЛІ У ВИГЛЯДІ ДИСКУ
- ЗУСИЛЛЯ СПРАЦЮВАННЯ НА ДАТЧИК ЦІЛІ ВІД 120 кг
- ВСТАНОВЛЮЄТЬСЯ В ҐРУНТИ АБО НА ПОВЕРХНІ ЗЕМЛІ

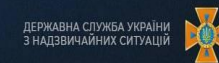
**КАТЕГОРИЧНО ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ ПІДХОДИТИ, ЗРУШУВАТИ
З МІСЦЯ МІНУ ЧЕРЕЗ НАЯВНІСТЬ МІН-ПАСТОК!**



ОЗМ-72

- ОСКОЛКОВА ПРОТИПІХОТНА МІНА КРУГОВОГО УРАЖЕННЯ
- КОРПУС МЕТАЛЕВИЙ
- МАЄ ДАТЧИКИ ЦІЛІ У ВИГЛЯДІ РОЗТЯЖКИ
- ЗУСИЛЛЯ СПРАЦЮВАННЯ 3,5 кг
- МОЖЕ ВСТАНОВЛЮВАТИСЬ В КЕРОВАНОМУ ТА НЕ КЕРОВАНОМУ ВИГЛЯДІ

**КАТЕГОРИЧНО ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ ПІДХОДИТИ
ТА ЗРУШУВАТИ З МІСЦЯ МІНУ, А ТАКОЖ
ПРОВІДИТИ БУДЬ-ЯКІ ДІЇ!**





ПОМ-2

- ОСКОЛКОВА ПРОТИПІХОТНА МІНА КРУГОВОГО УРАЖЕННЯ
- КОРПУС МЕТАЛЕВИЙ
- МАЄ 4 ДАТЧИКА ЦІЛІ (РОЗТЯЖКИ)
- ЗУСИЛЛЯ СПРАЦЮВАННЯ 3,5 кг
- МАЄ МЕХАНІЗМ САМОЛІКВІДАЦІЇ

**КАТЕГОРИЧНО ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ ПІДХОДИТИ
ТА ЗРУШУВАТИ З МІСЦЯ МІНУ, А ТАКОЖ
ПРОВОДИТИ БУДЬ-ЯКІ ДІЇ!**

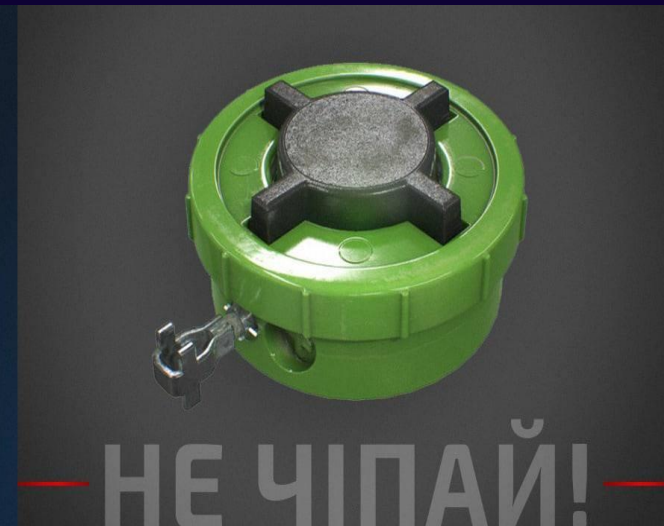


ПФМ-1 та ПФС-1С

- ФУГАСНА ПРОТИПІХОТНА МІНА НАТИСКНОЇ ДІЇ
- КОРПУС ПЛАСТМАСОВИЙ
- РОЗМІР 11*6*2 см
- СИЛА СПРАЦЮВАННЯ ВІД 5 кг
- МІНА ДИСТАНЦІЙНОГО МІНУВАННЯ
- МІНИ БУВАЮТЬ ЗЕЛЕНОГО ТА КОРИЧНЕВОГО КОЛЬОРІВ
- МАЄ МЕХАНІЗМ САМОЛІКВІДАЦІЇ

ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ ПІДХОДИТИ, ЗРУШУВАТИ З МІСЦЯ!

**МОЖУТЬ ЗУСТРІЧАТИСЯ У МІСЦЯХ НАНЕСЕННЯ УДАРІВ
З СИСТЕМ ЗАЛПОВОГО ВОГНЮ**



ПМН-2

- ФУГАСНА ПРОТИПІХОТНА МІНА НАТИСКНОЇ ДІЇ
- КОРПУС ПЛАСТМАСОВИЙ З ДАТЧИКОМ ЦІЛІ У ВИГЛЯДІ ХРЕСТА
- ДІАМЕТР 12 см
- СИЛА СПРАЦЮВАННЯ ВІД 5 кг
- ВСТАНОВЛЮЮТЬСЯ В ҐРУНТАХ АБО НА ПОВЕРХНІ ЗЕМЛІ
- БУВАЮТЬ ЗЕЛЕНОГО ТА КОРИЧНЕВОГО КОЛЬОРІВ

ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ ПІДХОДИТИ, ЗРУШУВАТИ З МІСЦЯ!



Якщо стався вибух:

- Переконайтеся в тому, що ви не отримали значних травм.
- Заспокойтеся і уважно озирніться навколо, чи не існує загрози подальших обвалів і вибухів, які не звисає чи з руїн розбите скло, не потрібна комусь ваша допомога.
- Якщо є можливість - спокійно вийдіть з місця події. Якщо ви опинилися в завалі - періодично подавайте звукові сигнали. Пам'ятайте, що при низькій активності людина може протриматися без води п'ять діб.
- Виконуйте всі розпорядження рятувальника.

ПАМ'ЯТКА ДІЇ ПІД ЧАС ВИБУХУ ТА ОБВАЛУ БУДІВЛІ

Якщо ви опинилися під завалом:

- »»»» Намагайтесь якомога менше рухатись та неглибоко дихати. Бережіть сили!
- »»»» Перевірте, чи немає поряд пустот, звідки лунають звуки, поступає повітря та світло
- »»»» Захистіть від пилу рот та ніс хустинкою, шматом тканини, частиною одягу



• **Не користуйтесь** сірниками, запальничкою – може вибухнути пило-повітряна суміш

• **Не намагайтесь** вивільнитись з пастки самостійно. Дотримуйтесь вказівок рятувальників

• **Не торкайтесь** електричних дротів. Це вкрай небезпечно



Якщо стався вибух:

- »»»» Покиньте будівлю та не повертайтеся до неї за залишеними речами чи з інших причин, вибух може повторитись!
- »»»» Якщо ви не побачили серед врятованих сусіда, повідомте рятувальників про його попереднє місце знаходження
- »»»» Надайте постраждалим домедичну допомогу, викличте «Швидку»



При загрозі масових заворушень:



- Зберігайте спокій і розсудливість.
- При перебуванні на вулиці негайно покиньте місце масового скупчення людей, уникайте агресивно налаштованих осіб.
- Не піддавайтеся на провокації.
- Надійно закрийте двері. Не підходьте до вікон і не виходьте на балкон. Без крайньої необхідності не покидайте приміщення.



Що робити під час обстрілу стрілецькою зброєю?



— Під час стрілянини найкраще ховатися у захищеному приміщенні (наприклад, у ванній кімнаті або самій ванні). Коли це неможливо, варто лягти прикрившись предметами, що здатні захистити від уламків і куль.

— Якщо ви потрапили під стрілянину на відкритому місці, краще впасти на землю та закрити голову руками. Ефективним захистом буде будь-який виступ, навіть тротуар, заглиблення в землі або канава. Укриттям може стати бетонна смітєва урна або сходинок ганку. Не намагайтеся сховатися за автомобілями або кіосками, бо вони часто стають мішенями.

— Де б ви не перебували, тіло повинно бути в максимально безпечному положенні. Згрупуйтеся, ляжте в позу ембріона. Розверніться ногами у бік стрілянини, прикривши голову руками та відкривши рот, щоб близький вибух не завдав шкоди барабанним перетинкам. Чекайте, поки стрілянина не вщухне, а пострілів не буде бодай протягом п'яти хвилин.

— Якщо ваше житло перебуває в зоні регулярних збройних зіткнень, потрібно зміцнити вікна, наприклад, клейкою плівкою. Це допоможе уникнути розльоту уламків скла. Бажано затулити вікна, наприклад, мішками з піском чи масивними меблями.



2

Мінометний обстріл

Гучний свист та вибух снаряда може означати, що ви потрапили в зону **артобстрілу, мінометного обстрілу або авіанальоту**. У такій ситуації радимо:

Якщо ви почули свист снаряда, а за 2-3 секунди – вибух, відразу падайте на землю. Закрийте руками або сумкою голову. Після вибуху першого снаряду швидко пошукайте місце, де можна сховатися. Потрібно знайти хоча б мінімально заглиблене укриття.

Для схованки підійдуть: підземні переходи, метро, укриття, канава, траншея, яма, широка труба водостоку під дорогою, високий бордюр, каналізаційний люк.

Якщо обстріл застав вас у транспорті, вимагайте негайної зупинки й відбіжіть якомога далі від дороги, лягайте на землю. Закривайте долонями вуха та відкривайте рот: це врятує від контузії.

Небезпечно ховатися в підїздах, під арками, на сходових майданчиках, у підвалах панельних будинків, біля автомобільної техніки, автозаправних станцій. Є загроза опинитись під завалом або травмуватися.

Ні в якому разі не приступайте до розбору завалів самостійно, чекайте фахівців з аварійно-рятувальної служби.

3

Артилерійський обстріл

Якщо ви почули залп запуску, бачите димний слід снаряда в повітрі вдень або спалах уночі, є ймовірність, що ви потрапили під **артилерійський обстріл системами залпового вогню** (наприклад, БМ-21 «Град»).

Одразу падайте на землю, закривайте руками або сумкою голову.

Перечекайте перший обстріл лежачи, а далі ховайтеся в безпечному заглибленому приміщенні. Вибирайте місце в кутку та недалеко від виходу для того, щоб миттєво залишити будинок у випадку попадання снаряду.

Залишайтеся в укритті мінімум 10 хвилин після завершення обстрілу, адже існує загроза його відновлення.



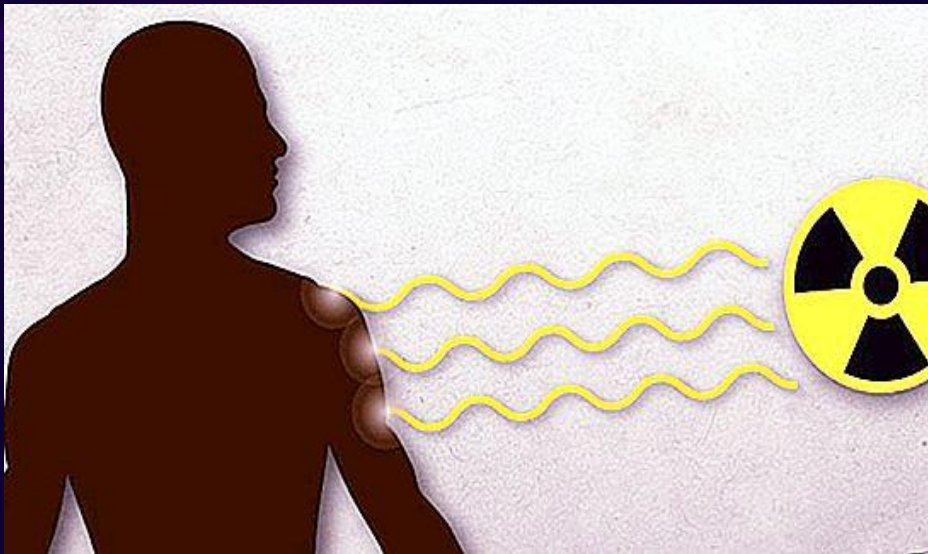
Що робити у випадку радіаційної аварії?

Якщо у вашій місцевості трапиться радіаційна надзвичайна ситуація, вам необхідно залишатися в приміщенні або негайно зайти до нього, якщо ви перебуваєте на вулиці. Це найбезпечніша дія, яку ви можете зробити.

- Зайдіть в укриття, підвал або в середину будівлі. Радіоактивний матеріал осідає на зовнішній стороні будівель, тому найкраще триматися якомога далі від стін і даху будівлі.**
- Заберіть всередину домашніх тварин.**
- Закрийте та заблокуйте всі вікна та двері в приміщенні.**
- Слідкуйте за повідомленнями від рятувальників ДСНС, поліції, місцевої влади.**



Знезараження себе:



- Зніміть верхній шар одягу. Так ви позбудетеся до 90% радіоактивного матеріалу. Робіть це обережно, аби не розтрусити радіоактивний пил. Помістіть одяг у пластиковий пакет або герметичний контейнер і тримайте його подалі від людей і домашніх тварини.
- Помийтесь. Якщо така можливість є, прийміть душ з милом, голову помийте шампунем. Не тріть і не подряпайте шкіру, аби радіоактивний матеріал не потрапив у відкриті рани.
- Якщо доступу до води немає, скористайтесь вологими серветками, вологою тканиною. Зверніть особливу увагу на ваші руки й обличчя протріть повіки, вії, вуха.

Одягніть чистий одяг.

Безпека харчових продуктів та питної води в радіаційній надзвичайній ситуації

Безпечною є їжа з герметичних контейнерів (консерви, банки, пляшки, коробки тощо).



Також безпечною є їжа, яка зберігалася у холодильнику або морозильній камері. Перед відкриттям протріть харчові контейнери вологою тканиною або чистим рушником. Перед використанням протріть кухонне приладдя вологою тканиною або чистим рушником. Використану тканину чи рушник покладіть у поліетиленовий пакет або герметичний контейнер і залиште у недоступному місці, подалі від людей і тварин.



Безпека води

Допоки рятувальники чи влада не повідомляють про безпеку водопровідної води, доти лише вода в пляшках залишатиметься не забрудненою. Упаковка захищає рідину всередині від радіоактивних речовин.

Кип'ятіння водопровідної води не позбавляє від радіоактивних речовин. Тож майте запас води у пляшках чи інших герметичних контейнерах. Напої у холодильнику теж безпечні для вживання.

Вода в інших ємностях у вашому домі, таких як унітаз або водонагрівач, не буде містити радіоактивних речовин.

Водопровідну або колодязну воду для можна використовувати для миття себе та упаковок їжі і води.

Навіть якщо водопровідна вода забруднена, ви все одно можете використовувати її для знезараження. Будь-який радіоактивний матеріал, який потрапляє в поверхневі або підземні води, буде розбавлятися водою до дуже низького рівня і буде безпечним для миття шкіри, волосся та одягу.



Що робити у разі хімічного ураження?



ЩО РОБИТИ У РАЗІ ХІМІЧНОЇ АТАКИ АБО АВАРІЇ НА ХІМПІДПРИЄМСТВІ

Хімічні атаки призводять до ураження довкілля та можуть призвести до загибелі всього живого.

У разі хімічної атаки або аварії на хімпідприємстві потрібно:

- ▶ щільно зачинити вікна та двері, вентиляційні отвори, димоходи,
- ▶ заклеїти щілини у вікнах папером чи скотчем,
- ▶ увімкнути телевізор чи радіо для отримання подальших вказівок,
- ▶ попередити близьких про небезпеку та можливу евакуацію,
- ▶ вимкнути побутові прилади та газ.



Дані: МОЗ



У РАЗІ ЕВАКУАЦІЇ:

- ▶ *Візьміть з собою аптечку.*
- ▶ *Одягніться так, щоб залишилося якомога менше відкритої шкіри.*
- ▶ *Використовуйте протигази або ватно-марлеві пов'язки, змочені водою або, краще, 2-5% розчином питної соди (при ураженні хлором), оцтової або лимонної кислоти (при ураженні аміаком).*
- ▶ *Обережно і без паніки вийдіть з приміщення, використовуючи сходи.*
- ▶ *На вулиці не біжіть, не торкайтеся ніяких предметів, не наступайте у калюжі.*
- ▶ *Не їжте і не пийте нічого!*
- ▶ *У разі аварій з викидом хлору - намагайтеся пересуватися по підвищеннях, у разі викиду аміаку - низинами.*
- ▶ *Якомога швидше залиште зону ураження, рухаючись поперек потоку повітря чи вітру.*



Як виявити ознаки отруєння ?



Хімічні сполуки, можуть подразнювати очі, слизові оболонки, шкіру та дихальні шляхи, може виникати утруднення дихання - кашель, виділення мокротиння, іноді і з домішками крові, нежить, відчуття сухості в горлі, осиплість голосу, нежить, носова кровотеча, біль у грудях.

При подразненні слизової оболонки очей - почервоніння, запалення, набряклість, помутніння рогівки, ураження райдужної оболонки очей.

При гострих отруєннях - головний біль, запаморочення, загальна слабкість.



Хімічне забруднення також може ускладнити хронічні захворювання легенів, такі як астма та емфізема.

Що робити, якщо представники збройних сил країни-агресора з'явилися поблизу твоєї домівки?

- Не панікуй. Спочатку спробуй зрозуміти, що коїться, лише після цього приймай рішення щодо подальших дій.
- Якщо ти побачив ворожих солдатів у своєму дворі, не підходь до них, оскільки ти можеш стати мішенню або жертвою випадкової кулі.
- Не будь допитливим, не намагайся зблизька розгледіти військове обладнання, зброю або озброєних людей: тебе можуть прийняти за шпигуна.
- Не дозволяй іншим дітям грати на вулиці: діти дуже допитливі, їх можуть розчавити танки, вони можуть підірватися на вибухівці та інше.



- Не провокуй ворожих солдатів, відкрито знімаючи їх на відео або фотографуючи їх.
- Не тримай руки в кишенях та уникай різких рухів, коли спілкуєшся з озброєною людиною.
- Ніколи не сперечайся з озброєною людиною.
- Покинь свою оселю, якщо до неї заходять озброєні люди або якщо вони хочуть оселитися у твоїй домівці.
- Якщо ти прямуєш в місто, роби це пішки замість того, щоб їхати на авто.

Що робити, якщо ти помітив озброєних людей без розпізнавальних знаків?



**Якщо ти помітив озброєних людей без розпізнавальних знаків,
повідом про це за телефоном 101.**

Правила поведінки в зоні бойових дій

У кризових умовах проти вас діятимуть численні фактори, зокрема емоції. Тому пам'ятайте, що в критичний момент необхідно бути зібраними й сфокусованими, не реагувати на можливі провокації. Від цього залежатиме ваша безпека.

Радимо дослухатися таких порад:

- Завжди носіть із собою документ, що посвідчує особу. Гроші й документи тримайте в різних місцях: так у вас буде більше шансів їх зберегти.
- Тримайте в кишені одягу записи про групу крові й про можливі проблеми зі здоров'ям (алергію на медичні препарати, хронічні захворювання тощо).
- Намагайтеся якнайменше перебувати поза житлом і роботою без важливої причини, уникайте місць скупчення людей.
- За можливості уникайте демонстрації патріотичної атрибутики: це може спровокувати агресора.
- Пам'ятайте, де розташовані найближчі від оселі, роботи чи місць, які ви часто відвідуєте, сховища та укриття.



✗ У жодному разі:

- Не повідомляйте про свої плани людям із сумнівною репутацією та малознайомим.
- Не сперечайтесь з незнайомими людьми, щоб уникнути можливих провокацій.
- Уникайте колон техніки й не стійте біля військових машин.
- Не фотографуйте й не знімайте відео в присутності людей у військовій формі. Не намагайтеся зафіксувати їхні дії.
- Не спостерігайте за ходом військових дій, ховайтеся одразу, як почуєте постріли.
- Не носіть із собою зброї, не показуйте військовим нічого, що навіть за формою може нагадувати зброю.
- Не підбирайте покинutoї зброї або боєприпасів.
- Не торкайтеся вибухонебезпечних або просто невідомих чужих речей, бо звичайні побутові предмети можуть бути заміновані. Натомість негайно повідомте про них територіальні органи ДСНС та МВС за телефонами 101 та 102.
- Не носіть армійської форми, камуфльованого одягу чи одягу з шевронами. Надавайте перевагу одягу темних кольорів, що не привертає уваги. Уникайте будь-яких символів, адже вони можуть викликати непередбачувану реакцію.

ВСЕ БУДЕ

Україна ♥

**Дякую за
увагу!**

