

ОСНОВЫ ДЕТСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ



Привет!

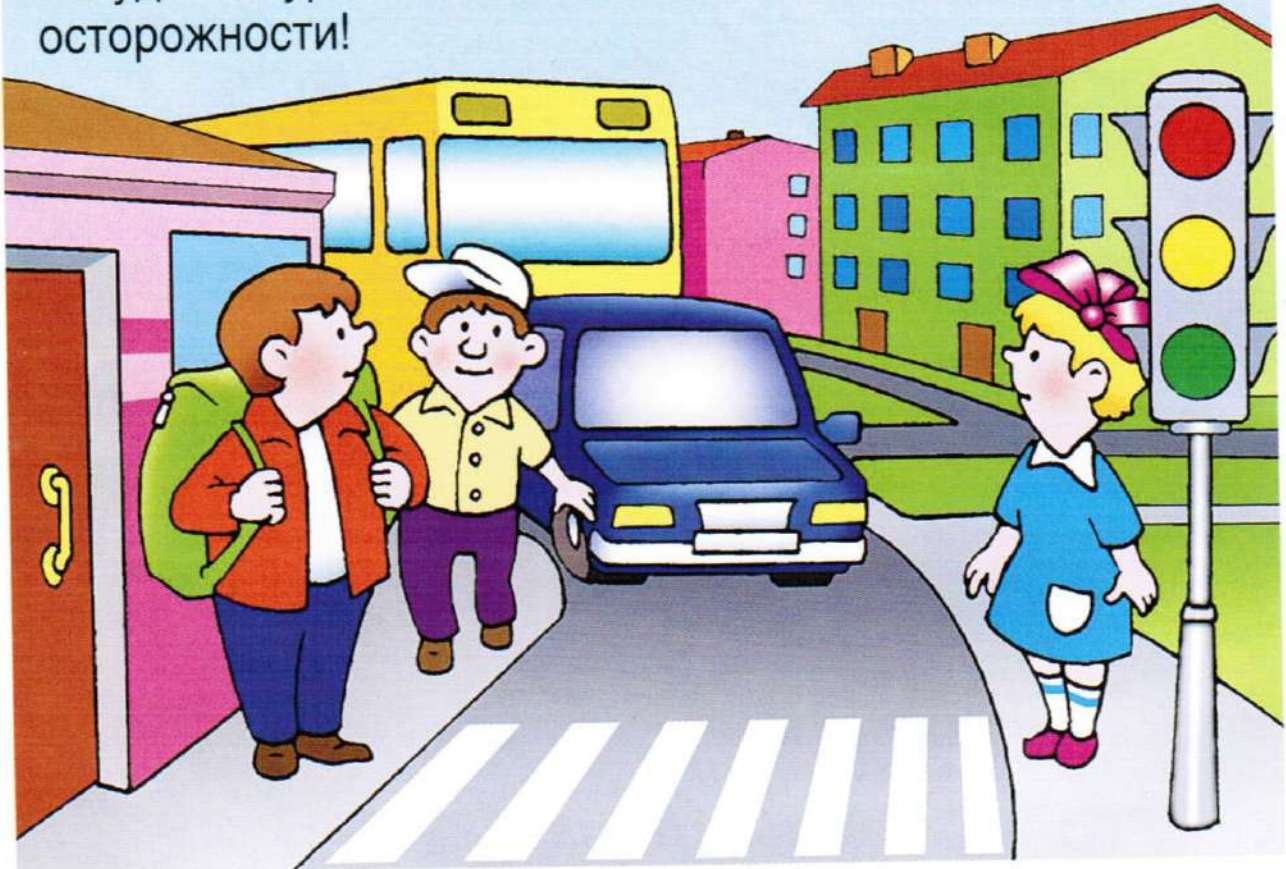
Из этой брошюры ты узнаешь, какие опасности поджидают тебя дома и на улице. Прочти ее внимательно, и ты сможешь справиться с любыми трудностями!

Ну а если у тебя останутся вопросы, зайди на сайт, посвященный детской безопасности МЧС России: **www.spas-extreme.ru**. Здесь ты найдешь игры, видеоролики и много другой полезной информации, которая подскажет, как правильно себя вести в чрезвычайных обстоятельствах.

На этом же сайте ты можешь задать вопрос людям, которые лучше всех знают, как вести себя в таких ситуациях, — спасателям.

Также ты можешь прочитать правила безопасности на сайте газеты «Москвичка» **www.moscvichka.ru**

Будь аккуратен и внимателен и никогда не теряй осторожности!



ДОМ

Пожар

Если в доме произошел пожар, не волнуйся, быстро набери номер **01**. Это номер пожарных и спасателей. Объясни дежурному, что случилось. Назови свою фамилию, имя и домашний адрес.



Выйди из квартиры. Позвони в двери соседям и предупреди их о пожаре.

Покидая дом, спускайся по лестнице, не пользуйся лифтом. При задымлении закрой нос и рот мокрой тканью — носовым платком или шарфом.

Никогда не пытайся самостоятельно тушить пожар! Не прячься от огня под кроватями, столами, в шкафах и за мебелью!



ДОМ

Один дома

Если позвонили по телефону, не рассказывай, где находятся твои родители. Лучше сказать, что в данный момент родители заняты и к телефону подойти не могут.



Если ты находишься дома один, проверь, закрыта ли дверь на замок. Уходя из дома, не оставляй квартиру открытой, закрой окна и форточки. И не оставляй ключи от квартиры под ковриком, в почтовом ящике или электрическом щитке.

ДОМ

Один дома

Если позвонили в дверь, посмотри в глазок, затем отойди немного от двери и спроси: «Кто?» Не открывай дверь незнакомым людям, какие бы причины они не называли. Даже если будут спрашивать: «Ты что, трусил?», не поддавайся на провокацию!

Не выходи на лестничную площадку, даже если она кажется пустой. Преступники могли спрятаться! Если незнакомец не уходит — позвони родителям, соседям и в полицию по телефону **02**.

Если, вернувшись домой, ты увидел, что квартира открыта, не входи в нее — там могут быть преступники. Выйди на улицу и позвони родителям и в полицию. Можно позвонить в двери соседям, если ты их знаешь.



ДОМ

Утечка газа

Если ты почувствовал запах газа в квартире, немедленно выключи конфорки. Если они выключены, проверь, перекрыт ли газовый кран. Открой форточку или окно, чтобы проветрить помещение.

Не зажигай огонь, не включай и не выключай электрическое освещение и электроприборы, не пользуйся электрозвонком.

Вызови по телефону **04** аварийную газовую службу и покинь квартиру.

Повседневное правило: разогревая или готовя себе еду на газовой плите, не оставляй включенную конфорку без присмотра. Следи, чтобы закипающая жидкость — вода, молоко, суп — не залила газ. Если это все же случилось, сначала перекрой газ, а потом уже вытирай плиту.



ДОМ

Пользование лифтом

Играть с дверями лифта и кнопками, с помощью которых лифт управляется, строго запрещено! Лифт может сломаться.

Когда двери откроются, убедись, что кабина на месте, и только потом заходи в лифт. Прыгать в лифте нельзя — он может остановиться, и ты застрянешь.

Если ты застрял в лифте, не поддавайся панике! Нажми на кнопку, на которой изображен колокольчик, — это кнопка вызова дежурного. Объясни, что случилось, и жди помощи. Если у тебя есть мобильный телефон и связь не прервалась, позвони родителям.

Не заходи в лифт, если рядом находится незнакомец. Дождись следующего лифта или кого-то из хорошо знакомых тебе взрослых.



УЛИЦА

Гроза и молния



Если ты в лесу, никогда не прячься под деревьями — молния, попавшая в дерево, разобьет его на щепки, которые могут поранить тебя. Для укрытия лучше выбрать участок низкорослого леса или кустарника.

Пересекать большие открытые участки без деревьев или построек тоже очень опасно.

Вода притягивает молнии, поэтому не купайся во время грозы, не располагайся вблизи водоема, не плавай в лодке и не лови рыбу.

Если же гроза застала тебя дома, закрой окна и не подходи к ним. Держись подальше от больших металлических предметов.



УЛИЦА

Зимние забавы

Зимние забавы — снежки, катание на лыжах, санях и горках — очень коварны.

Пожалуйста, не ешь снег! Он не вкусный и может стать причиной многих заболеваний.

Выходи на улицу в теплой одежде. Периодически заходи в теплое помещение, чтобы погреться, иначе ты можешь обморозить щеки, уши, кончик носа, руки или ноги.

Если ты почувствовал, что конечности теряют чувствительность, немедленно иди домой. Разотри их сухими руками до тех пор, пока они не согреются. Прими ванну с прохладной водой и постепенно повышай ее температуру до температуры своего тела. Насухо вытри тело полотенцем и надень согревающие вещи.



УЛИЦА

Тепловой удар

Летом во время сильной жары долго находиться на улице под палящим солнцем опасно — можно перегреться.

Поэтому лучше, если твоя одежда будет светлой и воздухопроницаемой. Позаботься о головном уборе. Старайся держаться в тени. Если идешь гулять надолго, возьми с собой питьевую воду.

Почувствовал сухость во рту и сильную жажду — немедленно перейди в тень, а лучше беги домой. Намочи открытые участки тела или прими душ. Выпей минеральной воды или чай.

Постарайся охладиться, чтобы избежать теплового удара, но не увлекайся. Несмотря на жару, риск простудиться сохраняется.



УЛИЦА

На пляже

Что за летний отдых без купания? Но купаться в одиночку в незнакомом месте, нырять или прыгать с обрыва не стоит — под водой могут быть ржавые железки и коряги, о которые легко пораниться.

Если ты плохо плаваешь, держись поближе к берегу. И не поддавайся на уговоры друзей заплыть подалее. Ты рискуешь наглотаться воды или утонуть.

Устал плавать — отдохни, не старайся установить рекорд по плаванию. Ляг на спину, расправив ноги и руки, и расслабься.

И еще: начал покрываться «гусиной кожей», а зубы отбивают «чечетку», выходи из воды, вытрись насухо и «вытряси» воду из ушей. Согрейся, побегай, а потом иди купаться снова.



УЛИЦА

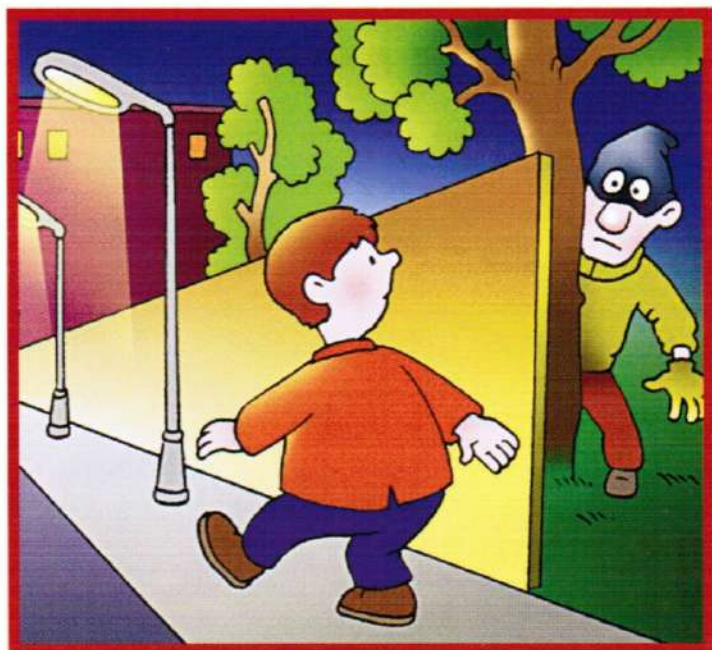
Уличные компании

Особым источником опасности может стать компания молодых людей, которые ведут себя вызывающе и нагло. Постарайся избежать встречи с ними.



Если они все-таки обратили на тебя внимание, не отвечай и не поддавайся на провокации. Постарайся вызвать полицию, но сделай это незаметно.

Не выходи на улицу один поздним вечером и ночью. Ну а если пришлось, выбери известный маршрут, избегай пустырей и темных улиц. Попроси родителей выйти тебе навстречу.



УЛИЦА

Собаки на улицах

На улице всегда есть опасность подвергнуться нападению собак. Помни простое правило: собака не бросается на человека без причины.



Что может разозлить собаку?

- Если ты будешь долго смотреть ей в глаза.
- Если ты будешь дразнить ее.
- Если ты покажешь свой страх перед ней.

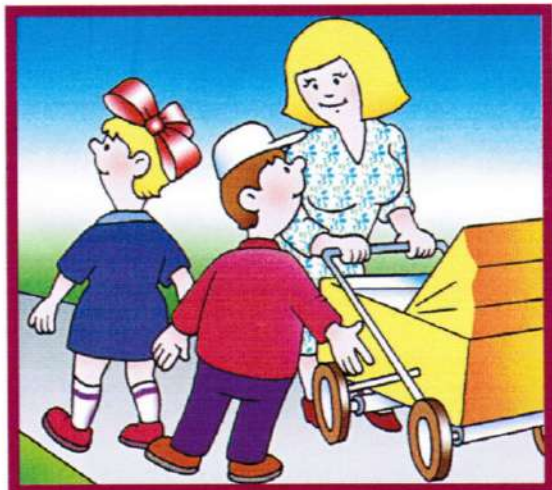
Если собака готовится напасть, громко скомандуй: «Место!», «Стоять!», «Фу!». Оглядись и найди укрытие. Попробуй отвлечь собаку: кинь ей палку или другой предмет. Не беги, медленно отступай назад и не поворачивайся к собаке спиной.



Если нападения не избежать и надо защищаться, помни, что у собаки болевыми точками являются нос и язык. Если собака сбила тебя с ног, перевернись на живот и закрой руками шею.

УЛИЦА

Безопасность на дорогах



Передвигаться по городу нужно по пешеходным дорожкам. Кстати, если ты идешь с друзьями, проследи, чтобы вы не занимали весь тротуар, помните: на улице вы не одни!

Не забывай уступать дорогу инвалидам, пожилым людям, а при необходимости помогать им.



Внимание! Пожарные, медицинские, милицеские и военные автомобили с включенными специальными звуковыми сигналами имеют преимущественное право проезда. Им должны уступать дорогу все участники движения, в том числе пешеходы. Услышав звук сирены, дождись, стоя на тротуаре, пока машина проедет.



УЛИЦА

Безопасность на дорогах

Как переходить дорогу

- Переходить дорогу следует в специально отведенных для этого местах — на светофоре или там, где установлен знак «Пешеходный переход». В таких местах водители ожидают появления пешеходов и едут с особой осторожностью.

- Не переходи дорогу на красный сигнал светофора, даже если поблизости нет машин — они могут появиться в любой момент, так как скорость автомобиля высокая.

- Прежде чем переходить дорогу, посмотри налево, а потом направо. Дорога пустая? Можешь переходить.

Не отвлекайся на разговоры даже по мобильному телефону. Будь предельно внимательным! Так ты сможешь увидеть любую опасность.

- Если ты что-то уронил, не задерживайся на дороге, пытаясь поднять свои вещи. Водитель может не успеть отреагировать на твои действия.



УЛИЦА

Если ты потерялся

Представь ситуацию: ты поехал куда-то с родителями или преподаватель повез ваш класс на экскурсию. Бывает, что ребята отвлекаются и отстают, то есть теряются. А куда идти — не известно.

Если вы поехали в музей, кинотеатр, торговый или развлекательный центр, договоритесь о месте встречи заранее.

Потерялся в метро? Обратись к полицейскому или работнику метрополитена на станции или около эскалатора.

Если же ты потерялся в незнакомом городе, обратись в ближайшее отделение полиции, там тебе обязательно помогут. Облегчит поиски, если ты будешь знать номер телефона родителей или руководителя группы, название и адрес гостиницы, где вы живете.



УЛИЦА

Высотные постройки и деревья

Многие мальчишки и девчонки любят лазить по деревьям, не зная, что это представляет большую опасность.



Если же залезть на дерево необходимо, запомни следующие правила:

- Убедись в надежности дерева и веток.
- Чтобы не упасть с дерева, необходимо постоянно иметь три точки опоры.
- Становись на ветку у ствола дерева.
- Не лазай по деревьям в морозную, ветреную, снежную или дождливую погоду.
- Не спрыгивай с дерева на землю.

Часто ребята пытаются залезть на опоры ЛЭП, вышки, резервуары, крыши. Это смертельно опасно! Высотные конструкции могут обрушиться от твоего веса.



ТРАНСПОРТ

Метро и железная дорога

Ожидая поезда, стой подальше от края платформы. Заходя в вагон, проследи, чтобы твоя одежда не оказалась зажатой дверями и не помешала бы тебе.



Даже если в вагоне очень много людей и тебе выходить на следующей станции, не прислоняйся к дверям — они могут открыться во время движения поезда.

Не катайся на поезде, прицепившись к вагону с внешней стороны, — это смертельно опасно для жизни!

Не пытайся переходить железную дорогу в местах, для этого не приспособленных. Дойди до ближайшего моста или подземного перехода. Помни, поезд движется со скоростью более 100 км/ч, и машинист не сможет совершить экстренную остановку, увидев тебя на путях.



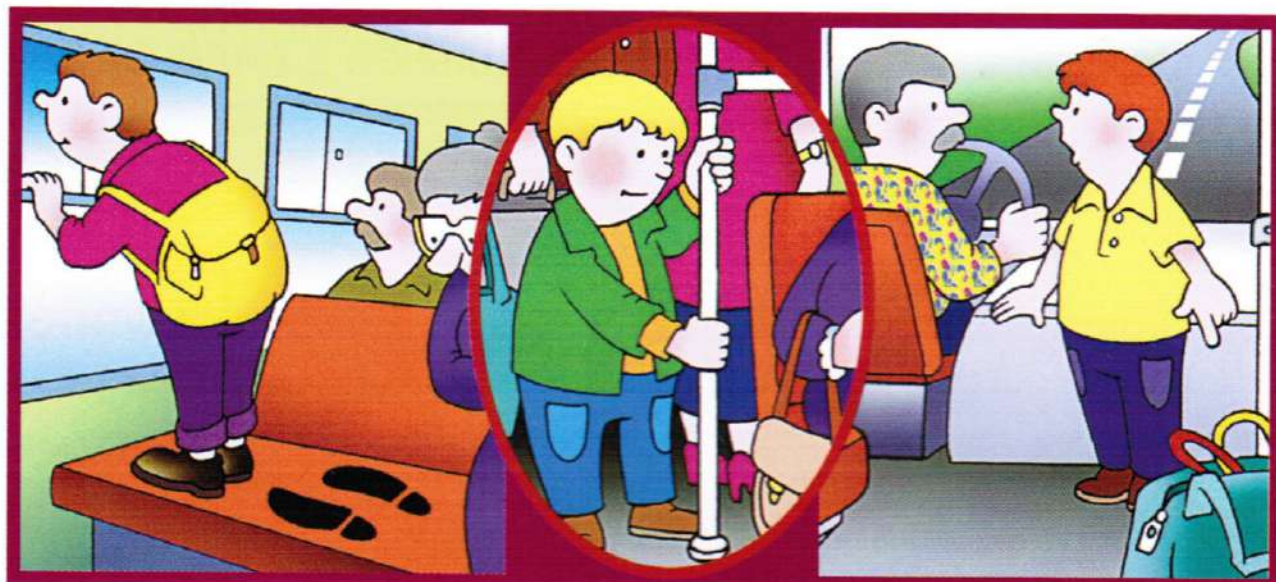
ТРАНСПОРТ

Автобус, троллейбус, маршрутка

Заходи в общественный транспорт и выходи из него без спешки, когда он полностью остановился. Занимай себе место, но не вставай на сиденье и не высывайся в окно.

Свободного местечка не нашлось? Тогда займи место рядом с поручнями и крепко за них держись. А вот в маршрутке ездить стоя запрещено. Это очень опасно. Если свободных мест нет, дождись следующего маршрутного такси.

Ощутил запах дыма, заметил огонь или увидел бесхозные свертки и пакеты — немедленно скажи об этом водителю! Помни это правило и в метро! О случившемся надо сообщить машинисту, нажав кнопку вызова, которая есть в каждом вагоне.



ТРАНСПОРТ

Автомобильные аварии

Автомобиль — средство повышенной опасности, как бы удивительно тебе это не показалось.

Не обижайся на родителей, если тебе запрещают садиться на переднее сиденье.

Помни, что дети до 12 лет могут ездить только на заднем сиденье с применением специальных автомобильных кресел или в пристегнутом состоянии.

Обязательно пристегнись ремнем безопасности, когда садишься в автомобиль, и напomini об этом родителям!

Если произошла авария

- Сохраняй спокойствие!
- Напряги мышцы, постарайся защитить голову и грудь, наклонись вперед и обхвати голову руками.
- Спиной вдавься как можно сильнее в сиденье автомобиля.



- Покинув автомобиль, позови на помощь взрослых: прохожих или водителей проезжающих мимо автомобилей, вызови «скорую помощь» и сотрудников ГИБДД.

ТРАНСПОРТ

Авиакатастрофы

Перед каждым взлетом и посадкой тщательно подгоняй ремень безопасности. Он должен быть плотно закреплён как можно ниже у твоих бедер. Проверь, нет ли над головой тяжелых чемоданов.

«Жесткая» посадка

Аварии на взлете и посадке внезапны, поэтому обращай внимание на дым, резкое снижение, остановку двигателей.

- Освободи карманы от острых предметов.
- Согни и плотно сцепи руки под коленями (или схватись за лодыжки).
- Голову положи к коленям.

Ноги выдвини как можно дальше, но не под переднее кресло.

- В момент удара максимально напряги мышцы.
- Ни при каких обстоятельствах не покидай своего места до полной остановки самолета.



СОЦИАЛЬНЫЕ ОПАСНОСТИ

Массовые скопления людей

К массовым скоплениям людей относятся: шествия, митинги, очереди в магазине. В чем опасность? Все зависит от настроения людей. Оно может быть мирным, агрессивным и даже враждебным.



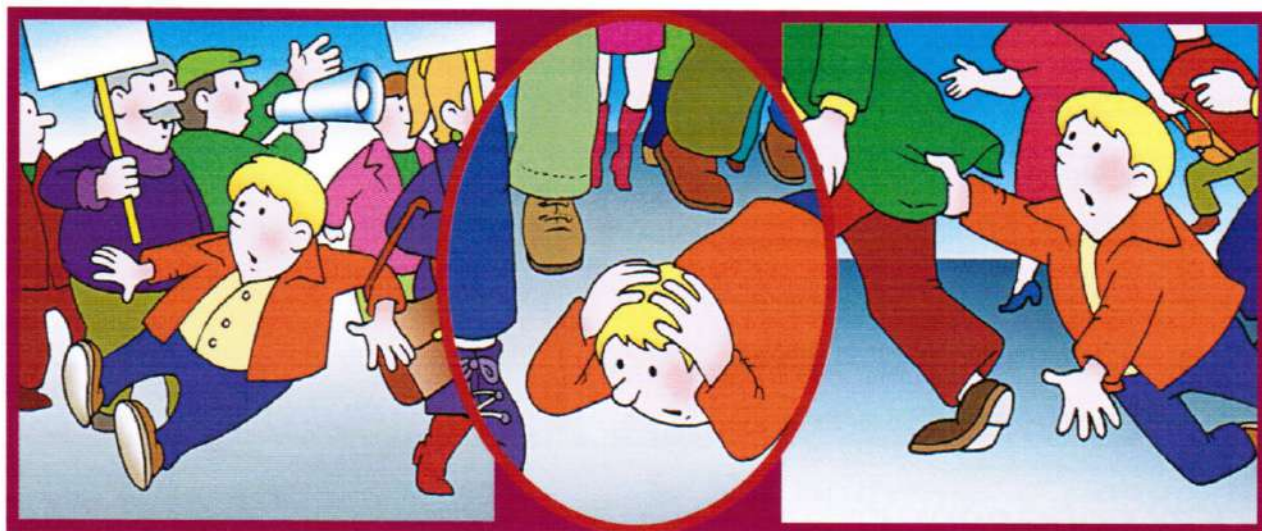
Если ты оказался в такой ситуации, вот несколько советов:

- Никогда не иди против движения толпы.
- Старайся избегать центра и краев толпы.
- Не цепляйся руками за предметы.
- Тебя толкнули? Не пытайся ответить.
- Не поднимай упавшую вещь, даже если она очень дорогая.
- Обхвати свои локти кистями рук или обними себя за плечи; выставь руки перед собой, защищая грудную клетку.



СОЦИАЛЬНЫЕ ОПАСНОСТИ

Массовые скопления людей



Самая главная твоя задача в толпе — не упасть! Если упал — защити голову руками и постарайся встать. Как?

Попробуй следующие способы:

- Быстро подтяни ноги к себе, сгруппируйся, вставай рывком.
- Одной ногой упрись в землю, резко разогнись.
- Поднимайся, хватаясь за одежду окружающих.

Будь внимателен, именно при массовом скоплении людей чаще всего происходят кражи. Чтобы обезопасить свои вещи, носи ценности в закрытых карманах, например, во внутренних.



СОЦИАЛЬНЫЕ ОПАСНОСТИ

Захват в заложники

Может так случиться, что ты оказался в здании или в транспорте (автобусе, метро, самолете), который захватили террористы. А всех находящихся там людей объявили заложниками.



Как себя вести в этой ситуации?

- Не привлекай к себе внимания террористов, не смотри им в глаза (как в случае с агрессивной собакой), не передвигайся по помещению.

- Не отвечай на провокации. Постарайся успоко-



- иться: думай о чем-то хорошем, читай, повтори про себя стихи, которые учил в школе.

- Осмотри салон и отметь места возможного укрытия на случай стрельбы.

- Если начался штурм, предпринятый специальными подразделениями, ложись на пол, накрой голову руками или одеждой.

- После окончания штурма немедленно покинь помещение. Следуй командам представителей спецслужб.

СОЦИАЛЬНЫЕ ОПАСНОСТИ

Похищение



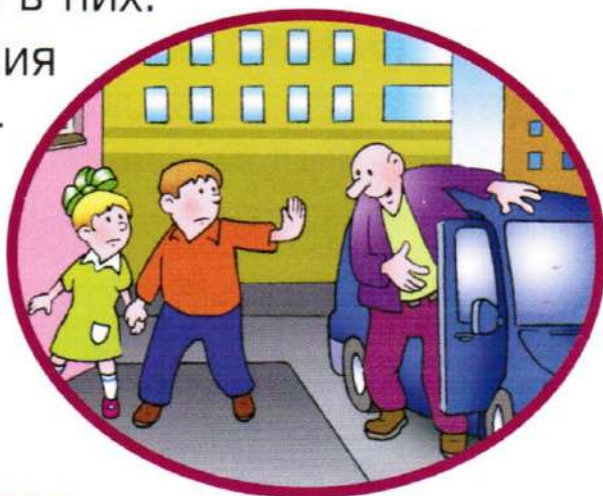
Повторим основные правила поведения:

- Не разговаривай на улице с незнакомыми людьми, не принимай подарков и не соглашайся пойти в гости, кино или кафе.

- Не подходи к незнакомым машинам и не садись в них.

Не принимай приглашения подвезти до дома или просто прокатиться.

- Выходя из квартиры, посмотри в глазок, чтобы на лестничной клетке не было посторонних.



- Если на тебя напали, под-

ними шум, кричи: «Я его не знаю!» Так ты сможешь привлечь внимание прохожих. Попытайся вызвать полицию.



- Оказавшись заложником, води себя спокойно, не провоцируй похитителя.

ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ

Природные чрезвычайные ситуации



Землетрясение — это подземные толчки или колебания земной поверхности. Понять, что происходит землетрясение можно, если ты ощущаешь колебания здания, видишь, как качается люстра, падают предметы.

Как вести себя во время землетрясения:

- Пережди первые толчки в толстом проеме двери, под столом, железной кроватью. А затем срочно покинь здание, но лифтом пользоваться нельзя.
- Вышел на улицу? Отлично. Главное — отойди подальше от здания. Помни, что оно может обрушиться.
- Если выйти не удалось, то помни: самые безопасные места — внутренние стены, углы, дверные проемы. Но эти места не должны быть загромождены мебелью — она может упасть на тебя и придавить.
- Если ты оказался под завалом, не предпринимай действий по его расчистке. Дождись прибытия спасателей. Чтобы привлечь к себе внимание, постарайся установить связь — голосом, стуком.

ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ

Общие знания



Чрезвычайные ситуации бывают двух типов — природные и техногенные.

К чрезвычайным ситуациям природного характера относят: извержения вулканов, землетрясения, молнии, наводнения, пожары, ураганы, цунами.

Техногенные чрезвычайные ситуации являются непосредственным следствием деятельности человека.

Помни, чтобы не случилось, никогда не впадай в панику, оставайся спокойным. Это поможет тебе правильно оце-



нивать происходящие события и быстро сориентироваться.



Узнай у родителей, где хранятся документы, чтобы в экстренной ситуации взять их с собой.

ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ

Природные чрезвычайные ситуации



Землетрясение — это подземные толчки или колебания земной поверхности. Понять, что происходит землетрясение можно, если ты ощущаешь колебания здания, видишь, как качается люстра, падают предметы.

Как вести себя во время землетрясения:

- Пережди первые толчки в толстом проеме двери, под столом, железной кроватью. А затем срочно покинь здание, но лифтом пользоваться нельзя.
- Вышел на улицу? Отлично. Главное — отойди подальше от здания. Помни, что оно может обрушиться.
- Если выйти не удалось, то помни: самые безопасные места — внутренние стены, углы, дверные проемы. Но эти места не должны быть загромождены мебелью — она может упасть на тебя и придавить.
- Если ты оказался под завалом, не предпринимай действий по его расчистке. Дождись прибытия спасателей. Чтобы привлечь к себе внимание, постарайся установить связь — голосом, стуком.

ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ

Природные чрезвычайные ситуации

Наводнение — это значительное затопление местности. Наводнение может привести к разрушениям мостов, дорог, зданий, гидросооружений. Возникают такие явления внезапно, а продолжаться могут до 2—3 недель.

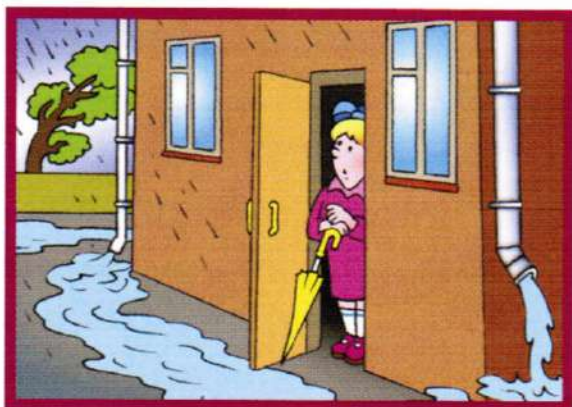
Как себя вести во время наводнения:

- Ты уже знаешь, что поддаваться панике нельзя.
- Перейди в безопасное место. Тебе надо будет подняться на верхние этажи здания, залезть на крышу или высокое дерево и ждать там прибытия помощи или спада воды.
- Не забывай, что нужно постоянно привлекать к себе внимание: размахивай чем-нибудь ярким, подавай световой сигнал.
- Если ты видишь, что тонет человек, — брось ему плавающий предмет, который поможет продержаться на воде. Постарайся приободрить тонущего.



ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ

Природные чрезвычайные ситуации



Ураган, буря, смерч — все это известные тебе слова, которые обозначают порывы ветра с очень большой скоростью движения. Обычно о таких явлениях синоптики предупреждают

заранее, поэтому будь внимателен к прогнозам.

Правила, которые необходимо соблюдать в такой ситуации:

- Если ты чувствуешь усиление скорости ветра, на улице идет ливневый дождь, шторм — отправляйся домой и не выходи на улицу, пока непогода не закончится.
- Если ты находишься в здании — отойди от окон и займи безопасное место у стен внутренних помещений, в коридоре, у встроенных шкафов, в ваннных комнатах, туалете, кладовых.
- Если непогода застала тебя на улице — укрывайся в ямах, рвах, узких оврагах. Как можно сильнее прижимайся к земле, закрой голову одеждой или ветками деревьев.



ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ

Техногенные чрезвычайные ситуации

Техногенные чрезвычайные ситуации являются результатом различных аварий.

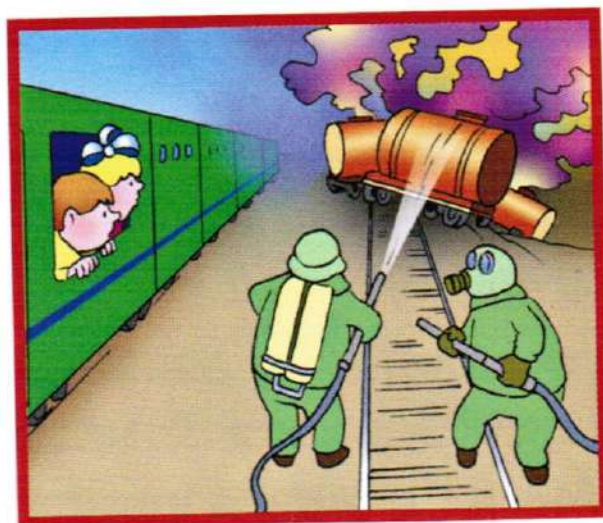
Химические аварии



Когда на производстве происходит нарушение различных технологических процессов, в атмосферу выбрасываются химические вещества, представляющие опасность для жизни и здоровья людей. Это и называется химической аварией.

Радиационные аварии

Радиационные аварии происходят из-за нарушений правил безопасности эксплуатации ядерно-энергетических установок, оборудования, устройств.



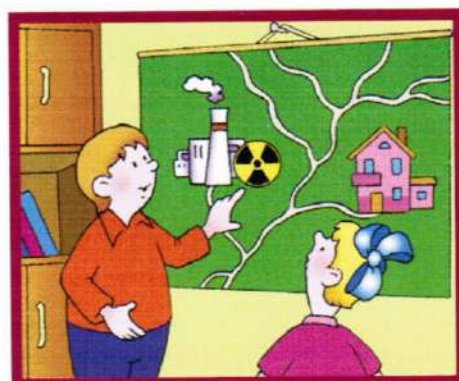
Это приводит к выбросу в воздух радиоактивных продуктов или ионизирующего излучения. Последствиями радиационной аварии могут стать облучение людей и загрязнение окружающей среды.

ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ

Техногенные чрезвычайные ситуации

Что нужно знать:

- Выясни у родителей, есть ли рядом с твоим домом химически- и радиационно-опасные объекты. Какой опасности от них можно ожидать.



- Узнай, есть ли дома средства для защиты органов дыхания — ватно-марлевые повязки или противогазы.



- Запомни сигнал «Внимание всем» — вой сирен и прерывистые гудки.

Твои действия во время аварии:

- Закрой нос и рот марлевой повязкой или надень противогаз.
- Включи телевизор или радиоприемник для получения информации об аварии и плане эвакуации.

- Оказавшись в безопасном укрытии, сними и выброси верхнюю одежду и обувь, прими душ.

- Находишься в укрытии до сигнала отбоя, который известит тебя о том, что авария устранена.

