

# Інструктажі з безпеки життєдіяльності з учасниками освітнього процесу перед початком літніх канікул



Підготували викладачі: Буц Л.В., Фокін О.В., Синиця Д.О.

# Дії учасників освітнього процесу в разі надзвичайних ситуацій



Не повертайся



Не говори



Не біжи



Не штовхайся

**Правила евакуації  
для дітей**



## ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ВИ ПОЧУЛИ СИГНАЛ ПОВІТРЯНА ТРИВОГА?

УВІМКНУТИ РАДІО ЧИ ТЕЛЕБАЧЕННЯ, ЩОБ  
ПРОСЛУХАТИ ТЕРМІНОВЕ ПОВІДОМЛЕННЯ ПРО  
МОЖЛИВУ НАДЗВИЧАЙНУ СИТУАЦІЮ. ЗАЗВИЧАЙ  
ІНФОРМАЦІЯ ПЕРЕДАЄТЬСЯ ПРОТЯГОМ П'ЯТИ  
ХВИЛИН ПІСЛЯ ЗВУКОВОГО СИГНАЛУ (СИРЕН)

ПРОСЛУХАТИ ЗВЕРНЕННЯ ДО НАСЕЛЕННЯ

ВИКОНАТИ ТІ РЕКОМЕНДАЦІЇ, ЯКІ БУДУТЬ  
ОЗВУЧЕНІ ПІД ЧАС ЗВЕРНЕННЯ.

НАМАГАЙТЕСЯ СПОВІСТИТИ ПРО ПОЧУТЕ РІДНИХ,  
СУСІДІВ, ЗНАЙОМИХ. ЗА НЕОБХІДНОСТІ СЛІД  
НАДАТИ ЇМ ДОПОМОГУ

ПОВІТРЯНА ТРИВОГА ОГолошуватиметься  
СТІЛЬКИ РАЗІВ, СКІЛЬКИ ЦЬОГО ВИМАГАТИМЕ  
СИТУАЦІЯ!

ТОЧНЕ МІСЦЕ, КУДИ МОЖЕ ВЛУЧИТИ РАКЕТА,  
ЧИ ЯКИЙ НАСЕЛЕНИЙ ПУНКТ АТАКУЄ ЛІТАК,  
ВИЗНАЧИТИ ВАЖКО

ПІСЛЯ ТАКИХ СИГНАЛІВ НЕГАЙНО  
ПЕРЕМІЩАЙТЕСЬ В УКРИТТЯ!

# Пожежна безпека

## Первинні засоби пожежогасіння



Забороняється  
палити



Забороняється  
користуватися  
відкритим вогнем



Забороняється  
гасити водою



Пожежо- і легкозаймисті  
речовини



Вибухо- і вибухонебезпечні  
речовини



Двері до  
евакуаційних  
виходів



Вогнегасник



Пожежна  
водопомпа



Пожежна  
машина



## Основні дії при пожежі

**1** Повідомити  
за телефоном

**101**



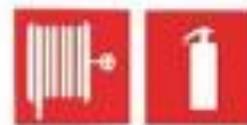
-адреса об'єкта;  
-місце розташування пожежі;  
-чи є потерпілі;  
-своє прізвище.

**2** Евакуювати людей



-організуватись по знакам  
напрямку руху;  
-не користуватись ліфтом;  
-взяти з собою потерпілих.

**3** При можливості прийняти  
заходи щодо гасіння пожежі



-гасити вогнище пожежі підручними  
засобами пожежогасіння дотримуючи  
заходу особистої безпеки;  
-при необхідності знеструмити живлення.

# Знаки електробезпеки

## Плакати забороняючі



Знак забороняючий

Заборонено користуватися відкритим вогнем

## Знаки попереджувальні



Обережно! Електрична напруга



Обережно! Загальна небезпека

## Плакати попереджувальні



# БЕЗПЕКА НА ДОРОЗІ



Зелений сигнал – пропускати і рухатися вперед.  
Жовтий сигнал – бути готовим.  
Червоний – бути зупиненим.



Важко рухатися навпроти і навпроти сигналу, коли на дорозі, в школах, в місцях розважання.



На зупинці трамвая, автобуса, тролейбуса. Зупинитися, не вступати на дорогу.



На зупинці світлофора, на перехідному сигналі. Не вступати на дорогу, коли червоний сигнал.



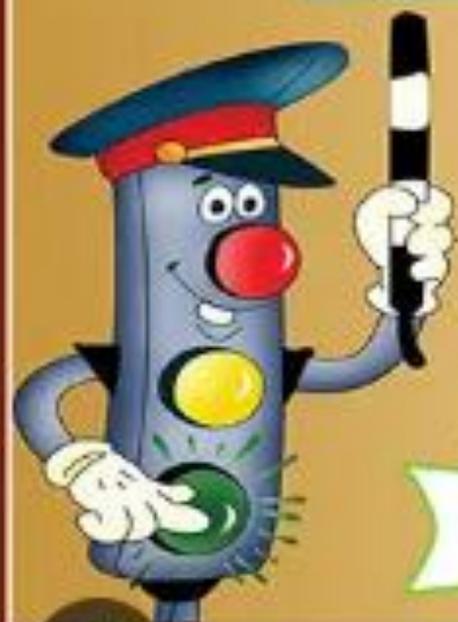
Там, де немає світлофора, там, де немає перехідного сигналу, завжди бути обережним.



Зупинитися на зупинці автобуса, трамвая, тролейбуса. Не вступати на дорогу, коли червоний сигнал.



## ПРАВИЛА ПІШОХОДА



**СТІЙ!**

**УВАГА!**

**ІДИ!**

- Переходити дорогу на пішохідних переходах, наземному або підземному переході.
- Переходь дорогу на зеленій сигнал світлофора, на червоний і жовтий сигнал світлофора переходити дорогу не можна.
- Переходячи дорогу, дивитися спочатку наліво, а доходячи до середини дороги - направо.
- Ніколи не вибігати на дорогу і не влаштовувати на ній ігор.
- Автобус і тролейбус обходити ззаду або на пішохідному переході.
- Трамвай обходити спереду або на пішохідному переході.

# ПРОФІЛАКТИКА ГОСТРИХ КИШКОВИХ ІНФЕКЦІЙ



ЦЕНТР  
ГРОМАДСЬКОГО  
ЗДОРОВ'Я



Підтримуйте чистоту



Відокремлюйте сиру їжу  
від готової



Ретельно готуйте їжу



Зберігайте їжу за безпечної  
температури



Використовуйте безпечну  
воду і свіжі продукти

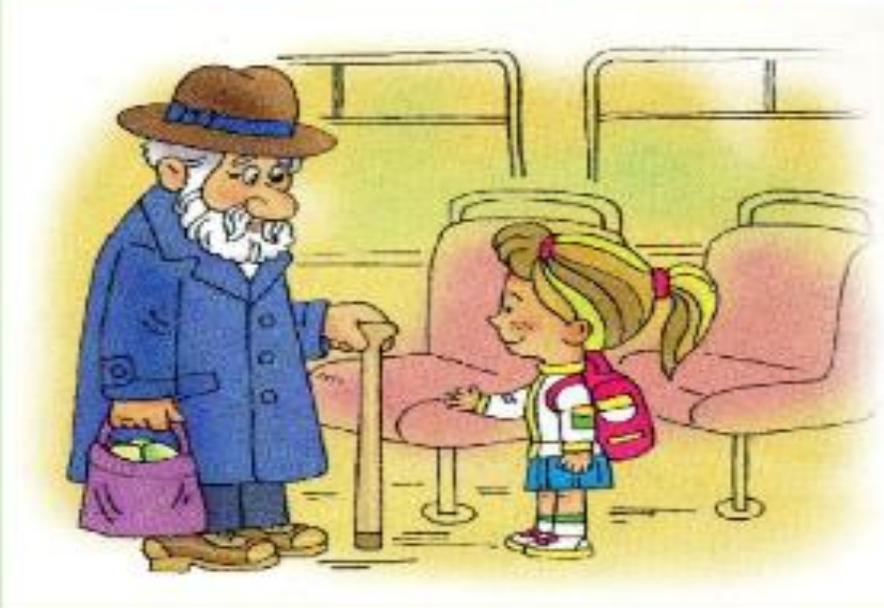
# ЗАПАМ'ЯТАЙ:

## ▶ На вулиці

- ▶ Велику частину часу ми проводимо в колі незнайомих нам людей на вулиці, в транспорті. І від того, як ми поведимося, залежить не тільки наш настрій, але і наше життя й оточуючих нас людей.
- ▶ Головне правило поведінки на вулиці – не завдавати незручностей і неприємностей оточуючим.



# Правила поведінки в транспорті



**Нещасний випадок** — це

збіг обставин,  
внаслідок  
яких людина  
травмується  
або гине.



## Травмування можливе внаслідок дій



## Приклади нещасних випадків

- травми,
- гострі професійні
- захворювання та отруєння,
- теплові удари, опіки, обмороження, утоплення,
- враження електричним струмом, блискавкою,
- ушкодження в наслідок аварій, пожеж, стихійних лих,
- контакту с тваринами, комахами та іншими представниками фауни и флори.





# ДОМЕДИЧНА ДОПОМОГА ПРИ НЕЩАСНИХ ВИПАДКАХ



## ЦЕ ПОВИНЕН КОЖЕН *ЗНАТИ*

### 1 ОСНОВНІ ОЗНАКИ ПОРУШЕННЯ ВАЖЛИВИХ ФУНКЦІЙ ОРГАНІЗМУ ЛЮДИНИ

| ОЗНАКА                                | ЯКЩО ЛЮДИНА ЖИВА   | В РАЗІ СМЕРТІ                     |
|---------------------------------------|--|-----------------------------------|
| ПУЛЬС                                 | ВИЗНАЧАЄТЬСЯ НА ШИЇ ЗБОКУ І ВИЩЕ АДАМОВОГО ЯБЛУКА ПРИТИСНЕННЯМ ДВОХ ПАЛЬЦІВ  | НЕ ВИЗНАЧАЄТЬСЯ                   |
| СЕРЦЕВІ СКОРОЧЕННЯ                    | ВИЗНАЧАЮТЬСЯ ПРОСЛУХОВУВАННЯМ ГРУДНОЇ КЛІТИНИ  | НЕ ВИЗНАЧАЮТЬСЯ                   |
| ДИХАННЯ                               | ВИЗНАЧАЄТЬСЯ НА ОКО ПО РУКУ ГРУДНОЇ КЛІТКИ, КРИЛ НОСА, ГУБ, ДЗЕРКАЛО, ПІДНЕСЕНЕ ДО РОТА, ПІТНІЄ, ПУШИНКА, ТОНКА НИТКА, ПІДНЕСЕНІ ДО РОТА АБО НОСА, КОЛИВАЮТЬСЯ | ВІДСУТНЄ                          |
| РЕАКЦІЯ ЗІНИЦЬ НА СВІТЛО              | ЗІНИЦЯ ВУЗЬКА, НА СВІТЛО ЗВУЖУЄТЬСЯ  | ЗІНИЦЯ ШИРОКА НА СВІТЛО НЕ РЕАГУЄ |
| РЕФЛЕКС РОГІВКИ ОКА                   | ПРИ ДОТОРКАННІ ДО РОГІВКИ КІНЧИКОМ ХУСТКИ ПОВІКИ ЗДРИГАЮТЬСЯ   | РЕФЛЕКС ВІДСУТНІЙ                 |
| ПОМІРНЕ ПЕРЕТЯГУВАННЯ РУКИ ВИЩЕ ЛІКТЯ | ВЕНИ НИЖЧЕ ДЖГУТА НАБУХАЮТЬ  | ВЕНИ БЕЗ ЗМІН                     |

### 2 ЗАГАЛЬНІ ПРИНЦИПИ НАДАННЯ ПЕРШОЇ ДОПОМОГИ ТА ЇЇ ПРИЙОМИ СТОСОВНО ХАРАКТЕРУ ОТРИМАННЯ ПОТЕРПІЛИМ УШКОДЖЕНЬ

### 3 ОСНОВНІ СПОСОБИ ПЕРЕНЕСЕННЯ ТА ЕВАКУАЦІЇ ПОТЕРПІЛИХ

## ЦЕ ПОВИНЕН КОЖЕН *ВМІТИ*



- > ОЦІНЮВАТИ СТАН ПОТЕРПІЛОГО ТА ВИЗНАЧАТИ, ЯКОЇ ДОПОМОГИ В ПЕРШУ ЧЕРГУ ВІН ПОТРЕБУЄ;
- > ЗАБЕЗПЕЧУВАТИ ВІЛЬНУ ПРОХІДНІСТЬ БЕРХНІХ ДИКАЛЬНИХ ШЛЯКІВ;
- > ВИКОНУВАТИ ШТУЧНЕ ДИХАННЯ ТА ЗАКРИТИЙ МАСАЖ СЕРЦЯ І ОЦІНЮВАТИ ЇХ ЕФЕКТИВНІСТЬ;
- > ТИМЧАСОВО ЗУПИНЯТИ КРОВОТЕЧУ НАКЛАДЕННЯМ ДЖГУТА, ТИСНУЧОЇ ПОВ'ЯЗКИ, ПАЛЬЦЕВИМ ПРИТИСНЕННЯМ СУДИН;
- > НАКЛАДАТИ ПОВ'ЯЗКУ ПРИ УШКОДЖЕННЯХ – ПОРАНЕНІ, ОПІКУ, ОБМОРОЖЕННІ, УДАРИ;
- > ІММОБІЛІЗОВУВАТИ УШКОДЖЕНУ ЧАСТИНУ ТІЛА ПРИ ПЕРЕЛОМАХ КІСТОК, ВАЖКОМУ УДАРИ, ТЕРМІЧНОМУ УРАЖЕННІ, ПОРАНЕНІ;
- > НАДАВАТИ ДОПОМОГУ ПРИ ТЕПЛОБОМУ ТА СОНЯЧНОМУ УДАРАХ, УТОПЛЕНІ, ГОСТРОМУ ОТРУЄННІ, БЛЮВАННІ, ПРИ ВТРАТІ СВІДОМОСТІ;
- > ВИКОРИСТОВУВАТИ ПІДРУЧНІ ЗАСОБИ ПРИ ПЕРЕНЕСЕННІ, НАВАНТАЖЕННІ ТА ТРАНСПОРТУВАННІ ПОТЕРПІЛИХ;
- > ВИЗНАЧАТИ ДОЦІЛЬНІСТЬ ВИВЕЗЕННЯ ПОТЕРПІЛОГО НА МАШИНІ ШВИДКОЇ ДОПОМОГИ АБО НА ПОПУТНОМУ ТРАНСПОРТІ;
- > КОРИСТУВАТИСЯ АПТЕЧНОЮ ШВИДКОЇ ДОПОМОГИ.



# СОНЯЧНИЙ/ТЕПЛОВИЙ УДАР



Вірогідність отримати у спеку сонячний або тепловий удар найбільша у дітей та людей, які страждають серцево-судинними захворюваннями



## СИМПТОМИ:

Тепловий удар:

- втрата свідомості;
- збільшення зіниць;
- носова кровотеча;
- блювота, жага;
- утруднене дихання;
- пришвидшений пульс;
- підвищення температури тіла до 390С;
- біль у м'язах;
- суха та гаряча шкіра.



Сонячний удар:

- сильний головний біль;
- потемніння в очах;
- запаморочення;
- нудота;
- почервоніння шкіри.

## ПЕРША ДОПОМОГА:

- перенести постраждалого в затінок, або в прохолодне приміщення;
- вкласти людину на спину, при тепловому ударі голову підняти, при сонячному опустити;
- зняти одяг, розв'язати пасок;
- тіло обтерти холодною водою, обгорнути вологим простирадлом;
- на голову покласти холодний компрес;
- дати випити холодний напій.

## ЯК КРАЩЕ ПЕРЕНЕСТИ СПЕКУ:



Уникати тривалого перебування на сонці



Знизити фізичні навантаження



Скоротити споживання алкоголю



Відмовитися від куріння



Скоротити кількість їжі



Пити воду (1,5 - 2,5 л на добу)



Виставляти температуру на кондиціонері 23 - 26°



Частіше приймати душ



Прикривати родимки і родимі плями



Носити легкий, вільний одяг з натуральних тканин

## ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС СИЛЬНОЇ ЗЛИВИ

1



Відстежуйте прогнози погоди. Перевіряйте соціальні мережі – там можна швидше дізнатися про проблеми на вулицях

2



Краще не виходити без потреби з приміщення. Проте, якщо немає можливості залишитися – зарядіть ваші ноутбуки, планшети і телефони

3



Намагайтеся не заходити в місця, де є сильний потік води, або стоїть вода. Самі такі місця можуть бути глибокими або містити небезпечні предмети

4



Не стійте під високими деревами або стовпами

5



Допомагайте людям поруч, але в екстремальних ситуаціях – викликайте рятувальників!

6



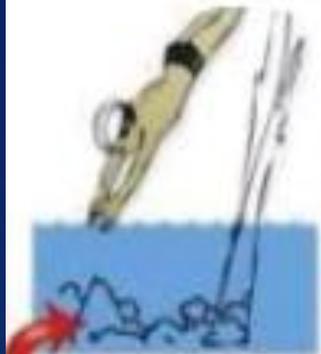
Надворі під час грози не користуйтеся мобільними телефонами, окрім випадків, коли вам потрібно викликати допомогу

7



Якщо негода застала вас за кермом, намагайтеся знайти місце для паркування і залиште автомобіль у безпечному місті. Якщо можливості паркування немає – продовжуйте їхати, але зменшіть швидкість та увімкніть фари.

# Щоб уникнути нещасних випадків, не можна:



Стрибати з обривів і веж, не перевіривши дно



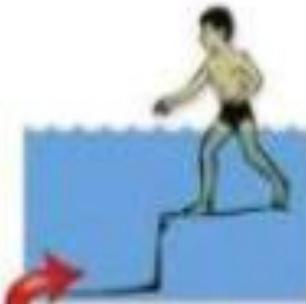
Запливати за буйки або намагатися перепливати водоймища



Влаштувати на воді небезпечні ігри



Далеко відпливати від берега на надувних матрацах і кругах, якщо ви не умієте плавати



Купатися в неустановлених місцях



Залишати без нагляду дітей, що стоять біля води



Купатися у воді при температурі нижче 18°C



Подавати хибні сигнали тривоги



Кататися на саморобних плотях



Підпливати до суден, човнів і катерів, що близько проходять

## ОМИ



БІЛЬ У ГРУДЯХ



СКЛАДНЕ ДИХАННЯ



БІЛЬ У М'ЯЗАХ



ДІАРЕЯ

ТЕРМІЧНА  
ОБРОБКА  
ПРОДУКТІВ

ЗВОЛОЖЕННЯ ТА  
ПРОВІТРЮВАННЯ  
ПРИМІЩЕНЬ

ОБМЕЖЕННЯ  
КОНТАКТІВ

МИТТЯ РУК  
З МИЛОМ  
ВИКОРИСТАННЯ  
АНТИСЕПТИКУ

ЗАЛИШАЙТЕСЯ  
ВДОМА  
В РАЗІ ПОЯВИ  
СИМПТОМІВ

МАСКА  
В РАЗІ  
ПОЯВИ  
СИМПТОМІВ

БІЛИЙ НАЛІТ  
НА ЯЗИЦІ

Шкідливі звички дезорганізують людину, послаблюють її волю, знижують працездатність, порушують здоров'я й скорочують тривалість життя.



# ПЕРША ДОПОМОГА АЛГОРИТМ ДІЙ



Оглянути місце події та впевнитись у тому, що воно безпечне



Оцінити стан потерпілого



За необхідності викликати бригаду екстреної медичної допомоги та інші екстрені служби



Оцінити наявність критичних кровотеч та зупинити їх



Забезпечити прохідність дихальних шляхів



За необхідності розпочати серцево-легеневу реанімацію

Якщо у потерпілого відсутні ознаки життя та критичної кровотечі або ви вже її лікували



Перевести потерпілого у стабільне положення

(на боці, обличчям до себе, рука під головою, нога зігнута в коліні). Якщо не йдеться про підозру на травми хребта та кісток тазу і серцево-легенева реанімація була вдалою



Не залишати потерпілого та контролювати його стан до прибуття екстрених служб



# Профілактика грипу

**Всеукраїнське Лікарське Товариство, Громадська Рада МОЗ України та Центри здоров'я на час епідемії грипу для попередження зараження вірусом РЕКОМЕНДУЮТЬ КОЖНОМУ:**



Підвищуйте опірність вашого організму, регулярно вживаючи часник, цибулю, чаї з шипшини та чорної смородини



Змащуйте слизову оболонку носа оксоліновою маззю, вазеліном чи іншими жирними мазями



1-2 рази на день полощіть горло та промивайте ніс теплою соляною водою



Регулярно мийте руки з милом та провітрюйте приміщення, де ви знаходитесь



Уникайте місць скупчення людей, масових заходів, переохолодження



Регулярно користуйтеся марлевими пов'язками, змінюючи їх кожні 3-4 години

# РЕКОМЕНДАЦІЇ щодо профілактики гострих кишкових інфекційних захворювань та харчових отруєнь



**НЕ** купувати продукти харчування на стихійних ринках або з рук у приватних осіб



Зберігати продукти харчування тільки у спосіб зазначений на упаковці та у встановлений термін



При споживанні овочів, фруктів та ягід їх необхідно ретельно помити питною водою.



Обов'язково мити руки з милом та дотримуватися особистої гігієни



**НЕ** вживати незнайомі та підозрілі гриби, ягоди, трави та інші рослини



**НЕ** вживати продуктів і напоїв при найменшій підозрі щодо їх якості та з простроченими термінами споживання



Для купання та відпочинку слід користуватися лише офіційно дозволеними пляжами



У випадку виявлення перших ознак кишкового захворювання необхідно терміново звернутись до найближчої лікувальної установи

# Запам'ятай!

## ТЕЛЕФОНИ СЛУЖБИ БЕЗПЕКИ



**101** - ПОЖЕЖНА ДОПОМОГА



**102** - МІЛІЦІЯ

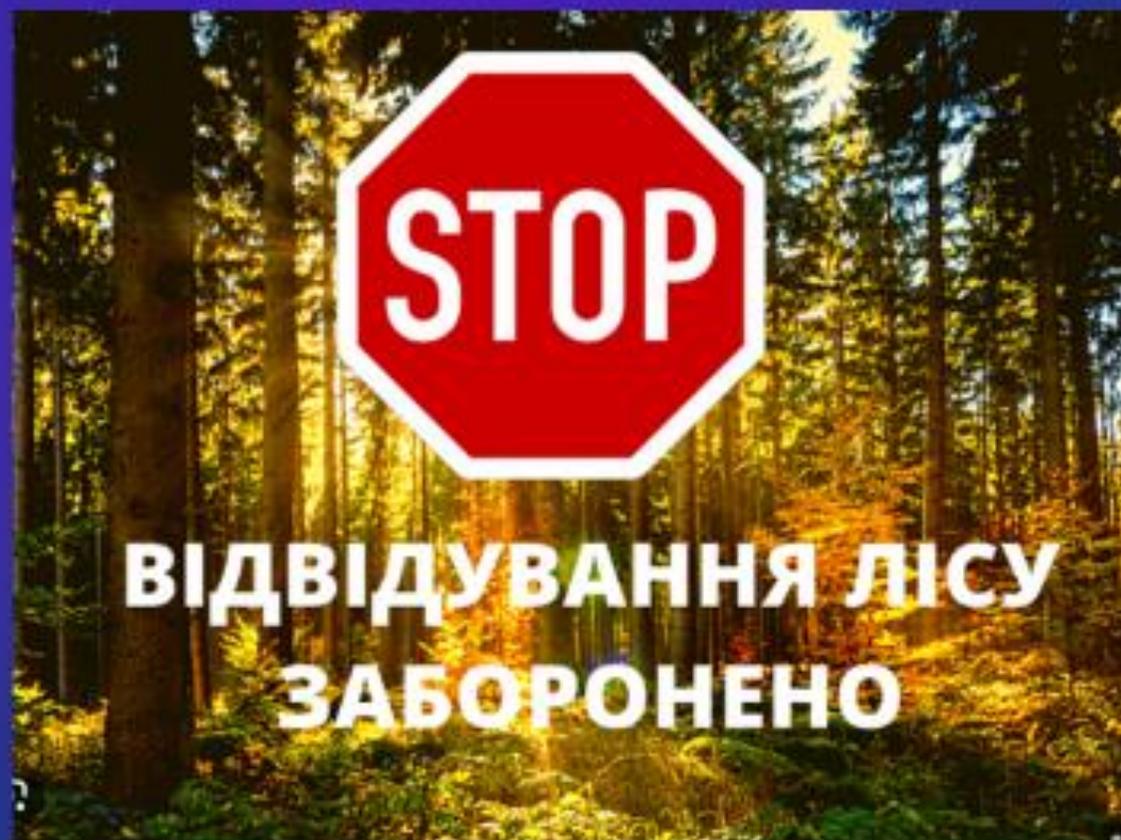


**103** - ШВИДКА ДОПОМОГА



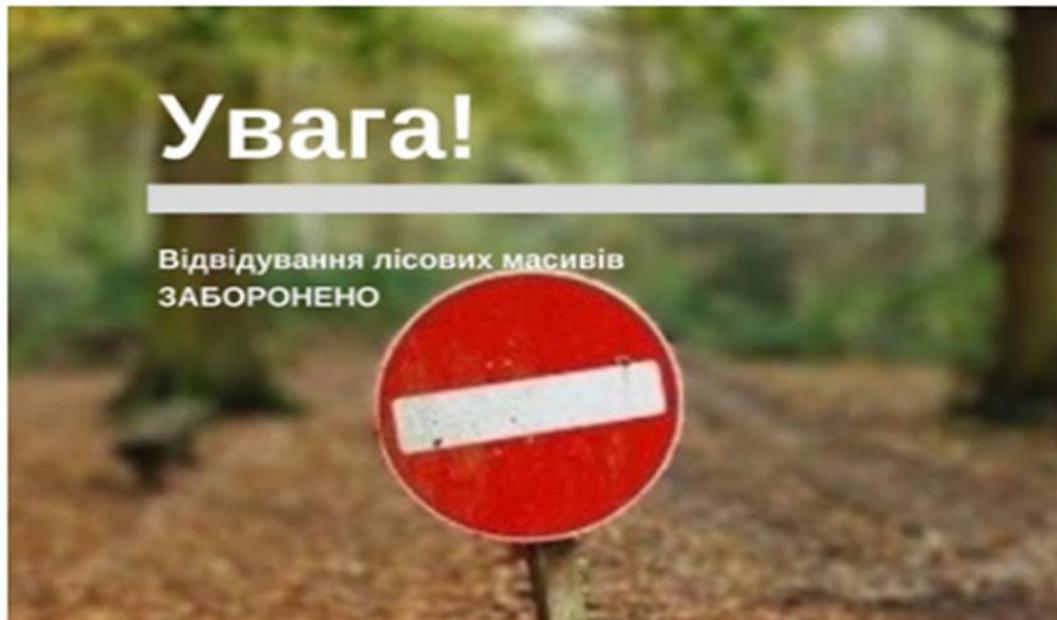
**104** - ГАЗОВА СЛУЖБА

**Заборони та ризики відвідування лісових масивів та територій, які можуть бути замінованими або наближені до районів бойових дій**



# Жителів сумської громади попереджають про заборону відвідувати ліси

📅 Створено: 29 червня 2022 👁 Перегляди: 669



Відділ у справах надзвичайних ситуацій та цивільного захисту населення повідомляє жителів сумської громади щодо заборони відвідувати ліси.

Згідно розпорядження голови Сумської обласної державної адміністрації – керівника обласної військової адміністрації від 24 березня 2022 року № 100-ОД з метою запобігання реальній загрозі виникнення пожеж у лісах і мінімізації їх наслідків заборонено на час дії правового режиму воєнного стану відвідування лісів населенням і в'їзд до лісів Сумської області (крім транзитних шляхів) транспортних засобів та іншої техніки, за винятком

Збройних Сил України, командуванням видів, окремих родів військ (сил) Збройних Сил України, управління оперативних командувань, Державної прикордонної служби України, Державної спеціальної служби транспорту, Державної служби спеціального зв'язку та захисту інформації України, Національної гвардії України, Служби безпеки України, Служби зовнішньої розвідки України, управління державної охорони України, МВС України, інших органів виконавчої влади, органів місцевого самоврядування, постійних лісокористувачів.

Посадовці наголошують, що наразі настав пожежонебезпечний період. Саме тому важливо не допускати спалювання сухої рослинності, стерні, адже саме з цієї причини полум'я вогню нерідко перекидається на лісові насадження і може призвести до лісових пожеж та досягнути рівня надзвичайної ситуації.

В лісових масивах на вас може чекати небезпека.  
Перш за все - це вибухонебезпечні предмети,  
які залишали після себе російські окупанти, а по-  
друге, вас можуть сприйняти за диверсанта.

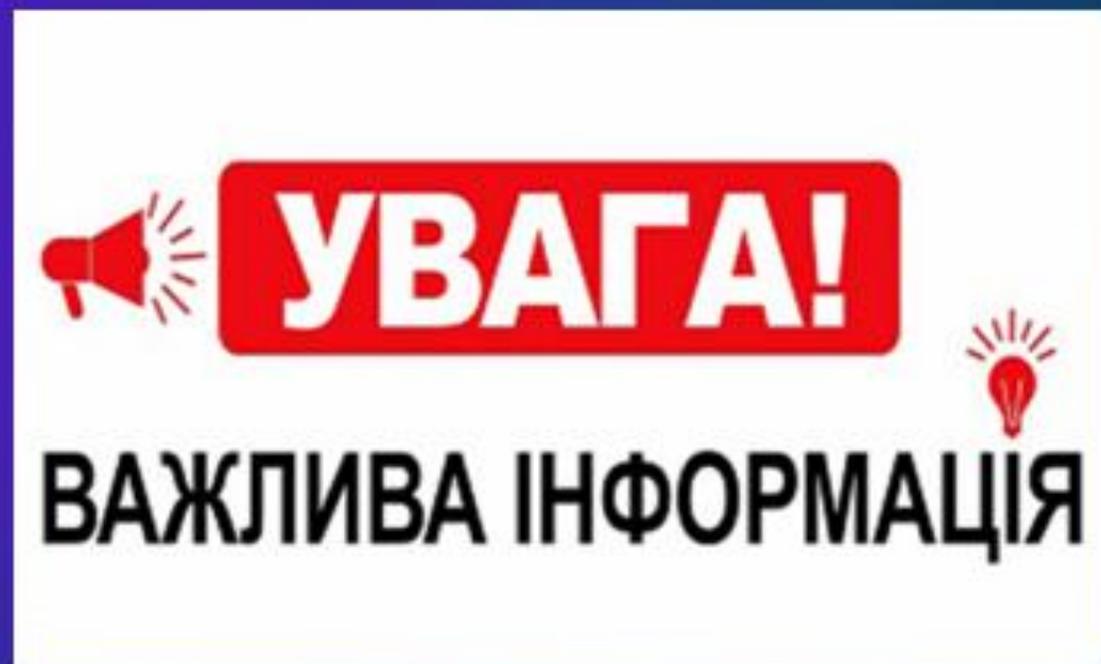


Важливі правила дотримання мінної безпеки на територіях, які можуть бути замінованими або наближені до районів бойових дій, аби убезпечити себе та близьких:

- не підходьте близько до підозрілих предметів і не чіпайте їх руками;
- утримайтеся від відвідування лісів, полів, лісосмуг та місць, де велися бойові дії;
- ходіть лише знайомими та перевіреними маршрутами.

Не дозволяйте дітям молодшого віку піднімати невідомі предмети, відходити далеко від дорослих і гратися наодинці. Розповідайте їм про вибухові пристрої та небезпеку, яку вони становлять.

# Дії населення в умовах надзвичайних ситуацій воєнного характеру



Підготовку до можливого перебування у зоні надзвичайної ситуації доцільно починати завчасно. Необхідно підготувати "екстрену валізку" з речами, які можуть знадобитись при знаходженні у зоні НС або при евакуації у безпечні райони.

### **Підготовка оселі:**

- нанести захисні смуги зі скочу (паперу, тканини) на віконне скло для підвищення його стійкості до вибухової хвилі та зменшення кількості уламків і уникнення травмування у разі його пошкодження;
- по можливості обладнайте укриття у підвалі, захистіть його мішками з піском, передбачте наявність аварійного виходу;
- при наявності земельної ділянки обладнайте укриття на такій відстані від будинку, яка більше його висоти;
- забезпечте оселю запасами питної та технічної води;
- зробіть запас продуктів тривалого зберігання;
- додатково укомплектуйте домашню аптечку засобами надання першої медичної допомоги;
- підготуйте (закупіть) засоби первинного пожежогасіння;
- підготуйте ліхтарики (комплекти запасних елементів живлення), газові лампи та свічки на випадок відключення енергопостачання;
- підготуйте (закупіть) прилади (примус) для приготування їжі у разі відсутності газу і електропостачання;
- підготуйте необхідні речі та документи на випадок термінової евакуації або переходу до захисних споруд цивільної оборони або інших сховищ (підвалів, погребів тощо);
- особистий транспорт тримайте у справному стані із запасом палива для виїзду з небезпечного району;
- при наближенні зимового періоду необхідно продумати питання щодо обігріву оселі у випадку відключення централізованого опалення.

# Правила поведінки в умовах надзвичайної ситуації воєнного характеру

## Необхідно:

- зберігати особистий спокій, не реагувати на провокації;
- не сповіщати про свої майбутні дії (плани) малознайомих людей, а також знайомих з ненадійною репутацією;
- завжди мати при собі документ (паспорт), що засвідчує особу, відомості про групу крові свою та близьких родичів, можливі проблеми зі здоров'ям (алергію на медичні препарати тощо);
- знати місце розташування захисних споруд цивільної оборони поблизу місця проживання, роботи, у місцях частого відвідування (магазини, базар, дорога до роботи, медичні заклади тощо). Без необхідності намагатися якнайменше знаходитись поза місцем проживання, роботи та у малознайомих місцях;
- при виході із приміщень, пересуванні сходами багатоповерхівок або до споруди цивільної оборони (сховища) дотримуватись правила правої руки (як при русі автомобільного транспорту) з метою уникнення тисняви. Пропускати вперед та надавати допомогу жінкам, дітям, літнім людям та інвалідам, що значно скоротить терміни зайняття укриття;
- уникати місць скупчення людей;
- не вступати у суперечки з незнайомими людьми, уникати можливих провокацій;
- у разі отримання будь-якої інформації від органів державної влади про можливу небезпеку або заходи щодо підвищення безпеки передати її іншим людям (за місцем проживання, роботи тощо);
- при появі озброєних людей, військової техніки, заворушень негайно покинути цей район;

- посилити увагу і за можливості також залишити цей район у разі появи засобів масової інформації сторони-агресора;
- про людей, які не орієнтуються на місцевості, розмовляють з акцентом, мають нехарактерну зовнішність, здійснюють протиправні і провокативні дії, здійснюють незрозумілу роботу, тощо, – негайно поінформувати органи правопорядку, місцеву владу, військових;
- у разі потрапляння у район обстрілу – сховатись у найближчу захисну споруду цивільної оборони, сховище (укриття). У разі відсутності пристосованих сховищ, для укриття використовувати нерівності рельєфу (канави, окопи, заглиблення від вибухів тощо). У разі раптового обстрілу та відсутності поблизу споруд цивільного захисту, сховища і укриття – ляжте на землю головою в бік, протилежний вибухам. Голову слід прикрити руками (за наявності для прикриття голови використовувати валізу або інші речі). Не виходьте з укриття до кінця обстрілу;
- надавати першу допомогу іншим людям у разі їх поранення. Визвати швидку допомогу, представників ДСНС України, органів правопорядку, за необхідності – військових;
- у разі, якщо ви стали свідком поранення або смерті людей, протиправних до них дій (арешт, викрадення, побиття тощо), слід постаратися з'ясувати та зберегти якнайбільше інформації про них та обставини події для надання допомоги, пошуку, встановлення особи тощо. Необхідно пам'ятати, що ви самі або близькі вам люди, також можуть опинитись у скрутному становищі і будуть потребувати допомоги.

## ЩО РОБИТИ, ЯКЩО НЕ ВСТИГЛИ ДОБІГТИ ДО УКРИТТЯ ПІД ЧАС ОБСТРІЛУ

НЕГАЙНО ПЕРЕЙДІТЬ У ПРИМІЩЕННЯ БЕЗ ВІКОН.  
АБО СКОРИСТАЙТЕСЬ ПРАВИЛОМ ДВОХ СТІН.  
(ПЕРША СТІНА ВІЗЬМЕ НА СЕБЕ СИЛУ ВИБУХУ,  
НАСТУПНА - РУЙНУВАННЯ)



ЯКЩО ВИНИКЛА ПОЖЕЖА ЧИ ПОШКОДЖЕННЯ  
БУДИНКУ - ТЕЛЕФОНУЙТЕ НА 101. ВКАЖІТЬ ВАШУ  
ТОЧНУ АДРЕСУ, ПОВЕРХ, КВАРТИРУ. ПОКИНЬТЕ  
НЕБЕЗПЕЧНЕ МІСЦЕ!



ЯКЩО У БУДИНКУ СТАВСЯ ВИБУХ, ЯКНАЙШВИДШЕ  
ЗАЛИШТЕ БУДІВЛЮ САМОСТІЙНО, АЛЕ ЗАЛИШІТЬ  
ДВЕРІ ВІДЧИНЕНИМИ! ТОДІ РЯТУВАЛЬНИКАМ НЕ  
ДОВЕДЕТЬСЯ ЗРІЗАТИ ЇХ БЕНЗОРІЗОМ ДЛЯ  
ОБОВ'ЯЗКОВОЇ ПЕРЕВІРКИ



### ЯКЩО ВИ ЗАЛИШАЄТЕ МІСТО ЧИ СВОЮ КВАРТИРУ

ЗАЛИШТЕ КЛЮЧІ СУСИДАМ



У разі надзвичайної ситуації (НС) у вашому будинку  
рятувальники будуть перевіряти кожне помешкання,  
аби переконатися, що в ньому немає людей.



СПІЛКУЙТЕСЬ ІЗ СУСИДАМИ, ТРИМАЙТЕ ЗВ'ЯЗОК



У разі НС рятувальники будуть знати точну кількість  
людей, хто залишився вдома. Ймовірно порожні  
квартири перевірятимуть потім.



## ЯК ДІЯТИ ПРИ ОБСТРІЛАХ ЖИТЛОВИХ БУДИНКІВ? ПРАВИЛА ПОРЯТУНКУ:

СПОВІЩЕННЯ ПРО ТРИВОГУ БУВАЄ ДВОХ  
ВИДІВ: ПЕРЕРИВЧАСТА СИРЕНА (ЧЕКАЙТЕ, ЗА 5  
ХВИЛИН ПІСЛЯ СИГНАЛУ КАНАЛИ  
ПОВІДОМЛЯТЬ, ЩО РОБИТИ ДАЛІ),  
БЕЗПЕРЕРВНА СИРЕНА (ТРЕБА НЕГАЙНО ЙТИ В  
УКРИТТЯ)

ПІСЛЯ СПОВІЩЕННЯ ПРО ПОВІТРЯНУ ТРИВОГУ  
ТРЕБА ВИМКНУТИ: СВІТЛО, ГАЗ, ВОДУ, ЯКЩО Є -  
ВІД'ЄДНАТИ ГАЗОВИЙ БАЛОН, СПУСТИТИ ТИСК І  
ПОКЛАСТИ В БЕЗПЕЧНЕ МІСЦЕ

НАЙБІЛЬШ НЕБЕЗПЕЧНІ МІСЦЯ У БУДИНКУ:  
ПЕРШОЙ, ДРУГОЙ І ТРЕТІЙ ПОВЕРХИ (ЗАГРОЗА  
ПОТРАПЛЯННЯ КУЛЬ ПРИ ОБСТРІЛАХ),  
ОСТАННІЙ ПОВЕРХ (НЕБЕЗПЕЧНИЙ ПРИ  
ПОВІТРЯНІЙ ТРИВОЗІ), ПІДВАЛ (Є ЙМОВІРНІСТЬ  
ОПИНІТИСЬ ПІД ЗАВАЛАМИ)

ЯКЩО ЗАЛИШИЛИСЬ У КВАРТИРІ, ДЕ  
СХОВАТИСЬ: ВАННА КІМНАТА, ЯКЩО В НІЙ  
НЕМАЄ ГАЗОВОГО КОТЛА АБО ПРОСТІР ЗА  
ДВОМА ГЛУХИМИ СТІНКАМИ

### ЩО БРАТИ З СОБОЮ В УКРИТТЯ:

ВОДУ (З ЛІТРИ НА  
ОСОБУ)



СУХУ ТЪЖУ ШОНАЙМЕНШЕ  
НА 3 ДОБИ



ТЕЛЕФОН З  
ПАВЕРБЕНКОМ



СВИСТОК ДЛЯ ПОДАЧІ  
СИГНАЛІВ



ЛІХТАРИК



## ЯКЩО ТРАПИВСЯ ЗАВАЛ У БУДИНКУ



ПОКЛИНІТЕ НА ДОПОМОГУ.  
ПОВІДОМТЕ, ДЕ ВИ  
ЗНАХОДИТЕСЬ.

СПОКІЙНО ЧЕКАЙТЕ,  
ПОКИ РОЗБЕРУТЬ  
ЗАВАЛ.



## ЯКЩО ВАС НІХТО НЕ ЧУЄ



**01**  
СПРОБУЙТЕ ВИВІЛЬНИТИ  
РУКИ ТА НОГИ.

**02**  
ОЦІНІТЬ НАВКОЛИШНЮ  
ОВІТАНОВКУ.



**03**  
ОБЕРЕЖНО РОЗБЕРІТЬ ЗАВАЛ.  
НАМАГАЙТЕСЯ НЕ ЗАЧЕПИТИ ТЕ,  
НА ЧОМУ ВСЕ ТРИМАЄТЬСЯ.

**04**  
ЯКЩО НЕ ВПЕВНЕНІ В СВОЇХ  
СИЛАХ, ТЕРПІЛЧЕ КЛИЧТЕ  
НА ДОПОМОГУ.



**05**  
ЯКЩО Є МОЖЛИВІСТЬ,  
СКОРИСТАЙТЕСЯ  
ТЕЛЕФОНОМ, СТУКАЙТЕ  
ПО ТРУБАХ, БАТАРЕЙК  
ОПАЛЕННЯ.

**06**  
ЯКЩО НІХТО НЕ ЧУЄ,  
СПРОБУЙТЕ  
РОЗБИРАТИ  
ЗАВАЛ.



**07**  
ЗВІЛЬНИВШИСЬ, ОГЛЯНЬТЕ  
СЕБЕ. ЗА МОЖЛИВОСТІ  
НАДАЙТЕ СОБІ ПЕРШУ  
МЕДИЧНУ ДОПОМОГУ.

**08**  
В ОЧІКУВАННІ ДОПОМОГИ  
НАМАГАЙТЕСЯ УНИЖИТИ  
ПЕРЕОХОЛОДЖЕННЯ.



## ЩО ПОТРІБНО ЗНАТИ ПРО НЕБЕЗПЕКУ ВНП



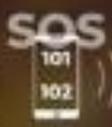
**01**  
В жодному разі не  
торкайтесь та не  
пересувайте підозрілий  
предмет руками.

**02**  
Позиньте пальцем бодягом,  
камінцем тощо нісоче,  
де знаходиться підозрілий  
предмет.



**03**  
Попередьте про знахідку  
інших осіб поруч. Відкажіть  
їх та відійдіть самі на  
безпечну відстань (не менше 100 метрів).

**04**  
Єдиним офіційним каналом  
повідомлень про виявлення  
підозрілих ВНП є ДЗВІНОК  
НА ЕКСТРЕНІ НОМЕРИ «101» або «102».



**05**  
Не користуйтеся  
телефоном або іншими  
засобами радіозв'язку  
ПОБЛИЗУ підозрілого предмета.

**06**  
Не намагайтеся розібрати  
підозрілий предмет,  
втягати з нього  
вибухову речовину або детонатор.



**07**  
ПОЛЯ, ЛІСИ, ВОДОЙМИ  
На небезпечну знахідку  
можна натрапити у  
неочікуваному місці.

**08**  
ГОРОДИ ТА РУЙНИ  
На небезпечну знахідку  
можна натрапити у  
неочікуваному місці.



**09**  
УДАР ТА СТРУС  
Активувати  
вибухонебезпечні  
предмети може навіть найменший  
зв'язаний вплив.

**10**  
ТЕРТЯ ТА НАГРІВАННЯ  
Активувати  
вибухонебезпечні  
предмети може навіть найменший  
зв'язаний вплив.

