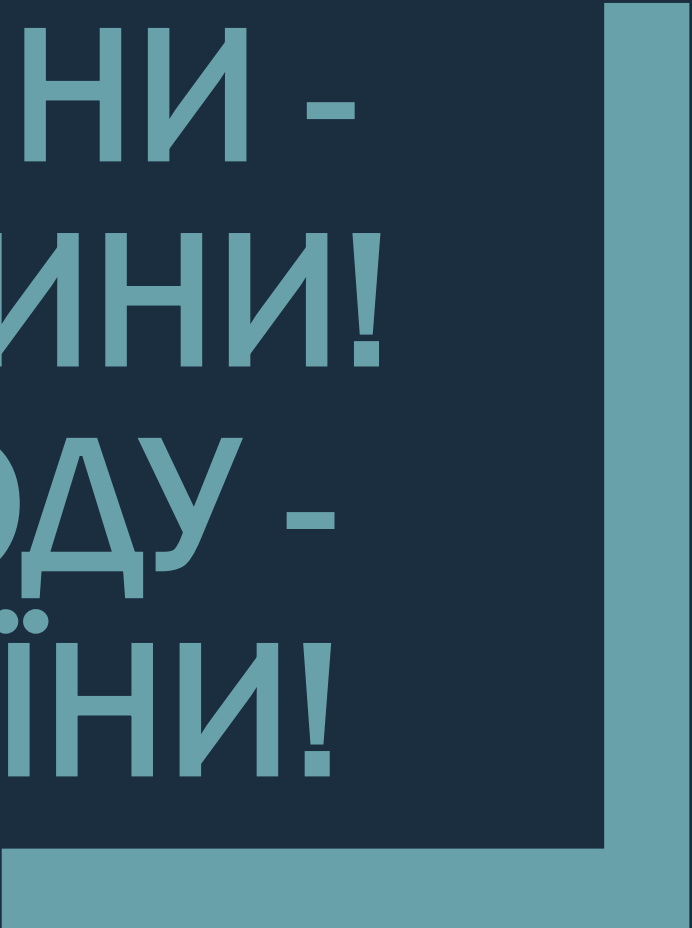
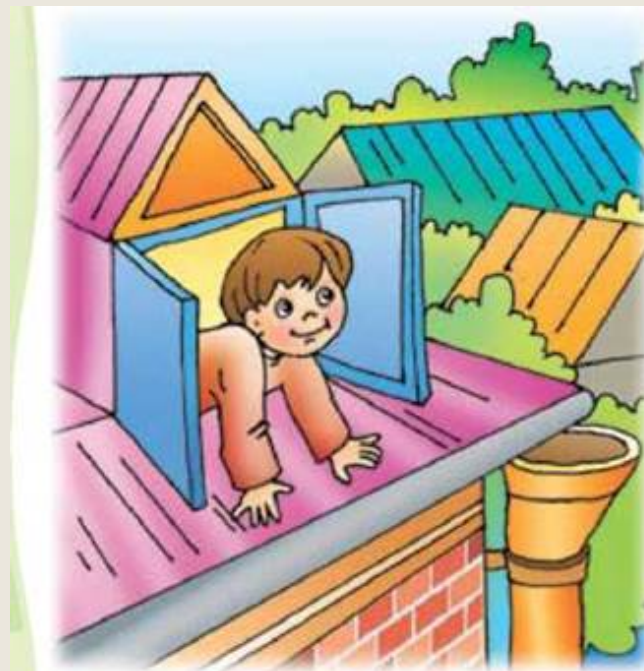
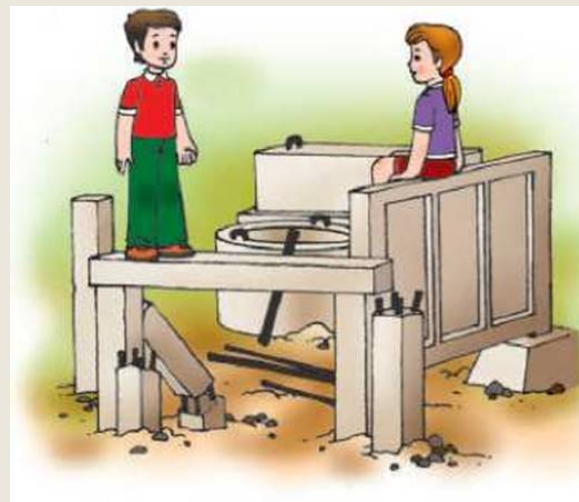


**ЗДОРОВ'Я ДИТИНИ -
БАГАТСТВО РОДИНИ!
ЗДОРОВ'Я НАРОДУ -
БАГАТСТВО КРАЇНИ!**



Які місця
можуть бути
небезпечними
для розваг?



Які місця можуть бути безпечними для розваг?

Найзручніше місце для гри в місті — це дитячий ігровий або спортивний майданчик у дворі біля вашого дому.



Спортивний майданчик

Місце для рухливих ігор, футбол, бадмінтон



Якщо ти надворі

Правила обачності:

- За жодних умов не сідай у машину до незнайомців. Ніколи не сідай у невідому порожню машину.
- Не бери ніяких подарунків і швидко йди від людей, які їх пропонують. Обов'язково розкажи про це батькам.



Якщо ти надворі

Правила обачності:

- Не спускайся у підвали та не піднімайся на горища.
- Уникай темних неосвітлених місць: дворів, під'їздів, підворіть
- Не винось у двір дорогі речі, не хизуйся ними.



Якщо ти надворі

Правила обачності:

- Не носи із собою великі суми грошей. Ніколи не хвалися грішми.
- Якщо грубо вимагають гроші або дорогі речі, погрожують ножем або іншою зброєю, — віддай без суперечок.



Без дозволу батьків
не відходь далеко
від дому





Правила п'яти "Не"

1. Не гуляти в небезпечних місцях.
2. Не гуляти в темряві.
3. Не розмовляти з незнайомцями.
4. Не сідати в машину без дозволу батьків.
5. Не брати нічого від сторонніх людей.

Правила безпечної поведінки в натовпі

Натовп — це неконтрольоване скупчення людей.

— Де може утворитися натовп?

Це святкові концерти, футбольні матчі, ярмарки. Зазвичай, на таких заходах перебуває дуже багато людей.



Безпека в натовпі

Паніка — масовий страх перед реальною або уявною небезпекою. Люди втрачають самоконтроль, стають небезпечними для себе та інших людей.



Правила поведінки в натовпі — це комплекс заходів для уникнення небезпеки в місцях великого скупчення людей.

Коли люди приходять на концерт або на будь-який інший святковий захід, вони зазвичай ведуть себе спокійно й миролюбно. Але як тільки захід закінчується, усі відразу покидають свої місця й стрімко рухаються до виходу. При цьому часто виникає натовп. Може статися так, що рух людей перетвориться з упорядкованого на стихійний.

Паніка — це втрата контролю за своєю поведінкою, нездатність правильно оцінити ситуацію й адекватно діяти.

Таким чином, щоб убезпечити себе від неприємних несподіванок і травм, слід засвоїти кілька простих, але важливих правил поведінки в натовпі.

Поради, якщо збираєшся в людні місця.

Вибираючи місце для перегляду концерту:



- Не підходь близько до сцени, не залишайся у проходах.
- Прийди раніше, займи зручніше та безпечніше місце.
- Зверни увагу на запасний та аварійний виходи. Уяви, як до них дістатися з твого місця знаходження.
- Після концерту не поспішай до виходу.
- Одягайся у зручне взуття та одяг, що не заважають рухам.
- Не бери із собою громіздких речей.

- Якщо в натовпі у тебе щось упало, не піднімай
- Остерігайся скляних вітрин та дверей, щоб не постраждати та не порізатися, якщо вони розіб'ються.
- Не тримай рук у кишенях. Зігни руки, міцно притисни їх до корпусу.



Як треба діяти, якщо впав у натовпі

- Якщо не втримався на ногах, спробуй якомога швидше піднятися. Стань на п'яти або носки та різко випрямляйся, «випірнаючи» крізь натовп.

- Якщо не можеш піднятися, згорнися клубочком, захисти голову руками.



Правила поведінки в натовпі:



- Натовп найкраще обійти, але якщо немає такої можливості, то не йди проти «течії», намагайся триматися подалі як від центру натовпу, так і від його країв. Перебуваючи дуже близько до краю, ти можеш травмуватися від вітрин, нерухомих стовпів, тумб, дерев. Також не можна чіплятися руками за що-небудь, оскільки це загрожує переломами.
- Взуття має бути зручним. Взуття на високих підборах може бути причиною травмування.
- Довге волосся слід зібрати у «хвіст». Позбався краваток, шарфів. Застебни блискавки й гудзики на одязі, застібни усі кишені, вільні краї шнурків заправ у черевики.
- Парасольку й інші габаритні предмети, що є у тебе в руках або висять на плечі, варто викинути.
- Якщо у тебе щось упало, то не нахиляйся, щоб це підняти, оскільки тебе можуть затоптати.

Правила поведінки в натовпі:



- У щільному натовпі тебе можуть дуже здавити. Щоб уникнути цього, зчепи руки в замок і склади їх на грудях — це захистить діафрагму.
- Якщо ти впав, одразу ж намагайся згрупуватись і сильним поштовхом звестися на ноги. Зробити це дуже складно. На коліна вставати не варто, а слід впертися однією ногою в землю, ставши повною підшвою, і різко встати. Якщо піднятися не вдається, згорнися клубком, підтягни ноги й захищай руками голову.
- На великому концертному майдані або стадіоні слід заздалегідь визначити маршрут виходу. Краще перечекати, коли потік народу схлине, і вже спокійно залишити напівпорожню територію.

Правила поведінки в натовпі:



- В екстремальних ситуаціях не піддавайся загальній паніці, а оціни обстановку і прийми правильне рішення.
- Слід знати напам'ять номери мобільних телефонів своїх близьких. Якщо ти втратив у натовпі свій телефон, то може з'явитися інша можливість зателефонувати й повідомити своїх рідних про своє місцезнаходження.
- Не бери із собою на багатолюдні заходи коштовні речі.

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ у НАТОВПІ



Намагайтеся бути в центрі натовпу, адже тут більше повітря та можливостей для маневру



Якщо щось упустили, в жодному разі не нахиляйтесь, аби підняти



Не займайте місця біля стін, звідси важко втекти



Міцно тримайте дитину за руку, або несіть на руках



Під час руху натовпу не тримайте руки в кишенях, зігніть їх у ліктях та тримайте перед грудьми



Якщо впали - швидше піднімайтеся на ноги. При цьому не спирайтеся на руки



Якщо піднятися не вдалося, згорніться клубком, захищаючи голову долонями



ЗАПОБІГТИ. ВРЯТУВАТИ. ДОПОМОГТИ

