

Що варто знати юнацтву в непростий час

Нині всім не просто – і юним теж...

Тобі випало зростати саме тоді, коли наша країна переживає важкі випробування.

Спробуй усвідомити «по – дорослому»: те, що може відбуватися на вулицях і навколо тебе – це не гра. На справді – це дуже небезпечні ситуації, для яких и, нажаль, ще не маєш необхідного життєвого досвіду.

Щоб допомогти тобі, ми подаємо тобі ці прості поради. Почитай їх дуже уважно. Обговори їх з батьками і друзями.

Разом із друзями спробуй потренуватися, як практично виконати ту чи іншу пораду. Зроби це для того, щоб у житті, якщо доведеться, робити все спокійно і правильно.

Так ти збережеш себе для довгого і цікавого життя.

Пам'ятай: всі ці довколишні незрозумілі «дорослі» неприємності – тимчасові. Вони минуться, а твоє справжнє життя – ще попереду!

**Правила твоєї
повсякденної безпеки
є простими, їх зовсім
неважко запам'ятати.**

Попроси тата чи маму придбати тобі **ідентифікаційний браслет**.

На ньому має бути твоє ім'я, прізвище, твоя група крові, номер телефону когось із батьків.

Носи цей браслет завжди: він стане тобі в нагоді в безлічі ситуацій.

Запитай у батьків: «що мені робити, якщо станеться щось незрозуміле?». Наприклад, кому ти маєш зателефонувати, якщо раптом залишишся сам, а телефони твоїх батьків не відповідатимуть?

А якщо мобільного зв'язку не стане зовсім ?- мабуть, на такий випадок, треба домовитися, де ви маєте зустрітися, чи не так?

І куди, до кого з ваших рідних чи знайомих ти маєш іти, якщо ти не дочекався батьків на умовному місці ?

Завчи напам'ять 1-2 номери телефонів
когось із ваших родичів чи близьких друзів.

Позбудься звички носити свій мобільний телефон у рюкзаку. Адже рюкзачок чи сумку в непередбачуваній ситуації можна легко втратити ! Тому заведи собі звичку тримати телефон, так би мовити, « на собі» - там, де він буде з тобою завжди: в кишені джинсів чи спіднички, в чохлі на поясі тощо.

Час від часу в твоєму місті чи містечку можуть відбуватися **багатолюдні зібрання людей** на центральній площі чи в іншому місці.

Тебе можуть потягнути туди друзі чи звичайна цікавість. Мусимо розчарувати тебе: крім розлюченого натовпу, там нічого цікавого не буде.

**Безкоштовного морозива, атракціонів
та рок - зірок там не буде точно!**

Натомість там тебе підстерігає багато небезпек та ризиків:

- тебе, як меншого зростом, можуть просто потоптати й покалічити в натовпі;

- ти можеш «хапнути» сльозогінного газу;
- тебе може «дістати» гумова куля чи уламок вибухового пристрою, що його кинув у натовп якийсь нелюд-провокактор.

Воно тобі треба?! – погодься, адже набагато краще провести час в іграх та спорті, ніж у тоскній лікарняній палаті, на залізному лікарняному ліжку, із загіпсованими руками чи ногами...

...не радим тобі спостерігати ці багатолюдні збіговиська навіть «скраєчку», з провулку:

адже зағони міліції розлючених провокакторів вискакують зненацька саме з провулків чи бічних вуличок – не радимо опинитися на їхньому шляху !

Якщо ж ти раптом **побачив озброєних людей** – навіть не намагайся роздивитися, хто це: «хороші міліціонери» чи «погані бандити».

Не зупиняйся, просто розвернися і швидко іди в протилежний бік.

...отже, так чи інакше, всю цю «політику» ліпше обійти подалі, що найменше за 1 – 2 квартали. Повір, спортивний майданчик, цікаві ігри з друзями у дворі чи підліткова дискотека – все це набагато приємніше, корисніше і захопливіше!

Якщо ти все ж випадково опинився серед безладного натовпу...

Якщо ти вже потрапив в саму «гущу» - хай натовп несе тебе, мов хвиля; але все ж спробуй вибратися (вислизнути в'юном) з юрби до найближчої стіни чи паркану.

Будь уважним і обережним :

твій невеличкий зріст є твоєю перевагою (ти гнучкіший) і водночас – твоїм ризиком (бо всі навколо тебе – більші, сильніші і важчі).

Тримайся подалі від тих, хто тримає прапори чи транспаранти. Уникай людей в шоломах, з палицями із металевими чи дерев'яними щитами.

Намагайся постійно тримати побільше повітря у грудях. У жодному разі не тримай руки в кишенях! – зігни їх у ліктях і розведи їх у бік – так, що тебе не здавлювали зусібч.

Якщо к тебе раптом випало щось із рук – у жодному разі не намагайся підняти загублене! Щоб не трапилося – намагайся утримуватися на ногах! Якщо відчуєш, що можеш упасти – не соромся і чимдуж чіпляйся за шию будь якого з дорослих ! Якщо бачиш можливість залізти на спину міцному чоловікові – не соромся, зроби це !

Якщо ти таки впав – намагайся якомога швидше піднятися на ноги. При цьому краще хапатися за когось, а не спиратись на руки (щоб їх не відтоптали). Міцно вхопись за когосьповище, підтягни під себе ногу, відштовхнися від землі і різко випірни в гору.

Якщо ти сам у дома – і раптом...

...на вулиці з гучномовців оголошують про евакуацію!

У жодному разі не нехтуй цим наказом! – швидко вийди із квартири, замкни за собою двері та виходь із будинку. Разом із дорослими сусідами прямуй туди, куди всіх спрямовують міліціонери чи рятувальники.

Зателефонуй батькам і скажи їм про те, що відбулося, і де ти знаходишся.

На вулиці поряд з твоїм помешканням щось вибухнуло чи загорілося!

Обережно відкрий двері і поглянь, чи коридор і сходи не заповнилися димом. Якщо диму мало – швидко вибігай на двір!

В жодному разі не користуйся ліфтом, навіть якщо ти живеш на верхньому поверсі.

Посовуючись у напрямку виходу, не торкайся дротів чи пошкоджених (обвалених) стін і вікон. Якщо ти йдеш у темряві – постарайся не світити сірниками чи запальничкою: краще вийти на вулицю навпомацки, ніж спричинити вибух газу, що може витікати із пошкодженої труби.

Вийшовши на відкритий простір, займи місце подалі від будинків, споруд, стовпів тощо. Слідкуй за наказами рятувальників та міліціонерів і чітко виконуй усе, що вони кажуть.

Обов'язково зателефонуй батькам.

Якщо ж у коридорі так багато диму та вогню, що пройти не можливо, то зроби так:

- повернися до квартири;
- зачини двері і затули щілину під ними будь-якою тканиною (хапай будь – які рушники, скатертини тощо). Постарайся добре змочити двері та тканину водою;
- вийди на балкон чи лоджію. Важливо, щоб ти зачинив за собою двері;
- швидко зателефонуй на номер **101** і чітко скажи : «Пожежа за такою адресою (...»);
- приверни до себе увагу перехожих на вулиці. Не соромся голосно закричати: **«Допоможіть! Пожежа!»**

Щось загорілося у твоєму помешканні!

Якщо спалахнули штори, постіль, телевізор, меблі чи інші великі предмети – навіть не намагайся гасити їх. Хапай насамперед свій мобільний телефон і чимдуж вибігай із помешкання !

Якщо ти живеш у багатоквартирному будинку – в жодному разі не користуйся ліфтом! Натомість дзвони і щосили грюкай до всіх сусідських дверей, повз які пробігаєш. Якщо коридор частково заповнений димом – нахилийся якнайнижче до підлоги: внизу завжди є прошарок чистого повітря.

Не соромся голосно кричати: «Пожежа!»

Вибігши на вулицю, одразу зателефонуй за номером служби надзвичайних ситуацій – 101, щоб повідомити про пожежу, чітко вкажи свою адресу. Після цього обов'язково зателефонуй батькам!

Якщо навколо стріляють ...

Що робити, якщо ти потрапив у перестрілку на вулиці ? Одразу падай на землю. Навіть не пробуй розглядати: хто і в кого стріляє ? – це не кіно, і ти не в кінотеатрі. Головне для тебе – вижити.

Отже, зроби так, як ти бачив це у кінобойовиках – швидко й уважно озернися на всі боки: де можна сховатися надійніше? Побачивши таке місце, стрімко і як найшвидше перебігай туди. Одразу ж знову припади до землі!

Якщо, перебігаючи ти побачив на землі чиясь покинуту зброю – в жодному разі не чіпай її, бо тоді з обох боків почнуть стріляти по тобі! Якщо поблизу нема надійного сховку – можеш просто залягти вздовж підмурку капітального паркану чи високого бордюру. Закрий голову тим, що є у тебе в руках: наприклад, рюкзаком тощо (щоб захиститися хоча би від дрібних уламків).

А найкращі місця, щоб причаїтися і перечекати перестрілку – такі:

- у під'їзді найближчого будинку;
- у підземному переході;
- за великим кіоском;
- у будь – якому заглибленому місці (водостоки, рівчаки тощо).

Не варто ховатися у таких місцях:

- під стінами торгових центрів, великих магазинів чи офісів (коли кулі розбивають вітрини, товсті уламки скла є особливо небезпечним !);
- за стоячими автомобілями (автоматні і кулеметні кулі легко пробивають їх наскрізь, навиліт, а бензобаки спалахують моментально);
- за біл-бордами та іншими рекламними щитами (вони теж не захищають від куль).

...Дочекавшись кінця перестрілки, зателефонуй батькам і скажи, де ти знаходишся. Не виходь із сховку, краще дочекайся приходу батьків.

Якщо перестрілка застала тебе у громадському транспорті –

Негайно вимагай від водія зупинитися, швидко виходь на зовні, і далі дій як ми описали нижче.

Якщо ти знаходишся сам у дома, і на вулиці раптом почали стріляти...

З першими пострілами негайно лягай на підлогу – де би ти не був. В жодному разі не наближайся до вікон! – тобі треба переповзти до приміщення подалі в глибину квартири: наприклад, до ванної кімнати чи в найдальший кінець коридору в квартирі. Дочекайся там кінця перестрілки. Обов'язково зателефонуй батькам – щоб вони не хвилювалися за тебе!

...вийшовши на вулицю після перестрілки, в жодному разі не підбирай із землі не знайомих предметів. Адже там на землі, окрім стріляних гільз, можуть лежати, наприклад, запальники до гранат, малі протипіхотні міни чи інші вибухо – небезпечні речі. Ти не завжди будеш знати, на скільки безпечним є цей незнайомий тобі предмет - тож ліпше не ризикувати.

... Зараз, у цю мить коли ти читаєш ці рядки, відклади цю брошуру і уважно розглянь загорілі роки. Вони – твої рідні, гарні і такі досконалі. Ти ж не хочеш їх втратити, правда ?!

Якщо тебе захопили в заручники.

Насамперед не лякайся. На тебе можуть одягти наручники, зв'язати, вдарити чи принизити – у будь-якому випадку тобі слід просто усвідомити, що це вже сталося і треба дочекатися визволення. Тому не варто лякатися і тремтіти від страху.

З цього моменту головними для тебе є **5 принципів:**

- замовкнути;
- спробувати розслабитися;
- зберігати сили;
- завмерти(якомога менше рухатися);
- взагалі не привертати до себе нічиєї уваги.

Спробуй зайняти місце подалі від вікон, дверей та від самих терористів. Намагайся перебувати посеред інших заручників (дорослих). Від початку безвідмовно і мовчки виконуй усі вказівки терористів.

Розмовляючи з терористами, не ховай очей, але й уникай довгих прямих поглядів у їхні очі (вони можуть розцінити це як виклик).

Не вступай у суперечку з терористами. Не будь задерикуватим, виглядай байдуже, не демонструй ненависті чи зневаги до тих, хто тебе захопив.

Нероби нічого зненацька і раптово: якщо тобі треба встати, попити чи піти до туалету – спокійним голосом попроси дозволу в того, хто усіх вас стереже.

Спробуй зайняти себе чимось.

Озирнися навколо: чи є поруч хтось такий, кому потрібна будь-яка твоя допомога? Особливу увагу приділяй тим, хто менший чи слабший за тебе.

Якщо бачиш, що хтось перебуває в істеричі чи плаче – спробуй лагідно й терпляче заспокоїти його, відволікти. Якщо когось мучить задуха – допоможи ослабити комірець сорочки, помахай над ним хустинкою або чимось іншим.

Якщо тобі стане страшно: закрив очі, розслабся і згадай близьких тобі людей, заради яких ти маєш жити далі. Уяви собі, як ти відсвяткуєш з ними своє визволення...

Якщо тебе годують – їж! Навіть якщо тобі не хочеться.

Тобі завжди потрібні будуть сили. Намагайся частіше розслаблятися і відпочивати. Якщо не можеш заснути – спробуй просто розслаблено завмерти із заплющеними очима.

Якщо правоохоронці почнуть штурм, щоб визволити всіх вас – намагайся опинитися подалі від терористів, бо саме в них стрілятимуть снайпери. Лягай на підлогу обличчям до низу і відкотися під стіну, бажано – в куток, подалі від вікон та дверей. Якщо це можливо, намагайся обхопити голову руками (передпліччями).

Під час штурму в жодному разі не чіпай будь-якої зброї, що раптом опиниться у твоєму полі зору! Бо тоді в тебе будуть стріляти всі – як терористи, так і правоохоронці. Просто лежи, не рухайся – і дочекайся щасливого визволення!

З повагою
Народний депутат України
Станіслав Березкін,
Дідусь трьох онуків.