

Пожежа: знаємо, як діяти



Якщо сталася пожежа поруч із тобою



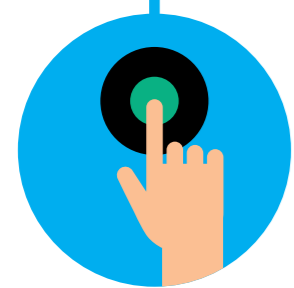
Поклич дорослих.



Зателефонуй 101.



Чітко назви адресу чи місце, де відбувається пожежа, своє ім'я й прізвище.



Сповісти про пожежу сусідів.

Якщо пожежа там, де ти перебуваєш



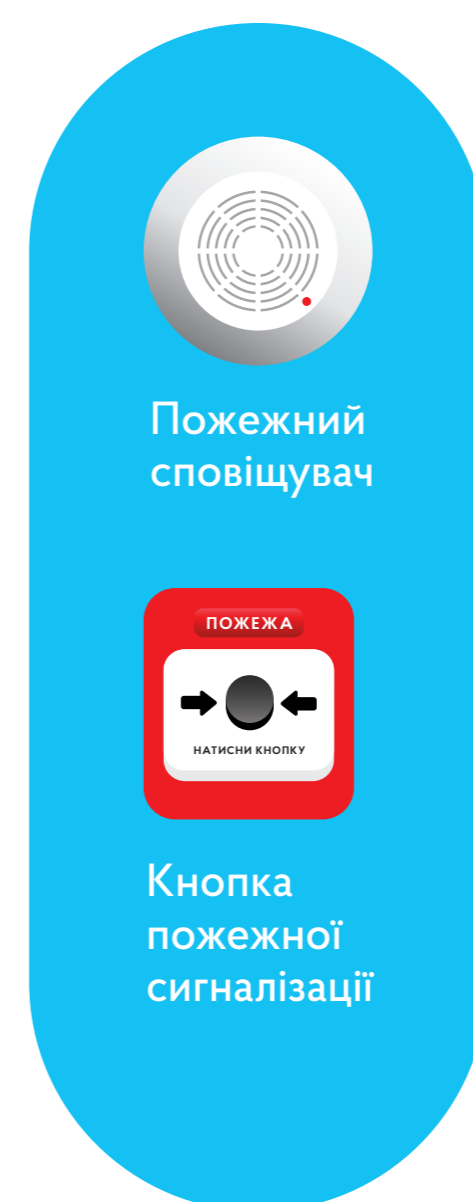
Відчуваєш запах диму — падай на підлогу і повзи до дверей. Клич по допомогу!



Прикрий рота і носа вологою тканиною, дихай через неї.



Не відчиняй двері відразу, а обережно торкнися дверей тильною стороною долоні.



Якщо вони не гарячі — швидко відчини і виходь.



Якщо двері гарячі — не відчиняй і не намагайся вийти!

Якщо вдалося вийти через двері, повзи до виходу.



Щільно закрій усі щілини та отвори будь-якою тканиною і повзи вглиб приміщення.

Допоможи також молодшим правильно вийти з приміщення.



Якщо є балкон, вийди і клич по допомогу.

Не користуйся ліфтом, виходь лише сходами!



Відчини вікно і щосили кричи «Пожежа, допоможіть!» Якщо не можеш відчинити вікно, розбий скло твердим предметом.

ІНШІ ЗАСОБИ ГАСІННЯ



Це пристрої або інструменти, за допомогою яких обмежують або гасять вогонь на початковій стадії. Вони завжди мають бути у доступному місці, під рукою.

- 1 Зірвати пломбу і висмикнути чеку
- 2 Спрямувати на вогонь
- 3 Натиснути на важіль
- 4 Загасити займання

ЯК
користуватися
вогнегасником

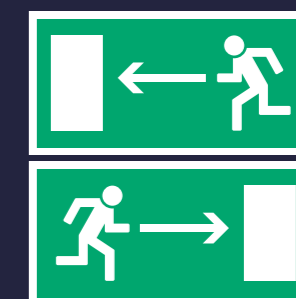
Вказівники евакуації

ВИХІД

Вказівник евакуаційного виходу

ЗАПАСНИЙ ВИХІД

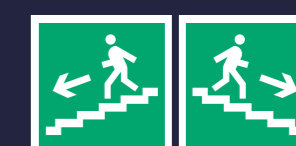
Вказівник запасного (евакуаційного) виходу



Евакуаційний вихід праворуч або ліворуч



Евакуаційний вихід вниз



Напрямок до евакуаційного виходу сходами вниз



Евакуаційний вихід (для дверей, що відчиняються з лівого і правого боку). Можуть розміщуватися на стінах разом зі стрілкою, що вказує напрямок руху.

Попереджувальні знаки



Пожежонебезпечно! Легкозаймисті матеріали



Увага, небезпека!

Заборонні знаки



Куріння заборонене



Заборонено гасити водою



Не можна активувати мобільний телефон



Заборонене відкрите полум'я

Лунає сигнал повітряної тривоги



Потрібно негайно прямувати до тимчасового укриття! Воно облаштоване у приміщенні школи або неподалік. Шлях до нього позначений вказівниками «Укриття».



Твої дії у школі під час переходу в укриття



Вчитель сповістить вас про загрозу.



Далі вчитель розкаже вам, як правильно вишикуватися й переміщатися.



Станьте так, як попросить учитель або інші шкільні працівники, які вас супроводжуватимуть до укриття.



Швидко й організовано виходьте із кабінету. Пам'ятай: твоя безпека зараз залежить від злагодженості в діях усіх однокласників.



Організовано й зосереджено йдіть у напрямку, позначеному спеціальними вказівниками.



Якщо під час сигналу повітряної тривоги ти перебуваєш на подвір'ї школи, якомога швидше переходь до найближчого укриття.



Сигнал повітряної тривоги пролунав, коли ти в дорозі



Пригадай, де знаходиться найближче укриття. Якщо ти перебуваєш у громадському транспорті, залиш його та перейди до укриття.



Якщо швидко дістатися до найближчого укриття неможливо, скористайся природними або штучними укриттями.



Озирнися довкола.



Розташуйся в балці, яру чи ярку, заглибленні, ямці, приміщенні чи споруді із заглибленням, якщо щось із цього є поруч.



Якщо таких споруд чи природних укриттів немає, знайди будівлю, де можна скористатися правилом «двох стін». Перебувай ЗА цими двома стінами.



Важливо не перебувати поруч із вікнами, скляними поверхнями, плиткою.

Будь ласка, завжди пам'ятай:

- ▶ важливі контакти (телефони батьків або близьких людей);
- ▶ свою групу крові;
- ▶ особливості, пов'язані зі станом здоров'я.

Можна носити з собою в рюкзаку, щоденнику або кишені записку з цими відомостями.



В УКРИТТІ



Вчителі або інші шкільні працівники допоможуть вам зайняти місця і продовжать заняття.



До вчителя або інших шкільних працівників завжди можна звернутися по будь-яку допомогу.



Після оголошення про відбій тривоги вчителі або інші шкільні працівники, які супроводжували й перебували з вами в укритті, знову попросять вас згрупуватися.



Якщо евакуація знадобиться також і з укриття, будь ласка, дій зі своїми однокласниками організовано.

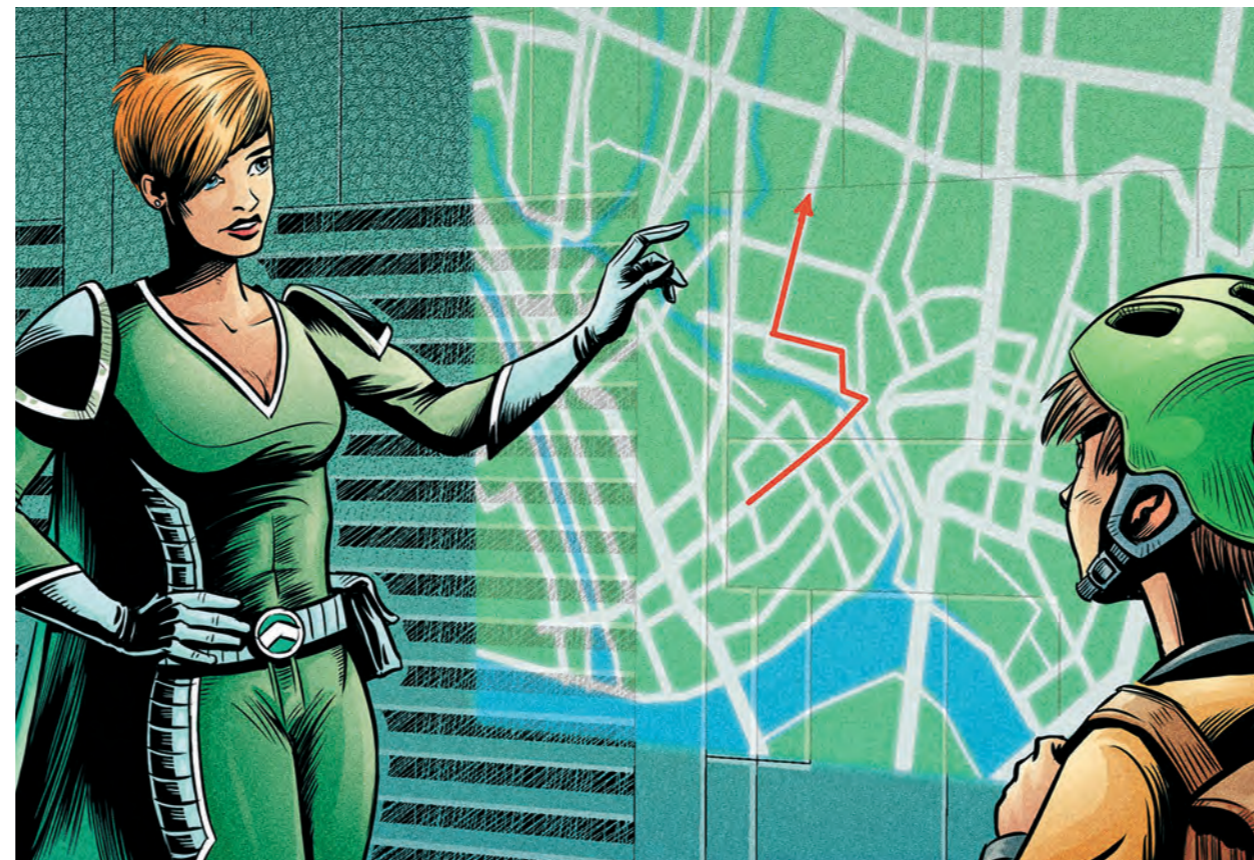
Знання проти мін

У покинутих чи зруйнованих обстрілами будівлях, на узбіччі, в лісосмугах та в полі, що заросло травою і не обробляється, можуть бути міни, снаряди або вибухонебезпечні предмети, що не вибухнули, залишені після бойових дій. Вони завдають непоправної шкоди. Вивчи прості правила, які рятують життя.



Нічого не піднімай із землі

Вибухонебезпечні предмети маскують чи ховають у предметах або іграшках. Якщо ти спробуєш взяти незнайомий предмет із землі до рук або кинути у нього камінь, це може коштувати життя чи сильно скалічити.



Ходи знайомими дорогами

На незнайомих шляхах чи стежках, на покинутих городах чи в зруйнованих будівлях також можуть бути вибухонебезпечні предмети. Ходи лише тими дорогами, які добре знаєш, і гуляй лише там, де безпечно.



Обходь небезпечні місця

Не заходь до лісосмуг, полів, порослих травою лісів, в яких були бойові дії, до порожніх чи зруйнованих будинків і не підходь до техніки. Прокладай маршрут так, щоб повністю оминати такі місця.



Звертай увагу

Завжди звертай увагу на знаки, що попереджають про міни: саморобні та офіційні. Запам'ятай і навчися їх бачити.



Будь завжди на зв'язку

Дбай про те, щоб телефон (якщо маєш) був із тобою і завжди зарядженим. Попереджай дорослих, де плануєш гуляти. Якщо помітиш небезпечні чи підозрілі предмети, повідомляй про це рятувальників за номером 101.



Зберігай спокій

Якщо ти думаєш, що перебуваєш у небезпечному місці або біля нього, спершу зупинися, подумай, а вже потім дій.



ЯК ДІЯТИ, ЯКЩО БАЧИШ ПІДОЗРІЛИЙ АБО ВИБУХОНЕБЕЗПЕЧНИЙ ПРЕДМЕТ?

 **СТОП**
 Зупинись!

 **→**
 У жодному разі не наближайся до нього і не торкайся!

 **←**
 Відійди якомога далі!

 **☎**
 Поклич дорослих!

 **101**
 Зателефонуй рятувальникам за номером 101!

Знаки, які попереджають про міни

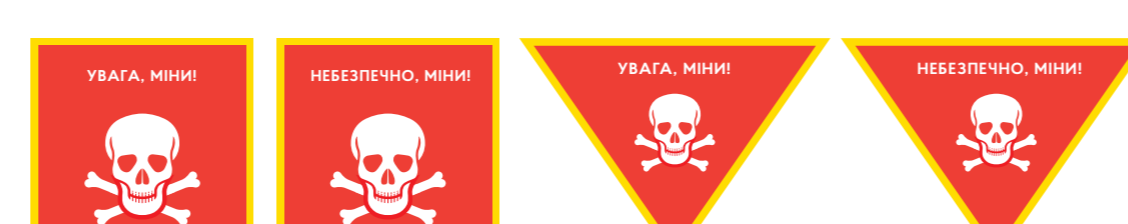
Саморобні попереджувальні знаки



Їх роблять із підручних матеріалів. Це можуть бути написи «МІНИ!», «НЕБЕЗПЕЧНО – МІНИ!» фарбою на фанері, папері, стіні, паркані. Або інші яскраві знаки, здатні привернути увагу.

Якщо ти бачиш такі знаки, значить, далі точно є міни чи снаряди. Наближатися та переступати за них заборонено!

Офіційні попереджувальні знаки



Вони мають червоний фон з білими черепом та схрещеними кістками, а також написи «НЕБЕЗПЕЧНО, МІНИ!» або «УВАГА, МІНИ!».

ПАМ'ЯТАЙ: ЗА ЗНАК НЕ МОЖНА ЗАХОДИТИ В ЖОДНОМУ РАЗІ!

Крім знаків, може використовуватися біло-червона стрічка.



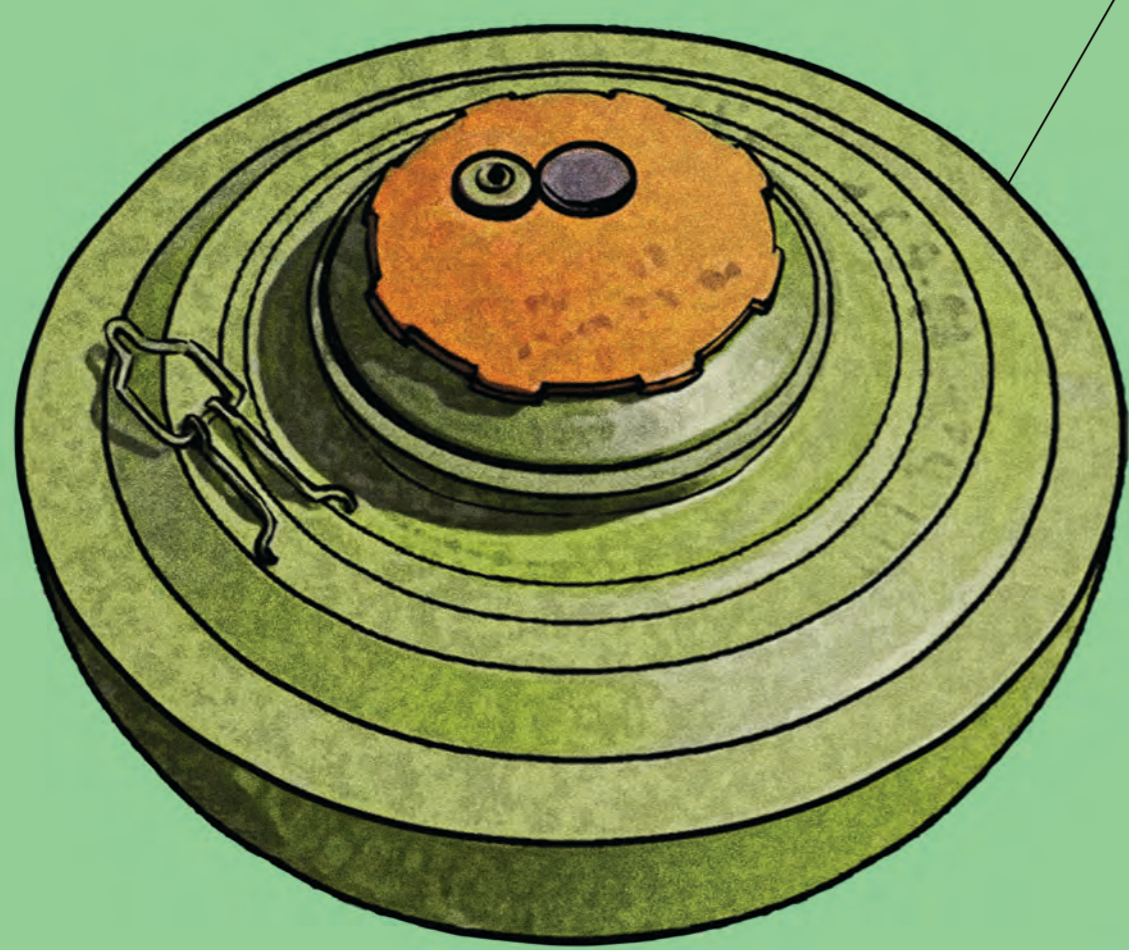
Міни:

ЗВЕРТАЙ УВАГУ, ОБХОДЬ, ПОВІДОМЛЯЙ 101!

Міни, снаряди і боєприпаси, що не вибухнули, бувають різними та часто замаскованими під докільця, тому їх важко побачити та розпізнати серед кущів, трави, гілля. Важливо знати, який вони можуть мати вигляд.

ВОГ-17, ВОГ-25

ВОГ-17 ВИКОРИСТОВУЮТЬ ДЛЯ АВТОМАТИЧНИХ ГРАНАТОМЕТІВ, А ВОГ-25 — ДЛЯ СТРІЛЬБИ З ПІДСТВОЛЬНИХ ГРАНАТОМЕТІВ. ЧЕРЕЗ ВИСОКУ ЧУТЛИВІСТЬ ДЕТАНАТОРА ВОГ-17 І ВОГ-25 — ОДНІ З НАЙНЕБЕЗПЕЧНІШИХ ТИПІВ БОЄПРИПАСІВ. НЕ ПІДХОДЬ ДО НИХ!

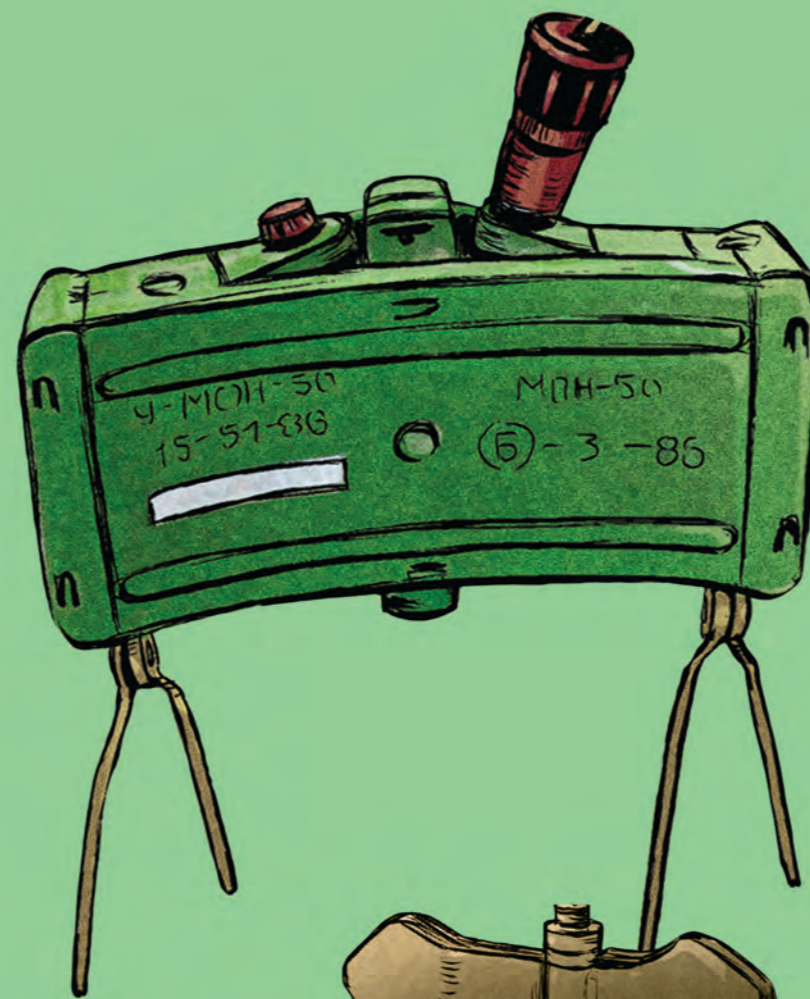


ПОМЗ-2М

ПРОТИПІХОТНА ОСКОЛКОВА МІНА НАТЯЖНОЇ ДІЇ. УРАЖАЄ ОСКОЛКАМИ КОРПУСУ В МОМЕНТ, КОЛИ НОГА ЗАЧІПАЄ ДРОТЯНУ РОЗТЯЖКУ. НЕ ПІДХОДЬ ДО НЕЇ!

ТМ-62

ПРОТИТАНКОВА МІНА НАТИСКНОЇ ДІЇ. ВСТАНОВЛЮЄТЬСЯ ВСЕРЕДИНІ ҐРУНТУ АБО НА ЙОГО ПОВЕРХНІ, А ТАКОЖ У СНІГ, ПІД ВОДУ. МІНА ВИБУХАЄ, КОЛИ НА НЕЇ НАЇДЖАЄ ТАНК ЧИ АВТІВКА. НЕ НАБЛИЖАЙСЯ ДО ТАКИХ МІН!

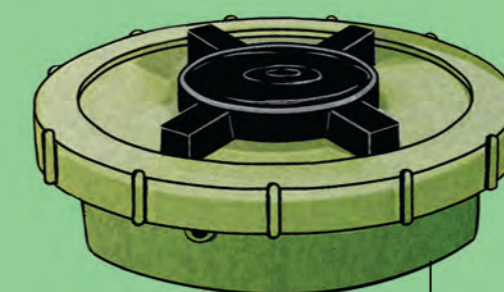


МОН-50

ПРОТИПІХОТНА ОСКОЛКОВА МІНА, ЯКА ВСТАНОВЛЮЄТЬСЯ НА ҐРУНТ НА НІЖКИ АБО КРІПІТЬСЯ НА ДЕРЕВАХ, ПАРКАНАХ, ДВЕРЯХ ЧИ ПОВЕРХНЯХ. АКТИВУЄ МІНУ РОЗТЯЖКА, ЯКУ ЗАЧЕПИЛА ЛЮДИНА, АБО ОПЕРАТОР З ПУЛЬТА КЕРУВАННЯ. НЕ ПІДХОДЬ ДО НЕЇ!

ПФМ-1 («ПЕЛЮСТКА»)

ПРОТИПІХОТНА МІНА НАТИСКНОЇ ДІЇ, ЯКУ ШЕ НАЗИВАЮТЬ «ПЕЛЮСТКОЮ». ЇЇ КОРПУС РОБЛЯТЬ ІЗ ПОЛІЕТИЛЕНУ ЗЕЛЕНОГО АБО КОРИЧНЕВОГО КОЛЬОРУ. ВИБУХ ВІДБУВАЄТЬСЯ ТОДІ, КОЛИ ЛЮДИНА НАСТУПАЄ НА МІНУ. ЯКЩО БАЧИШ ТАКУ МІНУ, В ЖОДНОМУ РАЗІ НЕ НАБЛИЖАЙСЯ ДО НЕЇ!



ПМН-2

ПРОТИПІХОТНА МІНА НАТИСКНОЇ ДІЇ, ЯКА АКТИВУЄТЬСЯ ПІД ТИСКОМ ВАГИ. ВОНА НЕПОМІТНА У ТРАВІ, А ТАКОЖ МОЖЕ БУТИ СХОВАНА ПІД НЕВЕЛИКИМ ПРЕДМЕТОМ. ТОЖ НЕ ЗАХОДЬ ДО ЗЕЛЕНИХ НАСАДЖЕНЬ, ЛІСОСМУГ ЧИ ПОЛІВ, ПОРОСЛИХ ТРАВОЮ, ДЕ ВІДБУВАЛИСЯ БОЙОВІ ДІЇ!



ГРАНАТА ДО РПГ

ЯКЩО ВОНИ НЕ РОЗІРВАЛИСЯ, ЦІ ГРАНАТИ Є ДУЖЕ НЕБЕЗПЕЧНИМИ. ЧЕРЕЗ ТРИВАЛЕ ПЕРЕБУВАННЯ НА ВУЛИЦІ ВОНИ НАБУВАЮТЬ ТАКИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ, ЩО НАВІТЬ НАЙМЕНШИЙ НЕОБЕРЕЖНИЙ РУХ МОЖЕ ПРИЗВЕСТИ ДО ВИБУХУ. У ЖОДНОМУ РАЗІ НЕ ПІДХОДЬ ДО НИХ!



СУББОЄПРИПАС ДО РСЗВ «СМЕРЧ» 9Н235

У ЙОГО ХВОСТОВІЙ ЧАСТИНІ ОДРАЗУ ВИДНО ШІСТЬ МЕТАЛЕВИХ ПЕЛЮСТОК. КОЖЕН БОЄПРИПАС МАЄ МЕХАНІЗМ САМОЗНИЩЕННЯ, ЯКИЙ СПРАЦЬОВУЄ ПРИБЛИЗНО ЧЕРЕЗ 2 ХВИЛИНИ ПІСЛЯ ВИКИДАННЯ З КОНТЕЙНЕРА СНАРЯДА. ПАМ'ЯТАЙ, ЩО ДО БОЄПРИПАСІВ, ЯКІ НЕ ВИБУХНУЛИ, ПІДХОДИТИ ЗАБОРОНЕНО!



ГРАНАТА Ф-1

ОСКОЛКОВА ГРАНАТА МОЖЕ БУТИ ВИКОРИСТАНА ЯК САМОРОБНИЙ ПІДРИВНИЙ ПРИСТРІЙ, КОЛИ КРІПІТЬСЯ НАТЯЖНИЙ ТРОСИК (РОЗТЯЖКА) ДО ЧЕКИ. КОЛИ ГРАНАТА ВИБУХАЄ, ВОНА ВРАЖАЄ НА ВІДСТАНІ 10 М НАВКОЛО СЕБЕ. НЕ НАБЛИЖАЙСЯ ДО ТАКИХ ГРАНАТ!

ОЗМ-72

ПРОТИПІХОТНА ОСКОЛКОВА МІНА, МЕТАЛЕВИЙ КОРПУС ЯКОЇ ВСТАНОВЛЮЮТЬ У ҐРУНТ, ТРАВУ АБО СНІГ, ЗВІДКИ ВОНА ВИЛІТАЄ, ЯКЩО ЗАЧЕПИТИ РОЗТЯЖКУ, НА ВИСОТУ 90–110 СМ І РОЗРИВАЄТЬСЯ, ЗАВДЯЧИ НЕПОПРАВНИХ УРАЖЕНЬ. РОЗТЯЖКУ ВСТАНОВЛЮЮТЬ НА 15 М З ОДНОГО ТА ІНШОГО БОКІВ МІНИ. ТОБТО МІНА ЗДАТНА УРАЖАТИ ВСЕ НАВКОЛО СЕБЕ НА ВІДСТАНІ 30 М. НЕ ПІДХОДЬ ДО НЕЇ!



МІНОМЕТНИЙ СНАРЯД

НЕКЕРОВАНИЙ МІНОМЕТНИЙ СНАРЯД, ЯКИЙ НАЙЧАСТІШЕ ВИКОРИСТОВУЮТЬ У ВІЙНАХ. ПАМ'ЯТАЙ, ЩО ДО БОЄПРИПАСІВ, ЯКІ НЕ ВИБУХНУЛИ, ПІДХОДИТИ ЗАБОРОНЕНО!



Як діяти, якщо я потрапив/потрапила на мінне поле?

Для того, щоб не опинитися посеред мінного поля, ти повинен/повинна бути уважним/уважною і звертати увагу на попереджувальні знаки, інші ознаки (покинуті будівлі, бойова техніка, укріплення), завжди вибирати правильні місця для прогулянок і повідомляти дорослим про те, куди йдеш.

ВАЖЛИВО: міни мають інший принцип дії на відміну від боєприпасів, які не вибухнули, і діяти потрібно відповідно. Якщо потрапив/потрапила на мінне поле, то рухатися не можна! Потрібно голосно кликати по допомогу чи зателефонувати ДСНС, якщо маєш телефон.

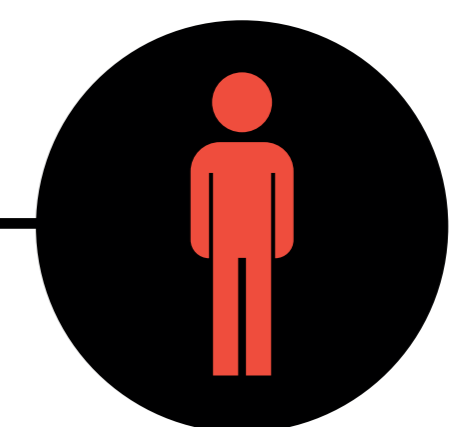


Зупинись і не рухайся!



Виклич рятувальників за номером 101!

Так, ти можеш користуватися мобільним телефоном, це єдиний спосіб порятунку!



Залишаючись на місці, чекай на рятувальників!

Тільки рятувальники знають, як вибратися з пастки! Запам'ятай, міни часто ховають під землею, травою, тому більшість із них ти можеш не бачити.



inforce.team
Приєднуйся до
суперкоманди
проти мін



ДСНС УКРАЇНИ

Як діяти в разі опіку

Опіки розрізняють за ступенем тяжкості: I – почервоніння шкіри, II – утворення пухирів та/або сходження епідермісу (верхнього шару шкіри), III – ураження всієї товщі шкіри, IV – обвуглення, загибель шкіри й ураження тканин під нею. У побуті найчастіше трапляються опіки I та II ступенів.

Термічні опіки спричиняє дія високої температури. Незалежно від того, що саме спричинило опік – гарячі вода, метал, олія, або вогонь, – алгоритм допомоги один і той самий:



Спершу потрібно усунути фактор опіку: зняти одяг, на який потрапило гаряче. Якщо одяг приклеївся, відривати його самостійно не можна! У цьому разі доведеться обрізати одяг навколо опіку.



Якнайшвидше охолоди місце опіку за допомогою чистої холодної (але не крижаної!) проточної води протягом 10–15 хвилин. Температура води має бути 12–18 °C. Спрямовуй струмінь не безпосередньо на рану (це може посилити біль), а на здорову шкіру – так, щоб вода стікала місцем опіку.

Якщо проточна вода недоступна, занур ушкоджене місце в посудину з холодною водою або приклади холодний компрес із чистої тканини, змоченої у воді.

Чому охолодження – найважливіша перша допомога при опіку? Шкіра в місці опіку ще деякий час утримує високу температуру, яка продовжує вражати глибші тканини. Охолодивши опікову рану, ти мінімізуєш наслідки. Холод також має знеболювальну дію.



Нетуго загорни місце опіку – для цього використовуй чисту вологу неворсисту тканину або бинт. Вони не повинні натирати і тиснути, особливо якщо є пухирі..



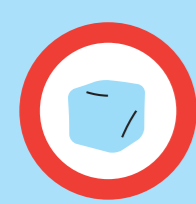
Можна прийняти знеболювальні препарати, наприклад, парацетамол чи ібупрофен, які використовують для полегшення болю будь-якого типу та інтенсивності.



Пам'ятай! Викликати лікаря потрібно відразу, якщо розмір опіку більше за долоню підлітка або дорослої людини!

Чого робити не можна?

Потрібно добре запам'ятати, що в жодному разі робити не можна, якщо стався опік. Ніколи:



не прикладай до опіку лід: на ураженій шкірі це може швидко спричинити ще й обмороження;



не присипай опік порошкоподібними речовинами (крохмалем, борошном, стрептоцидом тощо);



не нанось на місце опіку жирні речовини та харчові продукти (креми, олії, кефір, яйця тощо): жир зберігає тепло в шкірі й поглиблює опік, а харчові продукти можуть сприяти інфікуванню рани;



не прикладай до опіку вату, не наклеюй пластир;



не проколюй пухирі: це може спричинити інфікування;



не змашуй опік спиртом, йодом, сечею, зубною пастою тощо;



не торкайся руками опікової рани.

Порізи і подряпини: перша допомога



Промий рану водою з милом. Якщо до рани потрапив бруд, спочатку змий його струменем води, а вже потім намилюй. Ретельно змий мило.



Зупини кровотечу, притиснувши до ранки на кілька хвилин тампон, зроблений із чистого перев'язувального матеріалу.



Оброби рану засобом для дезінфекції.



Закрий рану бактерицидним пластирем.

Зверни увагу! Якщо ти наступив/-ла на іржавий залізний предмет, поранився/поранилася об нього або до рани потрапив бруд, то негайно скажи про це дорослим. Вони мають переконаватися, що в тебе є щеплення від правця і гепатиту Б. Якщо ж їх немає, потрібно терміново зробити щеплення від цих хвороб або подбати про введення сироватки!

Серйозні порізи і рани



Затисни рану тампоном, зробленим із чистого перев'язувального матеріалу. Якщо кровотеча сильна, підними уражену ділянку вище рівня грудей. Підтримуй тиск на рану, поки кровотеча не припиниться.



Якщо уламок скла або інший крупний предмет застряг у рані, не виймай його самостійно. Він може запобігати сильнішій кровотечі, тож його видалення завдасть ще більшої шкоди. В такому разі натискай на прилеглі до рани ділянки шкіри.



Негайно звернися по медичну допомогу.

Комусь стало зле: як я можу допомогти?

Врятувати життя інколи можуть навіть хвилини. Перша домедична допомога – це прості алгоритми дій, знання яких рятує людей.

Прочитай описи ситуацій, які можуть статися. Ти знатимеш, як діяти і як не розгубитися тоді, коли твоя допомога може бути дуже потрібною.

Дорослих поруч немає

Здалека голосно звернися до людини: «Вам потрібна допомога?»
Не підходь близько. Це небезпечно, особливо якщо ваше місто було окуповане, а потім звільнене.

Людина не відповідає

- Не реагує, непритомна.
- Ти бачиш конвульсії (тулуб здригається або смикаються кінцівки).
- Людина у свідомості, але не може підвестися і говорити.

«Швидка» не відповідає?

Телефонуй до поліції за номером 102 або до служби екстреної допомоги за номером 112.

Людина впала перед тобою або вже лежить на землі

Поруч є дорослі

Якнайголосніше звернися до людей навколо по допомогу: «Людині погано, потрібна допомога!»

Якщо дорослі підійшли, вже вони скажуть, як іще ти можеш допомогти.

Людина здатна говорити

Дізнайся в людини, як її звати, що трапилось і важливі контакти (наприклад, телефон близьких чи друзів). Запиши цю інформацію (у телефон, зошит чи блокнот). Пізніше вона стане в пригоді лікарям, якщо постраждалий/постраждала до їхнього приїзду знепритомніє.

Зателефонуй

до служби швидкої медичної допомоги за номером 103. Чітко назви своє ім'я, прізвище, адресу чи місце перебування та час, коли ти виявив/виявила постраждалу людину.

До приїзду лікарів залишайся поруч, але не надто близько з постраждалою людиною.

Якщо з'являться дорослі, звернися до них по допомогу. Якщо постраждала людина змогла продиктувати номер когось зі своїх близьких, зателефонуй їм.

Розкажи медичним працівникам коротко про все, що знаєш.

Ходжу та їжджу до школи: правила дорожнього руху

Правила дорожнього руху потрібно знати для того, щоб бути в безпеці на вулиці й у дорозі. Будь ласка, прочитай їх і запам'ятай.

Що повинні знати пішоходи



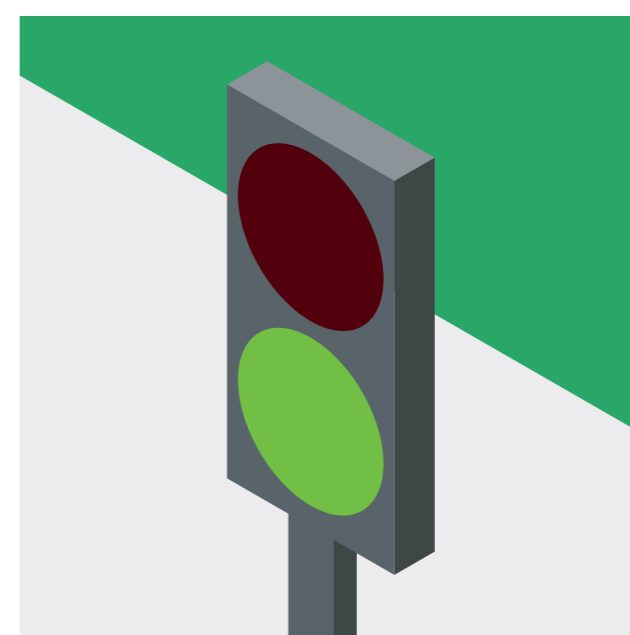
Пішоходи мають ходити тротуарами, тримаючись правої сторони, щоб не заважати людям, які йдуть назустріч.



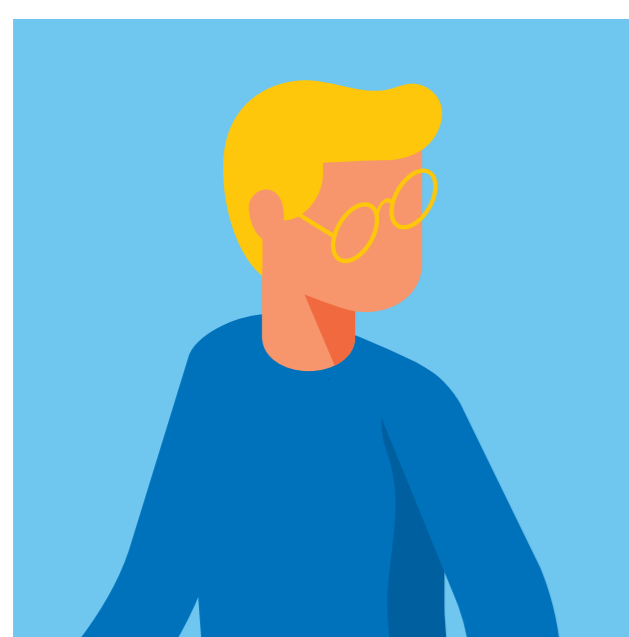
За містом, якщо немає тротуару, можна йти узбіччям. В такому разі правильно йти назустріч автомобілям, що рухаються. Це потрібно для того, щоб вчасно побачити автівку й поступитися їй дорогою.



Переходити дорогу потрібно в безпечних місцях: біля світлофора із «зеброю» або переходом, що позначений лише «зеброю».



Переходити дорогу дозволено, тільки коли загориться зелене світло світлофора.



Перед тим як перейти вулицю, зупинися біля проїзної частини дороги. Подивися ліворуч і переконайся, що транспорт далеко від тебе або зупинився. Дійди до розділювальної лінії і подивися праворуч. Так само переконайся, що транспорт з правого боку далеко або зупинився, і йди далі.



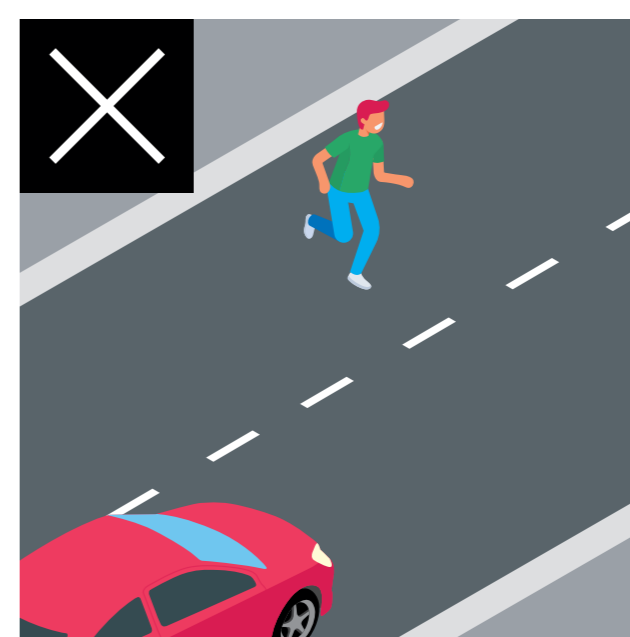
Якщо в зоні видимості немає переходу або перехрестя, а дорога має не більше трьох смуг руху для обох напрямків, то її можна переходити лише під прямим кутом до краю проїзної частини і в місцях, де дорогу добре видно в обидва боки. Переходити такі дороги потрібно лише після того, як ти переконаєшся у відсутності небезпеки.



Якщо не встигаєш перейти вулицю, обов'язково зупинися на острівці безпеки. Якщо його немає, зачекай на лінії, що розділяє транспортний рух протилежних напрямків.

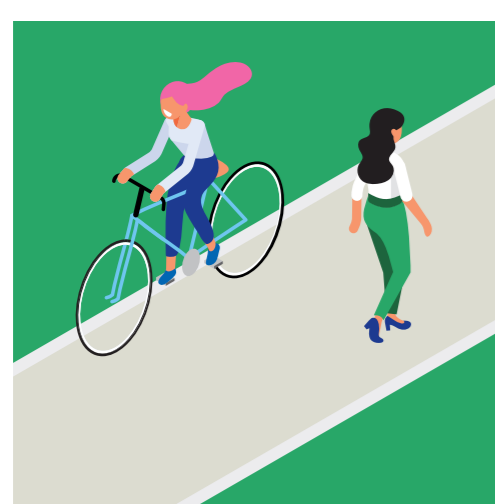


Завжди сповільни рух біля виїздів із дворів, адже звідти може раптово виїхати автомобіль.



Не перебігай дорогу перед транспортом, що наближається. Пам'ятай: автівку моментально зупинити неможливо!

Важливі правила для тих, хто пересувається на велосипеді



Вулицями міста на велосипеді дозволено їздити всім, кому виповнилося 14 років.



Намагайся їздити тільки велосипедними доріжками (де це можливо) або тримайся правого краю тротуару чи дороги.



Ніколи не випускай кермо з рук.



Не перевозь пасажирів на велосипеді, який для цього не пристосований.



Доповни свій одяг світло-відбивними елементами або почепи їх на рюкзаки.



Стеж за станом велосипеда: непідкачані шини та несправні гальма можуть призвести до втрати його керованості.

Принципи користування громадським транспортом



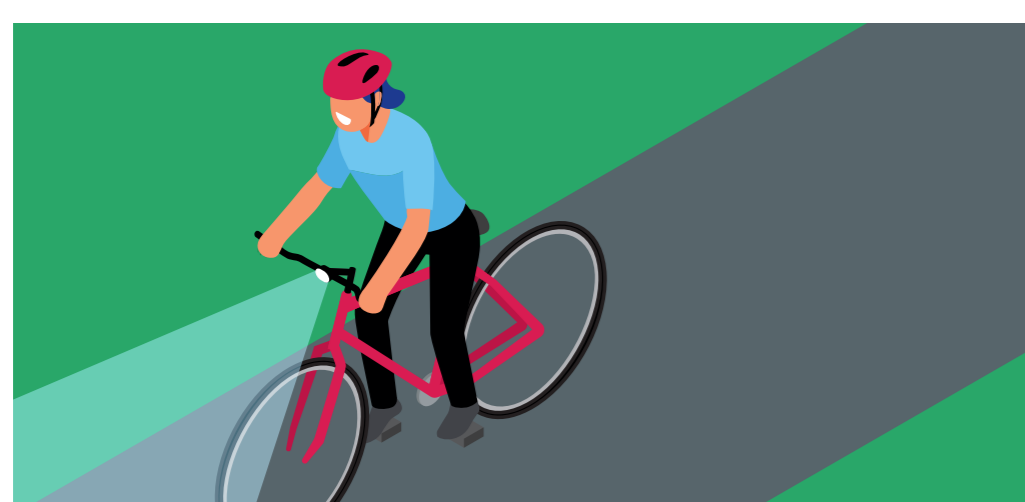
Автомобілі, автобуси, тролейбуси, що стоять, обходять іззаду.



Трамваї обходять спереду.



Чекати на транспорт слід у спеціально облаштованих місцях, тобто на зупинках.



Завжди їдь із увімкненим переднім і заднім велосипедними ліхтарями: так буде краще видно і дорогу, і тебе іншим учасникам дорожнього руху.

Вивчи напам'ять дорожні знаки:



Пішохідний перехід



Підземний пішохідний перехід



Надземний пішохідний перехід



Пішохідний перехід попереду



Доріжка для пішоходів



Рух пішоходів заборонено



Доріжка для велосипедистів



Рух на велосипедах заборонено



Виїзд велосипедистів



Діти



Телефон



Таксі



Готель або мотель



Пункт медичної допомоги



Місце зупинки трамвая



Місце зупинки автобуса

Зупинімо кібербулінг!



Що таке кібербулінг?

Кібербулінг – це цькування онлайн. Своїми жорстокими коментарями булери принижують інших в інтернеті.

Шкідливий булінг і для тих, хто спостерігає за знущаннями і ніяк не діє, бо сіє страх та виховує безпорадність.

Кіберпес на сторожі!

Кібербулінг має різні прояви та види. Про них тобі розповість «Кіберпес».



Окрім того, він допоможе дізнатися, чи є якісь дії кібербулінгом, як захистити приватність у соцмережах, куди звертатися по допомогу, а також як не стати кібербулером.

«Кіберпес» був створений у Міністерстві цифрової трансформації України у співпраці з Дитячим фондом ООН (ЮНІСЕФ) в Україні за інформаційної підтримки Міністерства освіти і науки України.

Розкажи про нього друзям і рідним.

Жарти чи булінг?



Усі друзі жартують між собою, але іноді важко зрозуміти поведінку окремої людини: чи вона просто розважається, а чи насміхається, але говорить, що це «просто жарти» і «не треба сприймати так серйозно».

Якщо ти відчуваєш образу або думаєш, що над тобою насміхаються, або якщо це продовжується навіть після того, як ти просиш людину зупинитися, — це **може бути булінгом.**

Коли знущання відбуваються в інтернеті, це може призвести до небажаної уваги з боку широкого кола людей, у тому числі незнайомих. **Пам'ятай: ти не мусиш терпіти булінг в інтернеті чи офлайн! Звернися по допомогу!**

Як отримати допомогу?

Щоб булінг припинився, його потрібно ідентифікувати. Тому дуже важливо повідомити про нього. Це також дасть зрозуміти кривдникам, що їхня поведінка неприйнятна.



Звернися по допомогу до того, кому довіряєш: батьків, близького члена сім'ї чи іншого дорослого. У школі — до психолога чи улюбленого вчителя.



Кіберпес також на сторожі: він допоможе впоратися з деякими ситуаціями.



Якщо ситуація складніша, можна звернутися до професійних консультантів на гарячі лінії.



Якщо булінг відбувається в соціальних мережах, заблокуй кривдника та повідом про його/її поведінку на самій платформі. Соціальні мережі зобов'язані підтримувати безпеку своїх користувачів.



Якщо тобі загрожує небезпека, звернися до поліції чи служби швидкої допомоги.

