

Уважаемые родители, в период летних каникул наши дети зачастую остаются без присмотра взрослых, они предоставлены сами себе, поэтому необходимо, чтобы они знали и выполняли основные правила безопасного поведения.

Требования безопасности во время прогулки.

- планируйте безопасный маршрут до места назначения и используйте его. Выбирайте хорошо освещенные улицы и избегайте прохождения мимо безлюдных мест, пустынных участков земли, аллей и строительных площадок. Лучше пройти длинным путем, если он безопасный;
- знайте свой район: узнайте какие магазины, кафе, и другие учреждения открыты до позднего времени и где находится милиция, опорный пункт правопорядка, комната приема участкового инспектора, пост охраны и т.д., чтобы в случае необходимости туда обратиться за помощью;
- не щеголяйте дорогими украшениями или одеждой, сотовыми телефонами, крепче держите сумки;
- идите навстречу движению транспорта, если нет пешеходного тротуара, так вы сможете видеть приближающиеся машины во избежание внезапного нападения из машины;
- если по пустынной улице навстречу движется группа подростков, лучше перейдите на другую сторону или поверните назад;
- если Вы подозреваете, что кто-то преследует вас, перейдите улицу и направьтесь в ближайший хорошо освещенный район. Быстро дойдите или добегите до какого-нибудь дома или магазина, чтобы вызвать милицию. Если вы напуганы, кричите о помощи;
- не общайся с незнакомцами (ни с мужчинами, ни с женщинами), ничего не бери у них и не води к себе домой, не называй свой адрес, фамилию, телефон. Взрослый должен просить помощи у взрослого, и не должен обращаться к ребенку!
- если тебя кто-то схватил и тащит, то зови на помощь и кричи, что это не твои родители, обращай на себя внимание прохожих. Если тебя преследуют, то иди в сторону родителей или просто людные места (нельзя забиваться в тупики или заходить в темные подъезды), проси помощи у полицейского (милиционера), охранника, продавца или просто взрослых людей.
- никогда не путешествуйте, пользуясь попутными автомобилями, отходите дальше от остановившегося около вас транспорта;
- обязательно сообщите родителям с кем и куда Вы пошли, когда вернетесь, если задерживаетесь, то позвоните и предупредите.
- не стоит входить в подъезд или лифт с посторонними, под благовидным предлогом лучше выйти из лифта, если в него сели подозрительные люди;
- находясь внутри кабины с незнакомыми людьми, нельзя поворачиваться к ним спиной или демонстрировать свое негативное отношение;
- запрещено детям открывать дверь в отсутствие взрослых, обучте их способам связи с родственниками и соседями в случае опасности.
- не стоит демонстрировать реальный уровень жизни, детям необходимо объяснить, что нельзя рассказывать о семейном достатке;

В местах массового отдыха

- запрещено распитие спиртных напитков, выражение нецензурными словами, курение и. Соблюдайте вежливость с ровесниками и взрослыми. Не вступайте в конфликтные ситуации.
- отправляясь в кинотеатр, на стадион, не берите с собой объемных сумок, портфелей, они могут помешать вам в толпе. Ваша одежда должна быть удобной и недорогой, обувь без шнурков и высоких каблучков.

При опасности возникновения давки следует снять очки, украшения, галстуки, шарфы, крепко зашнуровать шнурки на обуви, избавиться от колющих, режущих, стеклянных и объемных предметов

- приходите заранее, чтобы избежать толпы при входе.
- старайтесь приобрести билеты с местами, расположенными недалеко от выходов, но не на проходах.
- во время входа в зал не приближайтесь к дверям и ограждениям, особенно на лестницах - вас могут сильно прижать к ним.
- на концертах избегайте нахождения в первых рядах: здесь самое громкое звучание, утомляющее и притупляющее реакцию, именно здесь обычно скапливаются поклонники артистов, отсюда начинаются беспорядки.
- заняв место, сразу оцените возможность добраться до выхода. Подумайте, сможете ли Вы сделать это в темноте.
- если в зале начались беспорядки, уйдите, не дожидаясь окончания концерта. Во время массовых беспорядков, не кричите, не конфликтуйте.
- если вы оказались в толпе, ни в коем случае не давайте сбить себя с ног, не позволяйте себе споткнуться - подняться вы уже не сможете.
- старайтесь держаться в середине людского потока, не ищите защиты у стен и ограждений - вас могут сильно прижать и покалечить.
- не предпринимайте активных действий, держите руки согнутыми в локтях, оберегая грудную клетку от сдавливания, пусть толпа сама несет Вас.
- если вы упали, сгруппируйтесь, защищая голову руками.
- выбравшись из здания, постарайтесь двигаться домой по обходному пути, чтобы избежать повторной давки при входе в метро или посадке в другой транспорт.

Полозова Ольга Вениаминовна, доцент кафедры медико-биологических дисциплин и безопасности жизнедеятельности Марийского государственного университета