

## **ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ГОРОДЕ**

Современный город наполнен источниками потенциальной опасности для человека.

При неблагоприятном стечении обстоятельств общественный транспорт может составить угрозу здоровью и жизни граждан. Вечерние посещения кинотеатров, концертов заставляют горожан возвращаться домой в опасное позднее время. Многолюдье притупляет внимание человека и облегчает злоумышленнику исполнение преступных намерений. В городе, при большом скоплении людей и довольно тесной застройке, природные ненастья и стихийные бедствия много опаснее, чем в сельской местности.

При нарушении своевременности медицинской помощи, бесперебойного снабжения водой, электричеством и газом, надежной работы транспорта горожанин испытывает чувство дискомфорта и часто становится беспомощным.

Чтобы избежать экстремальных ситуаций в городе, придерживайтесь следующих правил:

1. избегайте плохо освещенных, малолюдных мест;
2. держите деньги или драгоценности во внутреннем кармане, не показывайте их посторонним;
3. при необходимости ночных передвижений по городу пользуйтесь такси, не соглашайтесь на то, чтобы Вас подвозили незнакомые люди;
4. при поиске необходимого адреса обращайтесь к разным людям, так как единственный ответ может быть неправильным;
5. всегда имейте в распоряжении несколько мелких монет и билетов на городской транспорт;
6. избегайте мест большого скопления людей - толпы, очереди и т.д., не приближайтесь из любопытства к месту, где что-то случилось, где происходит манифестация или любое другое собрание;
7. будьте внимательны на дороге, вне зависимости от того, кто Вы - пешеход или водитель.

## **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ НАХОЖДЕНИИ НА МИТИНГЕ (В ТОЛПЕ).**

Помните, что если митинг запрещен, то он превращается в экстремальную ситуацию еще до начала.

На митинге соблюдайте следующие правила безопасности:

1. оставьте детей дома;
2. не берите с собой колющие и режущие предметы, сумку, не надевайте галстук, шарф;
3. без крайней необходимости не берите плакаты на шестах и палках;
4. снимите различные знаки и символику со своей одежды; если Вы не корреспондент, не берите с собой фотоаппарат и камеру;
5. возьмите с собой удостоверение личности. Держитесь подальше от милиции, т.к. с ее стороны возможны ответные действия на провокации толпы. Не приближайтесь к агрессивно настроенным группам. Не старайтесь попасть ближе к микрофону или трибуне. Если возникла стычка с милицией, не теряйте самообладания, не делайте резких движений, не кричите и не бегите. Если Вас задержали, не пытайтесь на месте спорить и доказывать, что Вы здесь находитесь случайно. Если при разгоне демонстрации применяется слезоточивый газ, защитите рот и нос платком, смоченным в любой жидкости, часто моргайте глазами. Не поддавайтесь панике!
6. Никогда не идите против толпы, избегайте ее центра, а также края, опасного соседством с витринами, решетками и т.д. Уклоняйтесь от неподвижных препятствий в пути, иначе Вас могут просто раздавить. Не цепляйтесь ни за что руками - их могут сломать. Застегнитесь и не пытайтесь поднять упавшие вещи. Главная задача в толпе - не упасть. Если вы упали, быстро подтяните к себе ноги, защитите голову, сгруппируйтесь и рывком попытайтесь встать.

7. Если толпа плотная, но неподвижная, выбирайтесь из нее, притворившись больным, пьяным, сумасшедшим, или сделав вид, что Вас тошнит.

## ● НАПАДЕНИЕ НА ЧЕЛОВЕКА



НАПАДЕНИЕ- это экстремальная ситуация, заключающаяся во враждебных действиях кого-либо против Вас и сопряженная с опасностью получения тяжелых телесных повреждений, изнасилования, ограбления и т.п. Помните, что лучший способ защиты от нападения - убежать при первой возможности. Если убежать нельзя, то используйте для обороны любые имеющиеся способы и средства. При борьбе за жизнь проявляйте отважное противодействие, применяя удары и любые трюки.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ НАПАДЕНИЯ. Чтобы уменьшить вероятность нападения, избегайте прогулок в одиночестве в малолюдных местах, выбирайте для передвижения безопасный маршрут. Отдавайте предпочтение освещенным людным улицам. Избегайте пустырей, длинных заборов, проходов под мостами и эстакадами, темных дворов, парков, аллей, обсаженных кустами, тропинок стадионов, через детский сад, подворотен, арок и т.д. Если Вы знаете, что пойдете в темноте, оденьтесь неброско и заранее снимите золотые украшения. Не стесняйтесь сумками. Не лучше оглушайте себя наушниками плеера. Двигайтесь по краю тротуара, навстречу движению машин - это позволит избежать внезапного нападения из подъездов и подворотен и одновременно видеть подъезжающие машины.



Всегда имейте с собой средство самозащиты (газовый баллончик или пистолет, электрошоковое устройство, карманную сирену и т.п.), научитесь им пользоваться и доставайте в случае опасности заблаговременно. Войдя в темный подъезд и увидев незнакомцев, обернитесь и крикните в дверной проем: "Подождите, я сейчас выйду!".

Избегайте поездки на машине автостопом. Если нет возможности отказаться от ночного передвижения, воспользуйтесь такси. При обращении к Вам в грубой форме или попытке посмеяться над Вами не отвечайте и не поддавайтесь на провокации. Если Вас преследуют, обратитесь к милиционеру, войдите в бар или магазин, позвоните в любую дверь и попросите помощи.

Находясь в чужом городе, выдавайте себя за местного жителя, прогуливаясь с местной газетой и куря местные сигареты.

Никогда не садитесь в машину для сопровождения незнакомца к какому-либо месту. Не входите в пустой автобус (троллейбус, трамвай), а если остались в салоне одни - расположитесь ближе к водителю.



КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ НА ВАС НАПАЛИ. Если на Вас напали и Вы заведомо слабее преступника, то бегите, оценив перед этим расстояние и собственные спортивные возможности.

При неизбежности столкновения привлечите внимание прохожих и ближайших жителей призывом о помощи. При попытке вооруженного ограбления без всякого

сопротивления расстаньтесь с деньгами и прочими ценностями. Если Вам угрожают убийством или изнасилованием, то, попытайтесь вывести нападающего из строя, действуя при этом смело, решительно и неожиданно, с максимально возможной силой. Слабый отпор может лишь еще больше разозлить бандита.

Отвлеките внимание нападающего, после чего неожиданно быстро и точно ударьте его в уязвимые места: рукой по ушам, в нос, под подбородок, или ногой (стопой, коленом) по голени, колену, в пах. Смотрите преступнику прямо в глаза, чтобы не выдать место планируемого удара. В качестве оружия самозащиты применяйте любой имеющийся предмет: горящую сигарету, ручку или карандаш, газовый баллончик, связку ключей, табак (соль, песок), туфли с каблуком-шпилькой, зонтик, традиционный кол или штакетину от ближайшего забора, арматуру, бутылку (держите ее рукой за горлышко), булыжник и т.д. Если при нападении сзади Вашу шею обхватили руками, ударьте противника локтем в солнечное сплетение (живот) или ногой (каблуком) по голени или ступне. Захватите мизинцы обеих рук нападающего и резко выверните их вверх - резкая боль заставит его отпустить свой захват. Если на Вас напали спереди, ткните распрямленными пальцами руки в глаза или горло напавшего, ударьте ребром ладони под адамово яблоко. Если Вы на земле и противник жестоко бьет Вас ногами - перевернитесь грудью вниз, приблизьте колени к груди и закройте голову руками.

Если нападающий связывает Вас - глубоко вздохните и отведите назад плечи. Позже, выдохнув и расслабив руки, Вы ослабите веревку.

## БЕЗОПАСНОСТЬ В ЛИФТЕ.

Несмотря на удобства, связанные с использованием лифта, он зачастую превращается в источник опасности для здоровья и жизни человека. Опасность может быть вызвана падением лифта, его неисправностью, актом насилия со стороны преступников, а иногда грубым нарушением правил эксплуатации лифта или обычным хулиганством. Найдите несколько минут для ознакомления с правилами пользования лифтом и неукоснительно соблюдайте их.

Знайте, что современные конструкции лифтов обеспечивают их надежную защиту от падения с большой высоты. Тем не менее, при обрыве троса остановка кабины будет резкой, поэтому держитесь дальше от зеркал и окон лифта, которые, разбиваясь, могут ранить Вас. Перед тем как войти в открывающиеся двери, убедитесь, что перед Вами кабина, а не зияющая пустота шахты. Входите в лифт не спеша, нажимайте кнопку нужного этажа только при условии окончательной погрузки всех желающих воспользоваться лифтом.

Категорически запрещается пользоваться лифтом при пожаре. Концентрация дыма в кабине может быть опасной для Вас, а остановка лифта из-за аварийного отключения электричества - роковой. Не курите в лифте сами и не позволяйте другим. Пользуйтесь лифтами старой конструкции (без автоматических дверей) только при закрытых внутренних дверях. Разъясните детям, что проникновение внутрь лифтовой шахты для катания на крышах кабин и других целей категорически запрещено и опасно для жизни.

**КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ НАПАДЕНИИ НА ВАС В ЛИФТЕ.** Воздержитесь от поездки в лифте вместе с подозрительной личностью, а если все же это случилось - нажмите кнопку не своего, а ближайшего этажа.

Почувствовав угрозу нападения, нажмите кнопку вызова диспетчера, голос которого, возможно, остановит преступника. В крайнем случае, подпрыгните и ударьте ногами об пол кабины. В этом случае кабина застрянет, и злоумышленник окажется перед выбором - замять конфликт или иметь дело с механиком, без которого из лифта не выбраться.

В случае нападения действуйте решительно и напористо.

Защищайтесь всеми подручными средствами. Если на необходимой Вам лестничной площадке находятся подозрительные люди, то поднимитесь выше или спуститесь ниже за помощью.

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ С СОБАКАМИ.

Собаки на протяжении многих веков являются спутниками и помощниками человека. Однако многие люди становятся жертвами их нападений, вызванных разнообразными причинами, поэтому умение уклониться от нападения собаки, противостоять ей является непременным условием выживания в городе.

Помните, что, как правило, собака не бросается на человека без причины, поэтому, проходя мимо, не дразните собаку, не смотрите ей в глаза, не улыбайтесь и не показывайте своего страха перед ней.

Остановитесь и твердым голосом отдайте команды, типа: "Место!", "Стоять!", "Сидеть!", "Фу!". В некоторых случаях срабатывает серия команд, приводящая животное в растерянность.

Чтобы выиграть время, бросьте в сторону собаки любой предмет, не поднимая при этом высоко руку. Наибольшую опасность представляет приседающая собака, что говорит о ее готовности к прыжку. Чтобы защитить горло, прижмите подбородок к груди и выставите вперед руку.

Из газовых средств самозащиты собаку может остановить газовый пистолет и баллончик с газом на основе вытяжки из красного перца.

К *нападающей собаке* повернитесь лицом, примите боевую стойку или, если уверены в себе, бросьтесь ей навстречу, но ни в коем случае не поворачивайтесь к собаке спиной и не убегайте. Для защиты используйте зонтик, камни, палку, одновременно отступая к укрытию (забору, дому) спиной и призывая на помощь окружающих. По возможности обмотайте плащом, пиджаком предплечье и руку, а затем, выставив ее вперед, спровоцируйте собаку на укус и сильно ударьте по верхней челюсти собаки. Если собака сбита Вас с ног, упадите на живот и закройте руками шею.

Помните, что болевыми точками у собаки является нос, пах и язык.

**Если собака Вас укусила**, то промойте рану перекисью водорода или обильным количеством воды, окружность раны смажьте йодом, наложите чистую повязку. Выясните у хозяев, сделана ли собаке прививка от бешенства.

Бездомную собаку, по возможности, привяжите или посадите в клетку. Это спасет других прохожих от укусов и позволит выяснить, необходимы ли Вам прививки от бешенства.

Обязательно обратитесь в ближайший травмпункт для получения квалифицированной медицинской помощи. Поставьте в известность о случившемся милицию и санитарные службы, указав по возможности точный адрес владельца собаки.