

БЕЗОПАСНОСТЬ ПЕШЕХОДА

Пользуйтесь подземным переходом, пешеходными мостиками, и в местах, обозначенных дорожной разметкой «зебра» или знаком «Пешеходный переход».

Не ходите рядом с проезжей частью.

Не скапливайтесь на автобусных остановках, вынуждая остальных пешеходов сходить с тротуара.

Катайтесь на роликах, скейтбордах и др. в парках, скверах, имеющих ограждения.

Если необходимо переехать улицу или дорогу, сойдите с велосипеда, и ведите его за руль, скейтборд несите в руках.

Переходя улицу с двусторонним движением, посмотрите сначала налево, и если поблизости нет автомобиля, начинайте переход дороги по прямой. Дойдя до середины, посмотрите направо. Если поблизости нет машины, продолжайте свой путь.

Всегда пропускайте автомобили с включенными спец. сигналами.

Измените направление движения, если вы почувствуете опасную ситуацию или заметите подозрительную личность.

Если вы подверглись нападению с целью похищения, необходимо создавать как можно больше шума.

БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В МЕСТАХ МАССОВОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ

Если толпа увлекла вас, застегнитесь на все пуговицы, если у вас есть какие либо громоздкие вещи - чемодан, рюкзак, сумки - их лучше бросить. В движущейся толпе главное не упасть, поэтому лучше следовать по направлению движения толпы и стремиться быть в центре нее.

В случае давки необходимо прижать согнутые в локтях руки к грудной клетке. Таким образом, вы сможете амортизировать давление толпы и защитить себя от сдавливания.

Если же вы упали в движущейся толпе, то необходимо подняться, используя все возможные средства (быстро встать на четвереньки, выставить как можно дальше вперед опорную ногу и, не сгибая ее, под напором толпы резко подняться).

Если подняться невозможно, постарайтесь свернуться клубком, защищая голову предплечьями и кистями рук, закрывая затылок. Избегайте нахождения возле стеклянных витрин магазинов, стен зданий, деревьев.

При применении слезоточивого газа закройте рот и нос платком, смоченным в любой жидкости; если глаза оказались поражены, необходимо быстро и часто моргать, чтобы слезы вымыли химическое средство.

БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ НА КОНЦЕРТЕ

Наибольшая давка бывает перед сценой, так как все стремятся вперед.

Избегайте становиться между динамиками, так как максимальный уровень звучания делает восприятие музыки невозможным и притупляет чувства.

Не занимайте места в углах зала, близко к стене или поперечным перегородкам (между секторами), откуда затруднено бегство и где есть опасность быть раздавленным.

В ожидании входа в театр или на стадион не приближайтесь к стеклянным дверям или ограждениям, к которым вас могут прижать.

Если толпа побежала, постарайтесь избежать главной опасности – падения; встать будет почти невозможно.

БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ДЕВУШЕК

Не садитесь, ни под каким предлогом, в машину к малознакомым людям.

Всегда предупреждайте родителей или друзей о своем маршруте и просите их встречать вас в вечернее время.

Назначайте свидания только в многолюдных и хорошо освещенных местах.

По возможности надевайте не стесняющую движения одежду и обувь.

Не провоцируйте неуравновешенных людей вызывающей одеждой и аксессуарами.

Зачесывайте длинные волосы наверх (чтобы их нельзя было намотать на руку).

Не надевайте на шею бусы, длинные шарфы и цепочки.

Возвращаясь поздно ночью домой, не стойте долго перед входной дверью, ища ключи, лучше приготовить их заранее.



**АЛЕКСАНДРОВСКАЯ
СЛОБОДА**

**Федеральное государственное бюджетное
учреждение культуры
Государственный историко-архитектурный
и художественный музей-заповедник
«Александровская слобода»
(музей-заповедник «Александровская слобода»)**

ПАМЯТКА

**основы личной безопасности
(для старшеклассников и студентов)**



Дорогие девушки и юноши!

В опасной ситуации может оказаться каждый. Чтобы уцелеть, приходится мобилизовать не только все свои силы, но и знания. В опасной ситуации важно, чтобы вы были в состоянии: принимать быстрые решения; уметь импровизировать; постоянно и непрерывно контролировать себя; уметь различать опасность; уметь распознавать людей; быть независимым и самостоятельным; быть твердым и решительным, когда потребуется, но уметь подчиняться, если необходимо; определять и знать свои возможности и не падать духом, в любой ситуации пытаться найти выход. Никогда не сдавайтесь, не испробовав все возможные средства!

Следуйте принципам безопасного поведения:

Предвидеть опасность!

По возможности избегать ее!

При необходимости - действовать!

БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ НА УЛИЦЕ

Избегайте прогулок в одиночестве в вечернее время и малолюдных местах.

Старайтесь предвидеть и избегать неприятные ситуации, не отвечайте и не поддавайтесь на провокации.

Если вас остановил преступник, избегайте реагировать на это насильственными действиями, особенно если он вооружен и тем более, если вы не уверены, что сможете защитить себя. Лучший способ уменьшить физическое насилие по отношению к себе - не сопротивляться.

Не нагружайте себя свертками и пакетами, лучше всегда иметь свободу движений на тот случай, если возникнет необходимость защищаться.

Избегайте садиться в пустой транспорт, а если вам все-таки приходится делать это, садитесь ближе к водителю.

Для передвижения выбирайте оживленные и хорошо освещенные улицы.

Избегайте кратчайших путей, если они проходят через парки, пустые автостоянки, спортивные площадки и пустыри.

Держите определенную дистанцию с людьми, проходя мимо подъездов и подворотен.

Будьте всегда готовым изменить направление движения, если вы почувствуете опасную ситуацию или заметите подозрительную личность.

Если вы подверглись нападению с целью похищения, необходимо создавать как можно больше шума.

БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ

К общественному транспорту относятся автобусы, троллейбусы, трамваи и метро. Аварийные ситуации в них чаще всего возникают в результате столкновения, резкого торможения, падения с высоты, затопления салона и пожаров. В троллейбусах и трамваях, кроме того, существует опасность поражения электрическим током.

В наземном транспорте:

Во время движения держитесь за поручни. Садитесь и выходите из общественного транспорта только после полной их остановки.

Не засыпайте и не забывайтесь во время движения, это опасно при экстренном торможении.

Не заглядывайтесь в окно, если на полу стоит ваша сумка или чемодан.

Если нет свободного сидячего места, постарайтесь стоять в центральном проходе.

Во время движения транспорта стойте лицом в сторону движения, в крайнем случае вполборота. Не стойте около дверей, не высовывайтесь из окна общественного транспорта.

Передние места предназначены для пассажиров с детьми, инвалидов и пожилых людей.

Выходя из общественного транспорта, подождите, пока схлынет толпа или же наоборот выйдите первым. После выхода из салона лучше подождать, пока автобус отъедет, и лишь потом переходить улицу.

Стоящий автобус или троллейбус обходите сзади, трамвай - спереди, иначе вы рискуете попасть под автомобиль.

В метро:

При пользовании эскалатором будьте внимательны и не задерживайтесь при входе и выходе с него.

Не бегите по эскалатору, не ставьте вещи на его ступеньки.

Во время движения эскалатора стойте ровно, держитесь за поручень.

Наклоняться, и садиться на эскалатор нельзя, тат как пальто или куртка могут попасть между ступеньками.

Не стойте у края платформы, не подходите к краю платформы и к вагону поезда до его полной остановки.

Если уронили ценный предмет на рельсы, сообщите дежурной по станции.

В поезде:

В поезде отдавайте предпочтение центральному вагону, которые в случае железнодорожной катастрофы страдают меньше, чем головные и хвостовые.

Выбирайте сидячие места против движения поезда, т.к. в случае если хулиганы бросят в окно камень, у вас гораздо больше шансов что он в вас не попадет.

Располагайтесь (особенно ночью) в тех купе, где уже кто-то есть.

Не засыпайте, если ваши попутчики вызывают у вас недоверие.

Запомните своих попутчиков: имена, приметы, конечные станции.

Не оставляйте двери приоткрытыми, так как это позволяет видеть из коридора то, что происходит в купе.

Когда вы едете в плацкартном вагоне, держите документы или бумажник в надежном месте, портфель - поближе к стене.

Самое ценное (деньги, ключи, документы) забирайте с собой даже в туалет - в бумажнике, поясной сумке или сумке через плечо.

На промежуточных станциях во время выхода пассажиров держите личные вещи около себя.