

С. А. Шинкарчук



# ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ДОМА И НА УЛИЦЕ

---

Самые простые  
и важные правила  
безопасности

---

Советы  
по оказанию  
первой помощи

---

Рекомендации  
по общению  
с незнакомыми  
людьми

---



**«Начальная школа»** — серия книжек —  
Поможет учить малышей и малышей!



С. А. Шинкарчук

# **ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ДОМА И НА УЛИЦЕ**



## **Дорогие друзья!**

Жизнь интересна и замечательна. Однако на свете существует множество опасностей, которые угрожают нашей жизни. Поэтому надо уметь предвидеть эти опасности.

Книга, находящаяся у вас в руках, поможет получить теоретические знания, которые пригодятся в опасных и трудных жизненных ситуациях. Вы узнаете, как действовать в случае пожара, обрушения здания, утечки и взрыва газа, неисправности электрических приборов. В книге рассказывается, как вести себя на улице, как избежать опасных ситуаций, что делать, если вас взяли в заложники. Вы узнаете, как оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему, как общаться со сверстниками и взрослыми.

## **Если вы остались дома одни**

«Один дома» — это не только кинокомедия, но и распространённая ситуация. Многие дети приходят из школы и до позднего вечера находятся дома одни. Чтобы не попасть в неприятную или даже опасную ситуацию, надо знать некоторые правила безопасности.

Подходя к подъезду, оглянитесь и посмотрите, не идёт ли за вами незнакомый человек, — нельзя заходить в подъезд вместе с ним. Лучше всего подождать на улице и войти в подъезд с человеком, которого знаете.

Если всё-таки вы оказались в подъезде вместе с подозрительным человеком, то в лифт вместе с ним заходить не следует. Найдите предлог, чтобы задержаться. Например, можно проверить содержимое почтового ящика, пойти пешком или выйти из подъезда. Если вы всё же вошли в лифт с незнакомцем, нажмите кнопку не своего этажа, а ближайшего. На всякий случай повернитесь спиной к доске с кнопками.

Если на вас напали в подъезде или лифте, забудьте о страхе и нерешительности. Громко кричите, попытайтесь убежать. Попробуйте вступить в переговоры с напавшим на вас человеком.

Помните, что если во время движения лифта резко подпрыгнуть и ударить ногами о пол, то кабина может застрять. Тогда нападающему придётся иметь дело с механиками, так как по-другому из лифта в этом случае не выбраться.

Если на своём этаже вы увидели незнакомых людей, не подходите к своей квартире и тем более не открывайте её ключом. Позвоните соседям и сообщите им о незнакомцах.

Если вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта, не входите в неё. Позовите соседей и сообщите родителям, чтобы они вызвали милицию. Не пытайтесь задержать преступников, если застали их во время кражи.

Договоритесь с родителями, что, придя из школы домой, будете звонить им на работу.

На вопросы незнакомых людей по телефону: «Дома ли родители?» — отвечайте, что они дома, но заняты и сейчас подойти к телефону не могут.

**Ни в коем случае не открывайте дверь незнакомому человеку!** Этого нельзя делать, даже если он назвался вашим новым соседом, почтальоном, слесарем, электриком, врачом, дворником, милиционером. Помните, что преступники могут переодеться в любую форму. На просьбу незнакомца открыть вам дверь необходимо ответить: «Извините, нет». Объяснять, что вы один дома не только не обязательно, но и опасно.

Не верьте, что кто-то пришёл к вам по просьбе родителей, если родители сами не позвонили вам или не сообщили об этом заранее.

Если незнакомый человек пытается открыть или сломать вашу дверь, сразу же звоните в милицию **по телефону 02**



и назовите свой точный адрес. Говорите громко, чтобы было слышно за дверью. Если дома нет телефона, зовите на помощь из окна или с балкона. Чтобы привлечь внимание, лучше всего кричать: «Пожар, помогите!»

Не выглядывайте за дверь, если попытки попасть в квартиру прекратились. Это самый простой способ выманить вас из квартиры.

Нельзя открывать дверь в подозрительных ситуациях. Например, когда звонят, а за дверью никого нет, или на лестничной площадке погас свет.

## Бытовая химия

На кухне можно найти разные баночки и бутылочки. Хозяйка всегда знает и помнит, что в одной из них уксус или масло, а в другой — лимонная кислота, крахмал. Однако ребёнок не всегда может понять, что в них находится.

Вывод простой — **не пейте и даже не пробуйте ничего из бутылок и банок, в содержимом которых вы не уверены.**

Средства, которые помогают поддерживать чистоту в доме, также часто находятся на кухне. Это порошки и гели для чистки раковин и плит, жидкости для мытья стёкол и многое другое. Обращаться с моющими средствами нужно очень аккуратно, а лучше вообще не трогать их без разрешения родителей.

В ванной можно найти шампуни, лаки для волос, дезодоранты, одеколоны, средства для бритья. Всё это рассчитано на кожу взрослого человека, поэтому подобные красивые баночки, бутылочки и тюбики тоже нельзя трогать.

Почти в каждом доме есть банки и бутылки с красками и растворителями, клей и другие незаменимые при ремонте, но очень опасные вещества. Их нельзя даже нюхать — можно отравиться.

Чрезвычайно опасны средства от тараканов. Яд от тараканов действует и на людей. Поэтому ни в коем случае не открывайте упаковки с такими средствами.

Без разрешения родителей или доктора не принимайте никаких лекарств. Неправильно принятое лекарство может оказаться ядом. Даже самые «безобидные» таблетки — та-

кие, как аспирин, витамины или слабительное, — могут принести вред, если принимать их без надобности или в больших количествах.

## Газ

Во многих домах для приготовления пищи пользуются газовыми плитами. Газ бесцветный, но неприятный на запах.

**Утечка газа чрезвычайно опасна!** Надышавшись им, человек может отравиться и умереть. Газ может взорваться

и привести к страшным разрушениям и пожару. Чтобы не случилось беды, с газовыми приборами надо обращаться осторожно и соблюдать правила безопасности.

Никогда не оставляйте включённую конфорку без присмотра. Не используйте газовую плиту для отопления помещения. Не читайте и не делайте уроки там, где находится газовая плита.

Следите, чтобы закипающая жидкость (вода, молоко, суп) не залила огонь. Газ из открытого крана начнёт заполнять помещение и может воспламениться даже при включении электрического света. Если это





всё же случилось, и вы почувствовали запах газа в квартире, сначала выключите конфорки и перекройте газ, а потом вытирайте плиту. Откройте форточку, окно, балкон чтобы проветрить помещение. Не зажигайте огонь, не включайте и не выключайте электрическое освещение и электроприборы.

Если запах газа усиливается, попросите соседей или сами вызовите **по телефону 04** аварийную газовую службу и покиньте квартиру.

## Электричество

Электричество — одно из самых важных открытий человечества, но электрический ток представляет огромную и даже смертельную опасность.

Вспомните известное выражение *дёрнуло током* — сразу становится понятно, что это больно и опасно. Если через человека проходит сильный электрический ток, то у него начинаются судороги, ему становится тяжело дышать, а в некоторых случаях может остановиться сердце и дыхание.

Прикосновение человека к оголённым или плохо изолированным проводам, по которым течёт электрический ток, может закончиться травмой или электрическим ударом. К таким же последствиям приводит и прикосновение к проводам под напряжением, упавшим на землю. В сырую погоду к ним нельзя приближаться ближе, чем на пять метров.

Неисправные электроприборы могут стать причиной пожара. Телевизором, холодильником, утюгом, компьютером, стиральной машиной, музыкальным центром, электрическими лампочками люди пользуются ежедневно и порой забывают об осторожности. Для того чтобы избежать беды с электричеством, нужно знать некоторые правила.

Перед сном или уходя из дома, отключайте электроприборы от сети. Постоянно работать может только холодильник.

Нельзя включать в одну розетку много электрических приборов, так как это может привести к перегрузке электросети, короткому замыканию и пожару.

Если прибор нагревательный — утюг, камин, — не убирайте его, пока он полностью не остынет.

**Не прикасайтесь к электрическим розеткам и работающим электроприборам мокрыми руками!**

Если розетка нагрелась, больше не используйте её, пока взрослые не установят причину нагрева.

Если вам нужно сменить перегоревшую лампочку, сначала выключите осветительный прибор, аккуратно вывинтите из патрона старую лампочку и замените её новой. Только после этого можно включить свет.

Никогда не пытайтесь самостоятельно устранить неисправности в электроприборе. В таком случае необходимо немедленно выключить его и вынуть вилку из розетки.

Иногда неисправность электроприбора приводит к короткому замыканию. В результате этого в доме гаснет свет, а остальные приборы отключаются. Ни в коем случае не предпринимайте ничего самостоятельно. Дождитесь возвращения взрослых или обратитесь за помощью к соседям.

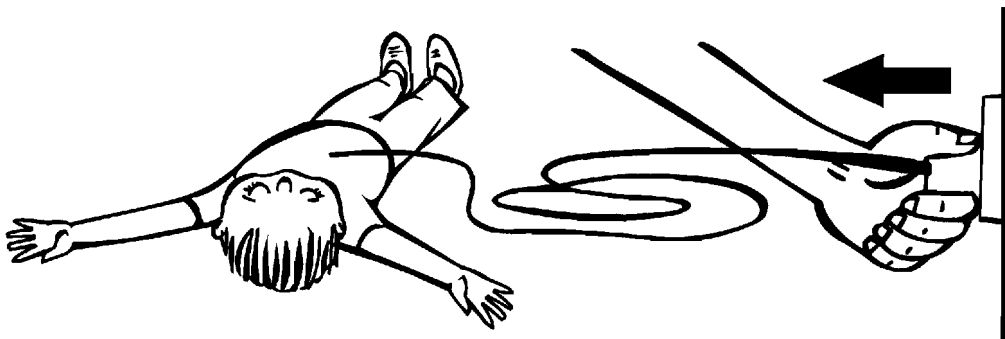
## **Оказание первой помощи при поражении электрическим током**

Если кого-то из окружающих ударило током, постарайтесь немедленно отключить электричество. Лучше всего выдернуть из розетки вилку опасного электроприбора.

Если этого сделать нельзя, встаньте на сухую изолирующую поверхность (на деревянную коробку, резиновый коврик, пачку газет) и, используя какой-нибудь деревянный или пластмассовый предмет (швабру, стул, клюшку), оттащите пострадавшего от источника тока.

При этом помните: нельзя касаться пострадавшего — вы сами можете попасть под напряжение. В крайнем случае можно оттащить его за свободно свисающий сухой край одежды.

Сразу же, как только удастся оттащить пострадавшего, позвоните в скорую помощь и сообщите взрослым о случившемся.



## Наступает Новый год



Новый год — самый весёлый и долгожданный праздник. Но чтобы праздник не был испорчен, необходимо соблюдать правила пожарной безопасности.

Ёлку нужно установить так, чтобы она не мешала свободно ходить по комнате и стояла дальше от батарей отопления.

Нельзя украшать ёлку легковоспламеняющимися игрушками и горящими свечками.

Перед тем как повесить на ёлку электрическую гирлянду, её нужно обязательно включить и проверить. Если вы почувствовали запах жжёной изоляции либо обнаружили, что провода сильно нагреваются или плавятся, пользоваться такой гирляндой нельзя.

Чтобы предотвратить несчастный случай, **необходимо строго соблюдать правила пользования бенгальскими огнями, фейерверками, петардами.**

Нельзя использовать пиротехнические игрушки в квартирах, на балконах, под низкими навесами и кронами деревьев. Они не просто горят, а ещё и разбрасывают искры в разные стороны. Это может вызвать пожар.

Крайне опасно носить такие изделия в карманах, направлять ракеты и петарды на людей, подходить ближе чем на пятнадцать метров к зажжённым фейерверкам, бросать пе-

тарды под ноги, поджигать фитиль, держа его возле лица, использовать пиротехнику при сильном ветре.

## Правила обращения с огнём

Пожар — одно из самых распространённых бедствий. При пожаре могут сгореть вещи, квартира и даже целый дом. Но главное, что при этом могут погибнуть люди. Большинство пожаров происходит в квартирах. Причина многих из них — детская шалость с огнём. Примерно каждый шестой пожар в жилых домах происходит по вине детей. Поэтому никогда не играйте с огнём.

Уходя из комнаты или дома,  
не забывайте выключать электроприборы!

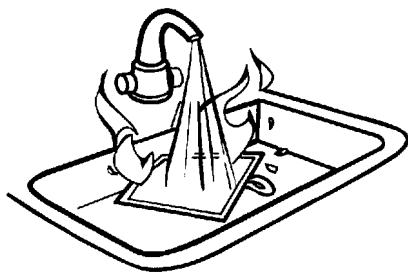
Не сушите бельё над кухонной плитой.

В деревне или на даче без взрослых не подходите к печке и не открывайте её дверцу. От выскочившего уголька может загореться дом.

При пожаре остаться невредимым поможет соблюдение правил пожарной безопасности.

Небольшой очаг пожара, возникший на ваших глазах, часто можно потушить самостоятельно. Горящий мусор в ведре проще всего залить водой. Загоревшуюся кухонную прихватку, занавеску или полотенце можно бро-





силь в раковину и тоже залить водой. Если на сковородке вспыхнуло масло — быстро закройте её крышкой. **Водой горящее масло заливать нельзя!** Загоревшееся кресло можно залить водой или сбить пламя мокрым полотенцем.

Огонь не может гореть без доступа воздуха. На этом основано большинство способов тушения пожара. Поэтому небольшой огонь можно попробовать затушить, набросив на него плотную ткань или одеяло.

При появлении запаха горячей изоляции немедленно выключите свет и все электроприборы. Горящие электрические приборы, включённые в сеть, заливать водой нельзя, так как может произойти короткое замыкание. Лучше всего забросать их песком (например, из кошачьего туалета), стиральным порошком, землёй из горшков с цветами.

Если пожар начался на балконе, надо попытаться потушить огонь водой или любыми другими подручными средствами.

Не переоценивайте своих сил. Нельзя долго бороться с огнём, так как можно надышаться дымом и потерять сознание.

Если в вашей квартире что-то загорелось, а вы не знаете, как это быстро потушить, — срочно покиньте помещение, проверив, не остались ли в квартире те, кто не может выбраться сам (маленькие дети, больные, пожилые люди, животные). Покидая горящую квартиру, плотно закройте за собой дверь, но не запирайте её.

Не задерживайтесь в квартире, собирая вещи. По возможности выключите все электроприборы и свет. Предупредите соседей.

Не пользуйтесь лифтом. При пожаре лифт может остановиться, и вы не сможете выбраться.

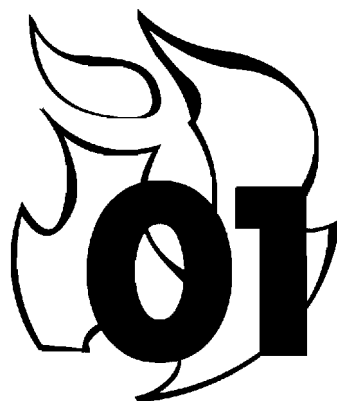
В случае пожара необходимо сразу позвать на помощь взрослых, даже если вы сами виновник пожара. Если нет взрослых, позвоните в пожарную охрану **по телефону 01**. Сообщите точный адрес, что и где горит, свою фамилию, номер телефона. Необходимо ответить на все вопросы диспетчера. Возможно, потребуется уточнить, на каком этаже вы живёте, запирается ли дверь в подъезде на кодовый замок, сколько всего этажей в доме, как быстро к нему подъехать.

Ждите приезда пожарных возле дома. Когда пожарные приедут, во всём их слушайтесь и не бойтесь. Они лучше знают, как себя вести и что делать.

Если из-за густого дыма и высокой температуры вы не можете выйти на улицу, нужно немедленно вернуться обратно в квартиру, плотно прикрыв за собой дверь.

Постарайтесь предотвратить попадание дыма в комнаты. Для этого заткните все щели и вентиляционные отверстия мокрыми тряпками. Закройте все окна и форточки. Создайте запас воды в ванне.

Закройтесь в дальней от входа комнате, лучше в той, где есть балкон. Дым всегда поднимается вверх. Поэтому



сядьте на пол и дышите через мокрое полотенце. Не паникуйте и спокойно ждите приезда пожарных.

При большой задымлённости и резком повышении температуры в помещении выйдите на балкон, плотно прикрыв за собой дверь.

## Пожар в лифте

Пожар в лифте — это очень страшно, особенно если вы в это время находитесь в кабине. Если у вас есть хоть малейшее подозрение, что в кабине или в шахте лифта начинается пожар, ни в коем случае не входите в кабину, так как она может начать двигаться самопроизвольно.

Если вы находитесь в кабине лифта и обнаружили, что начался пожар, первое, что нужно сделать, — это **нажать кнопку вызова диспетчера и попросить о помощи**. Такая кнопка есть в каждом лифте. Как правило, она красного цвета. Если лифт движется, не останавливайте его, а дождитесь остановки.

Если лифт остановился между этажами, а пожар потушить невозможно — громко кричите, стучите по стенам кабины, зовите на помощь. Попробуйте зонтом, ключами или другим предметом раздвинуть автоматические двери лифта и выбраться наружу, позвав на помощь соседей.

Если выйти из лифта не удаётся, то до прибытия помощи закройте нос и рот носовым платком, рукавом одежды или шарфом, смоченными любой жидкостью. Это может быть вода, молоко, газировка и т. п.



## **Что делать, если загорелся телевизор**

Если загорелся телевизор, необходимо немедленно его обесточить или полностью отключить электропитание в квартире.

Если телевизор продолжает гореть, его надо накрыть плотной тканью или одеялом.

Если телевизор взорвался и пожар усиливается, покиньте помещение, закрыв двери и окна.

Сообщите о возгорании в пожарную охрану и соседям.



## Как уберечься от ожогов



Когда вы проходите мимо кухонной плиты, следите за тем, чтобы не зацепиться за ручку сковородки или кастрюли. **Посуду, стоящую на огне, следует закрывать, чтобы горячие брызги не попали на вас.**

Не пытайтесь самостоятельно поднять большую кастрюлю с кипятком, супом или другой горячей жидкостью. Кастрюля может оказаться слишком тяжёлой, вы не удержите её в руках, и кипяток выльется прямо на вас.

Прежде чем лечь в наполненную ванну или встать под душ, проверьте, не слишком ли горячая вода.

Когда вы открываете воду в ванной или кухне, первым отворачивайте кран с холодной водой. Затем постепенно добавляйте горячую воду до нужной температуры.

Если вы находитесь не дома, а в гостях, выясните, с какой стороны в ванной расположен кран с горячей водой. В одних домах горячая вода включается слева, а в других — справа, поэтому, если вы по ошибке откроете не тот кран и подставите руки, вы можете сильно обжечься.

Солнечный ожог может принести не меньше неприятностей, чем ожог от огня. В жару не сидите на солнце дольше, чем советуют старшие. Обязательно защищайте глаза солнечными очками.

Никогда не смотрите прямо на солнце, даже в течение непродолжительного времени: от этого у вас может ухудшиться зрение.

## **Оказание первой помощи при пожаре**

Первая опасность при пожаре — дым. **Отравившемуся дымом человеку прежде всего нужен кислород.** Помогите ему отойти в безопасное незадымлённое место, посадите или положите его, чтобы он смог отдышаться.

Вторая опасность при пожаре — ожоги. При небольших ожогах надо сразу же подставить обожжённое место под струю холодной воды и подождать, пока боль не утихнет.

Нельзя смазывать обожжённое место спиртом, одеколоном, лосьоном, кремом, жиром или маслом.

При сильных ожогах на обожжённое место следует наложить стерильную повязку, а затем как можно быстрее показать пострадавшего врачу.

## **Внезапное обрушение здания**

Если произошло внезапное обрушение здания, то главное в такой ситуации — остаться живым и здоровым.

Если вы живёте на первом этаже и входная дверь выходит прямо на улицу, нужно как можно скорее выйти из дома.

Но если вы живёте выше первого этажа, не выходите на балкон и лестничную площадку — это наиболее опасные места. Категорически запрещается пользоваться лифтом.

Не стоит паниковать и куда-то бежать. Сначала постарайтесь добраться до телефонного аппарата и сообщить о случившемся взрослым. Отключите все электроприборы, электрическое освещение, перекройте газ и воду. Затем лучше всего спрятаться под стол или крепкую кровать, подальше от окон и поближе к углам капитальных стен.

Покидать здание необходимо только в случае начавшегося пожара и угрозы дальнейшего обрушения здания.

Если вы оказались в завале, то наберитесь терпения и ждите. Стучите, кричите, зовите на помощь. Старайтесь делать это во время остановки работы спасательного оборудования. Если вы получили травмы, постарайтесь оказать себе посильную первую помощь. Не паникуйте, не отчаивайтесь, сохраняйте силы и самообладание. Устройтесь поудобнее, уберите от себя острые, твёрдые предметы, укройтесь. Помните — вас обязательно найдут и помогут выбраться, надо только подождать.

## **Правила безопасности на улице**

Опасности подстерегают не только дома, но и на улице. Чтобы их избежать, надо также соблюдать некоторые правила.

**Если вы потеряли родителей в незнакомом месте, стойте там, где потерялись.** Если родители долго не при-

ходят, обратитесь за помощью к милиционеру или другим взрослым.

Никогда не ходите гулять без разрешения. Родители всегда должны знать, где вы находитесь. Не играйте на улице поздно. Происшествия чаще всего совершаются именно в тёмное время.

Если вы задержались в школе или у друзей, а на улице темно, позвоните и попросите, чтобы кто-нибудь из взрослых вас встретил. Обязательно скажите, каким путём вы собираетесь идти домой. Помните, что самый короткий путь — совсем не обязательно самый близкий и безопасный. Поэтому не ходите через плохо освещённые переходы, тоннели, избегайте пути, идущего через парк, пустырь, строительную площадку.

**Старайтесь держаться освещённых и людных мест.** Идите по улице, где есть фонари, мимо магазинов, кафе, остановок автобусов и троллейбусов, платных автостоянок, площадок для выгула собак.

Увидев шумную компанию, постарайтесь обойти её стороной или перейти на другую сторону улицы. Не отвечайте и не поддавайтесь на провокацию, если к вам грубо или насмешливо обращаются.

Если вам показалось, что кто-то идёт за вами, не паникуйте и не бегите. Ваш внешний вид должен говорить об уверенности в своих силах. Если вы выглядите робким и пугливым, любой увидит в вас возможную жертву. Замедлите шаг и дайте подозрительному человеку себя обогнать. В крайнем случае зайдите в магазин, сбербанк, на почту, в кафе — в любое место, где есть люди.

Никогда не разговаривайте на улице  
с незнакомыми людьми!

Ни в коем случае не принимайте от незнакомых взрослых угощения, даже если родители никогда не покупали вам таких вкусных вещей.

Запомните, что преступники внешне могут ничем не отличаться от других людей. Поэтому надо быть осторожными при общении с теми, кого не знаете. Научитесь не доверять на улице ни сверстникам, ни тем, кто старше и даже младше. Ведь именно они порой заманивают жертву к взрослым преступникам.

Не соглашайтесь идти с незнакомыми ребятами или взрослыми в подъезд, подвал, на пустырь либо другое безлюдное место.

На любые предложения незнакомого человека (покататься на машине, посмотреть щенков или котят, сходить в кино или в кафе) надо отвечать отказом.

Нельзя идти с незнакомцами, даже когда вам говорят, что их прислали ваши папа или мама. Если вы срочно нужны родителям, но они не могут сами позвать вас, то за вами пришлют не постороннего, а хорошо знакомого вам человека.

Если вы всё-таки оказались в безлюдном месте с незнакомыми людьми, которые хотят причинить вам вред, — кричите как можно громче. Попытайтесь бежать к людям, к свету. Помните, что бояться и звать на помощь, когда страшно, — это не стыдно.

Любая вещь, которую у вас хотят отнять, не стоит вашего здоровья и безопасности. Поэтому, если вы не смогли

убежать, а помощи ждать не приходится, лучше отдайте всё, что от вас требуют.

Если вы увидели на улице, в транспорте или другом общественном месте коробку, сумку, свёрток, пакет — не трогайте! Там может оказаться бомба. Сообщите об этом взрослому.

## **Как избежать опасных домогательств и насилия**

Бесцеремонные действия по отношению к вам могут произойти в самых разных местах и в разное время суток. Это может быть прижимание, поглаживание, прикосновение к интимным местам. Такие посягательства могут быть направлены и на мальчиков и на девочек.

Люди, совершающие подобные действия, называются насильниками, совратителями. Бывают случаи, когда насильник может быть и знакомым человеком.

Будьте осторожны. Если неизвестные вам лица приглашают послушать музыку, сняться в кино, посмотреть видеофильм, поиграть в компьютерные игры (может быть и любой другой предлог), не соглашайтесь. Поговорите об этом с родителями, и они подскажут, как правильно вести себя в таких случаях.

Всегда предупреждайте родных, к кому и куда вы уходите в гости. Взрослые должны знать адрес и телефон, по которым вас можно будет разыскать.

## Правила поведения в толпе

Серьёзная опасность может подстергать вас даже тогда, когда вы с родителями отправились на праздничное массовое зрелище или, например, на футбольный матч. Очень часто толпа становится опаснее аварии или стихийного бедствия.

Лучше всего не попадать в толпу, но если это случилось, вашей главной задачей будет не упасть.

Если вы всё же упали, нужно немедленно защитить голову руками и попытаться встать.

Если подняться невозможно, сгруппируйтесь, прижав колени к груди и защитив голову руками.

Находясь в толпе, избегайте её центра и края. Уклоняйтесь от стен, решёток, оград, витрин.

Избегайте всего неподвижного на своём пути — столбов, тумб, деревьев.

Не цепляйтесь ни за что руками. Руки согните в локтях и прижмите к корпусу тела.

На концерте, на стадионе заранее подумайте, как вы будете выходить. Старайтесь не оказаться у сцены или раздевалки.

## Что делать, если вы оказались заложником

Если вы оказались заложником, **старайтесь оставаться на своём месте и не привлекать к себе внимания.** Не задавайте вопросов и не смотрите в глаза террористам.



Спрашивайте разрешения на любое своё действие. Выполняйте требования захватчиков беспрекословно.

Не мешайте группе захвата проводить операцию по вашему освобождению, следуйте всем её указаниям. Ложитесь на пол и ожидайте окончания действий.

При освобождении выходите как можно скорее.

## Правила дорожного движения

Лучший способ сохранить свою жизнь на дороге — строго соблюдать правила дорожного движения.

Когда вы выходите из подъезда, сразу обратите внимание, не приближается ли к вам автомобиль, мотоцикл, мопед, велосипед. Если у подъезда стоят транспортные средства или растут деревья, закрывающие обзор, приостановите своё движение и оглянитесь — нет ли за препятствием опасности.

**Запомните, что самый безопасный переход через проезжую часть — подземный.** При отсутствии подземного перехода необходимо пользоваться переходом со светофором. Не забывайте: жёлтый свет — внимание, зелёный — можно идти, красный — стоять. Нельзя переходить улицу на красный свет, даже если на дороге нет машин. Незадолго до окончания действия зелёного сигнала светофора зелёный свет обычно начинает мигать.

Если вы не успели закончить переход на зелёный свет, не пытайтесь проскочить перед тронувшимися машинами.

Спокойно подождите на разделительной полосе посередине дороги, пока включится зелёный сигнал.

Переходя улицу на зелёный свет, на всякий случай посмотрите сначала налево, потом направо. Если при зелёном сигнале для пешеходов вы увидите приближающуюся машину с включённой сиреной и мигалкой, подождите, пока она проедет. Скорая помощь, пожарная, милицейская и некоторые другие машины имеют право ехать даже на красный свет. Идти по пешеходному переходу нужно не спеша, спокойным, ровным шагом. Переходить улицу надо напрямик (а не наискосок), потому что это ближайший путь на противоположную сторону. **Безопаснее всего переходить через дорогу с группой пешеходов.**

Пересекать улицу можно по пешеходному переходу без светофора, обозначенному специальным знаком «Пешеходный переход». В городе на месте пешеходных переходов на асфальте рисуют полосы. Эти полосы называют зебрами. Переходя улицу, обязательно посмотрите сначала налево, а на середине дороги — направо.

Когда пешеходного перехода нет, вы можете переходить улицу, если она хорошо просматривается в обе стороны и нет приближающихся машин.

Если машина едет не очень быстро, то можно переходить дорогу. При этом расстояние между пешеходами и приближающейся машиной должно быть не меньше расстояния между четырьмя фонарными столбами. Не торопитесь переходить дорогу перед медленно идущей машиной. Вы можете не увидеть за ней другую машину, идущую с большой скоростью. Лучше подождать, пока она проедет.

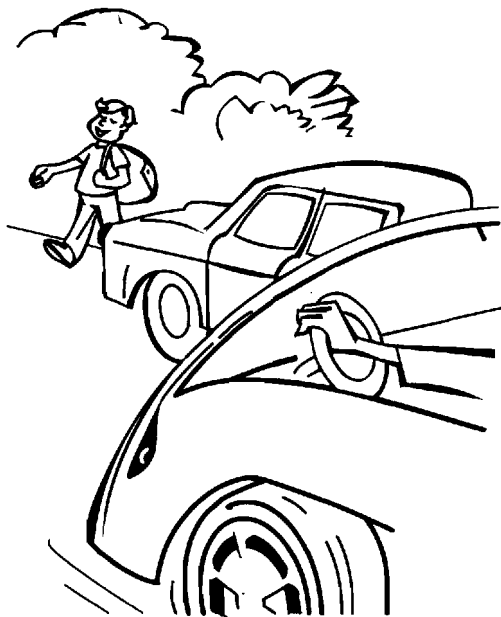
Для того чтобы переходить дорогу без пешеходного перехода, сначала надо найти безопасное место. Это должно быть место с хорошим обзором дороги, расположенное подальше от поворота. Во время перехода не переставайте смотреть по сторонам и прислушиваться, ведь машина может появиться в любой момент.

**Ни в коем случае нельзя выбегать на дорогу!** Даже если вы очень торопитесь или увидели на другой стороне друзей, родственников, знакомых, нужный автобус или троллейбус, перед дорогой надо обязательно остановиться и посмотреть, не приближается ли машина.

Если вам страшно переходить улицу одному, попросите кого-нибудь из взрослых перевести вас или дождитесь, пока взрослый будет переходить улицу, и идите рядом с ним.

Будьте осторожны при переходе через дорогу, когда в глаза светит солнце. Яркий солнечный свет слепит глаза, поэтому вы не сможете увидеть приближающуюся машину. Если на вас нет шапки с козырьком, закройте глаза рукой.

**Ни в коем случае не играйте на проезжей части дороги и на тротуаре!** Не выбегайте на мостовую за мячом или другой игрушкой.



Вы рискуете не заметить проезжающей машины и попасть под неё.

Не выходите на проезжую часть из-за препятствия, мешающего вам видеть приближающуюся машину. Этим препятствием может быть стоящая у обочины машина или сугроб.

Общественный транспорт опасно обходить как спереди, так и сзади. Надо дойти до ближайшего пешеходного перехода и по нему перейти улицу.

Вне населённых пунктов пешеходы должны идти по обочине или краю проезжей части навстречу движению транспорта.

Группам детей разрешается передвигаться только по тротуарам и пешеходным дорожкам, а если их нет, то по обочине навстречу машинам, но лишь в светлое время суток и в сопровождении взрослых.

## **На велосипеде**

Управлять велосипедом при движении на дорогах разрешается только с четырнадцати лет.

**Строго следите за исправностью тормозов  
у велосипеда, перед каждой поездкой  
не забывайте их проверять!**

Для езды на велосипеде желательно подобрать одежду из грубой ткани, чтобы не пораниться, если вдруг упадёте. Также не помешает и лёгкий велосипедный шлем.

Обязательно имейте на велосипеде звонок, чтобы оповещать людей о своём приближении, светоотражатели, фару. Тогда вечером вас будет видно издалека.

Будьте особенно внимательны на подъездных дорожках к дому, где в любой момент может появиться машина.

Помните, что при езде во дворах опасно выезжать из-под арок или из-за угла дома, так как вы можете неожиданно оказаться на пути автомобиля.

Не переезжайте дорогу на велосипеде, а пересекайте её по пешеходному переходу, ведя велосипед за руль.

Не устраивайте скоростных гонок там, где ходят люди. Будьте внимательны к тем, кого вы объезжаете, особенно к пожилым людям, маленьким детям и животным.

Не катайтесь в местах, где можно случайно выехать на проезжую часть.
--

## **В автомобиле**

Собираясь ехать куда-нибудь на машине, **пристегните ремни безопасности**, даже если поездка будет продолжаться всего несколько минут. Аварии случаются как в длительных, так и в коротких поездках.

Не высовывайте руку из окна автомобиля. Проходящий мимо транспорт может задеть вас, что вызовет серьёзную травму.

Прежде чем автомобиль тронется с места, нужно проверить, хорошо ли закрыты все двери. После этого замки и

ручки дверей уже нельзя трогать. Незапертая дверь может внезапно распахнуться, и вы вылетите на мостовую.

Сидите только на заднем сидении. Это наиболее безопасное место. Запомните, что сидеть рядом с водителем разрешено только с двенадцати лет. Откиньтесь назад и обопритесь о спинку сиденья, чтобы при внезапной остановке автомобиля вас не отбросило вперёд, и вы не ударились.

Не вставайте с места и не передвигайтесь в машине, когда она едет. При резком повороте, внезапной остановке или столкновении вы можете перелететь через спинку сиденья и сильно удариться об окно или крышу салона.

**Находясь в автомобиле, не дотрагивайтесь до кнопок и рычагов управления и не пытайтесь самостоятельно стронуть машину с места.** Может случиться так, что машина действительно поедет, и вы, если не умеете водить, окажетесь в опасности.

Не прикасайтесь к рулю, когда автомобиль движется. Случайный поворот руля может привести к тому, что машина внезапно свернёт с дороги и ударится о бордюрный камень или другую машину.

Многие несчастные случаи происходят из-за того, что люди выходят из автомобиля не с той стороны. Поэтому выходите из машины только со стороны тротуара, иначе вас может сбить проходящий мимо транспорт.

Если вы видите, что столкновение неизбежно, упритесь ногами в пол, обхватите голову руками и натяните ремень безопасности, а при нахождении на заднем сиденье лягте на бок, если позволяет место. После столкновения поста-

райтесь быстро покинуть машину и помочь выбраться из неё остальным.

Никогда не садитесь в машину с незнакомцем,  
ведь он может причинить вам вред!

## Общественный транспорт

Для посадки в общественный транспорт подходите к двери транспортного средства только после полной его остановки. Как ребёнок, так и взрослый может оступиться и попасть под колесо.

Входить в любой вид транспорта и выходить из него можно только тогда, когда он стоит. Не садитесь в общественный транспорт в последний момент при его отправлении — вас может прижать дверями.

Будьте внимательны в зоне остановки общественного транспорта. Это опасное место. Стоящий автобус сокращает обзор дороги. Кроме того, пешеходы здесь часто спешат и могут случайно вытолкнуть вас на проезжую часть.

При ожидании общественного транспорта  
стойте только на посадочных площадках,  
а при их отсутствии — на тротуаре или обочине.

При поездке в общественном транспорте **крепко держитесь за поручни**, чтобы при торможении не получить травму от удара.

## Правила безопасности на воде

Что за летний отдых без купания в пруду или реке? Однако существуют правила безопасности на воде, которые должен знать каждый.

Не стойте и не играйте на пристани, мосту, крутом берегу, то есть в тех местах, откуда можно упасть в воду.

Перед купанием в озере (реке, пруду, море) необходимо спросить у взрослых, достаточно ли чистая там вода. Если водоём загрязнён, то микробы, которые неизбежно попадут вам в рот, нос и на кожу, могут вызвать серьёзное заболевание.

Когда вы собираетесь войти в воду в незнакомом месте, выясните, какие виды рыб там обитают. Будьте осторожны в море, где встречаются медузы. Они могут больно обжечь. Старайтесь не наступить на морского ежа, иначе у вас на ноге останется болезненная колотая рана. В местах, где водятся улитки и пиявки, лучше вообще не купаться.

**Не ныряйте и не прыгайте с обрыва в воду в незнакомом месте.** Там может быть очень мелко. Кроме того, неизвестно, что может оказаться на дне. Прежде чем нырять, нужно проверить, нет ли под водой острых камней и коряг.

Если вы плохо плаваете, держитесь поближе к берегу. Так, чтобы в любой момент можно было коснуться ногами дна. Если же вы только учитесь плавать, то не заходите глубже, чем по пояс.

Не купайтесь в реке, по которой плавают катера или суда. Или, по крайней мере, держитесь от них подальше. Если



вы подплываете близко к судну, вас может затянуть под винты или накрыть волной.

В холодную воду заходите медленно, иначе может свесить ногу или закружится голова.

**Какой бы тёплой ни казалась вода, долго купаться нельзя.** Переохладиться в воде и потом заболеть очень просто.

Недопустимы игры в водоёмах с удерживанием «противника» под водой — он может захлебнуться.

Игра в морские сражения на лодках, а также раскачивание лодки, хождение по ней или перегибание через борт очень опасны. Лодка может перевернуться.

**Не пытайтесь плавать на самодельных плотках и других собственноручно изготовленных плавательных средствах.** Они могут не выдержать вашего веса или перевернуться.

Пользоваться в воде надувными игрушками и резиновыми кругами можно только в сопровождении взрослых. Надувные игрушки ненадёжны. С них можно соскользнуть так, что ваша голова окажется под водой. Если матрас или камера вдруг начнут сдуваться, вы тоже можете пойти ко дну.

Если вы начали тонуть, не поддавайтесь панике, то есть не молотите по воде руками. Постарайтесь экономить силы и сохранять размеренное дыхание.

Зовите на помощь, только если действительно что-то случилось. Иначе вас могут счесть обманщиком и не помогут, когда вам действительно будет угрожать опасность.

Но если вам некому помочь, надейтесь только на себя. Проплывите в сторону берега, сколько сможете, а после

этого отдохните. (От перенапряжения могут начаться судороги.)

Научиться отдыхать на воде несложно.

*Первый способ:* перевернитесь в воде на спину, раскиньте руки и ноги в стороны, закройте глаза, положите голову на воду и расслабьтесь. Ногами помогайте себе удерживаться в горизонтальном положении. Дышите глубоко, слегка задерживая воздух в лёгких.

*Второй способ:* вдохните воздух, погрузите лицо в воду, обнимите руками колени и прижмите их к телу, сдерживая выдох. Затем медленно выдохните воздух в воду, сделайте новый быстрый вдох над водой — и повторите всё снова.

После того как вы отдохнули, не торопясь плывите к берегу.

Спасти утопающего непросто даже взрослому. Не стоит сломя голову бросаться в воду, иначе может получиться, что придётся спасать и вас тоже.

Первое, что вы должны сделать, увидев тонущего человека, — привлечь внимание окружающих криком «Человек тонет!».

Затем посмотрите, нет ли рядом спасательного средства. Им может стать всё, что хорошо держится на воде и что вы можете добросить до тонущего: спасательный круг, резиновая камера, мяч.

Попробуйте, если это возможно, дотянуться до тонущего рукой, палкой, толстой веткой или бросьте ему верёвку.

Если рядом никого нет, попытайтесь спасти утопающего, подплыв к нему и схватив за волосы, после чего вер-

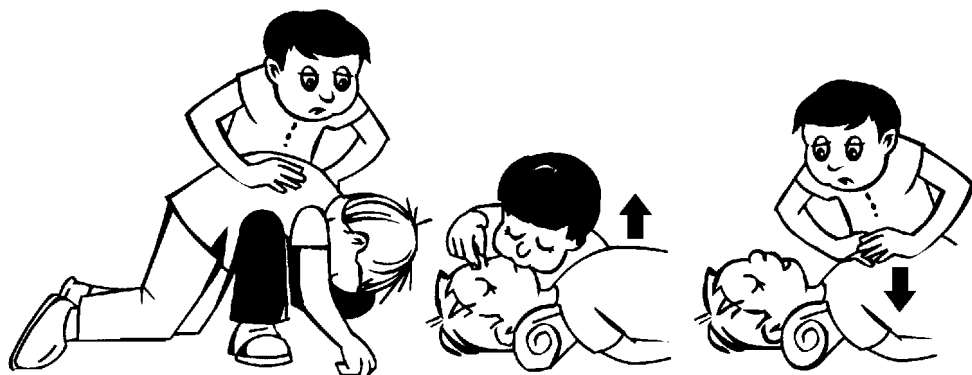
нитесь с ним на безопасную глубину. Но это возможно только в самом крайнем случае и при условии, что вы очень хорошо плаваете. Безопаснее идти к утопающему, чем плыть.

Помните, что до беды на воде дело никогда не дойдёт, если вы и ваши друзья будете соблюдать правила поведения на воде!

### **Оказание первой помощи спасённому из воды**

Если пострадавший успел наглотаться воды, надо положить его животом на своё колено и несколько раз резко сжать с боков грудную клетку, чтобы удалить попавшую в лёгкие воду. Затем надо проверить, дышит он или нет.

Если пострадавший не дышит, положите его на спину, запрокиньте его голову назад, подняв подбородок, чтобы открылись дыхательные пути, и начните делать искусственное дыхание «рот в рот».



Сначала нужно пальцами зажать пострадавшему ноздри, затем сделать глубокий вдох, прижать губы к его рту и выдыхать в рот воздух, пока грудь пострадавшего не станет подниматься.

Когда грудь поднимется, нужно убрать губы и ждать, пока она опустится. Если грудь не опускается, слегка надавите руками на нижнюю часть грудной клетки, чтобы воздух вышел из лёгких. Продолжайте искусственное дыхание в ритме десяти вдохов в минуту.

Если пострадавший задышал, положите его в наиболее удобную позу, при которой язык не закроет дыхательных путей, а вода сможет вытекать изо рта.

После этого можно бежать за помощью.

## **Правила безопасности на льду**

Зимой пруды, озёра и реки покрываются льдом. Однако выходить на лёд и тем более играть на нём опасно. Ведь вода замерзает неравномерно.

Лёд можно считать прочным, если его толщина не менее семи сантиметров. Тогда он может выдержать человека. Для группы людей, а также для устройства катка безопасен лёд толщиной не менее двенадцати сантиметров.

Прочность льда можно определить на глаз. Наиболее прочный лёд имеет синеватый или зеленоватый оттенок, а матово-белый или с желтоватым оттенком — крайне ненадёжен.

Запомните, что около стоков вод,  
в местах впадения ручьёв или там, где бьют ключи,  
лёд непрочен.

Следует обходить участки, запорошённые снегом или покрытые сугробами. Лёд под снегом всегда тоньше.

Очень осторожным следует быть в местах, где лёд примыкает к берегу. Здесь он, как правило, менее прочен, и в нём могут быть трещины. Особенно опасен лёд во время оттепели.

Прежде чем ступить на лёд, посмотрите, нет ли поблизости проложенной тропы или свежих следов — лучше двигаться по ним, так как этот путь проверен.

Если следов нет, надо внимательно осмотреться и наметить свой маршрут так, чтобы избежать мест, где может быть слабый лёд.

Следует взять с собой крепкую палку и с её помощью проверять прочность льда. Если после удара палкой о лёд появится вода, нужно сразу же возвращаться к берегу. Причём старайтесь скользить ногами, не отрывая подошв ото льда.

Замёрзшую реку или озеро лучше пересекать на лыжах. При этом рекомендуется лыжные палки держать в руках, не накидывая петли на кисти рук, а крепления лыж расстегнуть, чтобы в случае опасности быстро их сбросить.

При передвижении по льду группой  
необходимо соблюдать дистанцию  
не менее пяти метров друг от друга.

Если лёд под вами начал трещать, это значит, что он непрочен, ходить по нему опасно. И всё же постарайтесь как можно быстрее дойти до берега, но не бегите, а лучше — лечь на живот и ползти к берегу.

## **Что делать, если вы провалились под лёд**

Что делать, если вы провалились под лёд, а помощи ждать неоткуда?

Во-первых, ни в коем случае **не поддавайтесь панике и не теряйте самообладания.**

Во-вторых, если поблизости есть люди, позовите их на помощь.

В-третьих, выбирайтесь на лёд в ту сторону, откуда вы пришли, а не плывите вперёд.

В-четвёртых, не барахтайтесь беспорядочно и не наваливайтесь всей тяжестью тела на кромку льда. На лёд надо выбираться, широко раскинув руки, чтобы увеличить площадь опоры. Нужно попытаться, не совершая резких движений, как можно дальше выползти грудью на лёд, затем осторожно вытащить на него сначала одну ногу, а потом другую.

**Выбравшись из воды, ни в коем случае нельзя сразу вставать на ноги.** Нужно сначала откатиться от полыньи, лечь на живот и медленно ползти в ту сторону, откуда вы пришли и где прочность льда уже проверена.

Лишь ступив на берег, надо бежать, чтобы согреться и быстрее попасть в тёплое место. Переохлаждение может вызвать серьёзные осложнения.

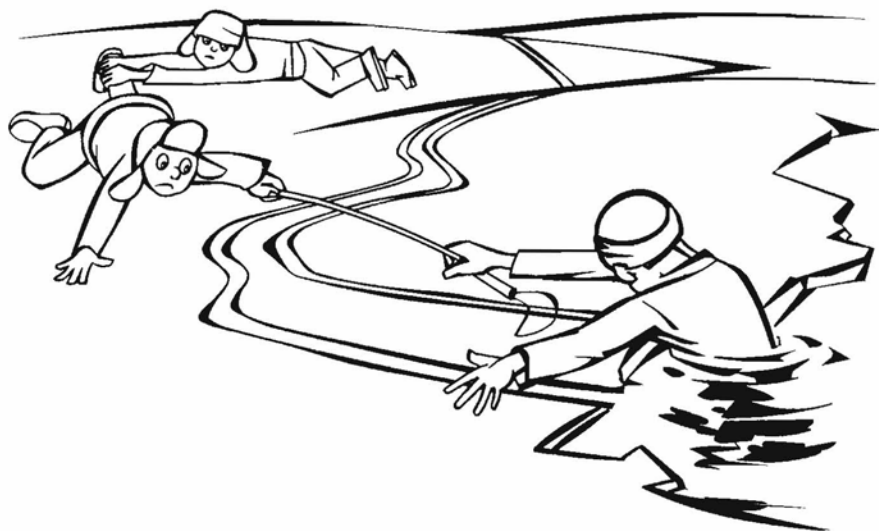
Если на ваших глазах кто-то провалился под лёд, сразу крикните ему, что идёте на помощь. Вооружитесь палкой, шестом или доской и двигайтесь к полынье.

Приближаться к полынье нужно крайне осторожно, лучше — ползком, широко раскинув руки. Если есть возможность, подложите под себя лыжи или доску и передвигайтесь на них.

Подползать к краю полыньи нельзя ни в коем случае.

Лёд обязательно обломится, если вы попытаетесь подать тонущему руку и вытянуть его. Лёд выдерживает человека на расстоянии трёх-четырёх метров от края полыньи, поэтому постарайтесь протянуть тонущему лыжу, лыжную палку, доску, верёвку. Можно использовать крепко связанные шарфы.

Лучше, если спасающих несколько. Они могут, взяв один другого за ноги, лечь на лёд цепочкой и подползти к полынье.



Действовать надо решительно и быстро, так как человек, попавший в полынью, быстро замерзает, а намокшая одежда не даёт ему долго держаться на воде.

Вытащив тонущего на лёд, следует отползти с ним от опасной зоны и как можно быстрее добраться до тёплого места, чтобы растереть его, напоить горячим чаем и переодеть в сухие вещи.

## **Как избежать обморожения**

Замёрзнуть, конечно, можно даже летом, купаясь в реке. Но проще всего замёрзнуть зимой. Чтобы не случилось опасного переохлаждения организма или обморожения, необходимо тепло одеваться, выходя на улицу в морозные дни.

Чтобы не замёрзли ноги, нужно надевать шерстяные носки и тёплые сапоги или ботинки. Шерстяные варежки не дадут замёрзнуть пальцам, а уши защитит глубоко надвинутая на голову шапка.

Но даже если одеться очень тепло, всё равно можно замёрзнуть. Для этого достаточно, например, четверть часа постоять без движения на остановке в ожидании транспорта.

**Чтобы не замёрзнуть, надо двигаться, но не дрожать.** Чем сильнее вы дрожите, тем сильнее замерзаете. Нужно постараться расслабить всё тело, унять дрожь и выровнять дыхание. Дышать лучше всего носом, особенно при сильном морозе.



Чтобы согреться, надо растирать ладони одна об другую, делать энергичные махи руками. При этом руки должны быть максимально расслаблены, а пальцы — напряжены.

Когда руки согреваются, их можно засунуть под мышки. Чтобы не замёрзли ноги, нужно танцевать, приседать, бегать на месте. Если замерзают нос, щёки и уши, их растирают сухими ладонями.

Главное — не останавливаться, когда согреетесь. Можно очень быстро замёрзнуть снова.

Запомните, что в холодную погоду нужно сразу же идти домой, как только вы почувствуете, что уши, нос, пальцы начинают мёрзнуть.

## **Оказание первой помощи при обморожении**

Обморожение — это ожог кожи, вызванный слишком длительным пребыванием на холоде. Обморожение нередко бывает у детей после долгой игры в снегу в холодный зимний день.

Обморозить можно не все части тела, а только щёки, уши, кончик носа, пальцы на руках и ногах, кисти рук и ступни. Живот обморозить нельзя, так как там находятся жизненно важные органы, которые организм защищает в первую очередь. Когда человек замерзает, всё тепло начинает «стекаться» к самым главным органам. Пальцы, уши, нос находятся дальше всего от живота, вот им меньше всех тепла и остаётся.

Лёгкое обморожение характеризуется жжением, покалыванием, онемением, потерей чувствительности. Если у вас появились подобные симптомы, необходимо сразу же идти домой.

При первых признаках обморожения следует растереть обмороженное место — мочку уха, щёку или нос — рукой либо шерстяным шарфом. Руки надо согреть дыханием и лёгким массажем, а стопы ног растереть сверху вниз.

Ни в коем случае нельзя быстро согревать обмороженные места, как бы вам ни хотелось залезть под горячий душ, в тёплую ванну или погреться у открытого огня. От этого станет только хуже. Нельзя растирать обмороженные участки тела жиром или снегом: они должны согреться сами собой.

Если вы обморозили руку или ногу, необходимо обернуть её тёплыми вещами и ждать прихода врача. Если кожа на обмороженном месте потрескалась, на неё нужно наложить чистую повязку.

Если обмороженные места очень болят, попросите у взрослого какое-нибудь болеутоляющее лекарство.

Большинство лёгких обморожений через некоторое время проходят без специального лечения.

## **Как вести себя с собаками**

Собак любят многие, особенно дети. Но, к сожалению, сами того не желая, они могут рассердить её. **Когда собака испугана, рассержена или потревожена в неподхо-**

**дящий момент, она может укусить.** Поэтому с ней нужно вести себя осторожно.

Чтобы избежать возможных неприятностей с собаками, старайтесь обходить места их массового выгула. Всегда лучше отойти в сторону и пропустить идущих вам навстречу собаку с её хозяином.

При встрече с незнакомой собакой надо помнить, что помахивание хвостом не всегда говорит о её дружелюбном настроении. Поэтому никогда не трогайте незнакомую собаку, не гладьте её и не играйте с ней.

Никогда не дразните собаку, даже добрую или очень маленькую. Может наступить такой момент, когда она потеряет терпение, разозлится и укусит вас.

Ни в коем случае нельзя показывать свой страх перед собакой. Она может почувствовать это и повести себя агрессивно.

Не кормите чужую собаку и не трогайте её во время еды. Она может подумать, что вы хотите отнять у неё пищу, и укусить вас.

Также нельзя резко будить спящую собаку — она может укусить вас спросонок.

### **Не подходите к собаке, сидящей на привязи!**

Не приближайтесь к большим собакам служебных пород. Некоторые из них выучены бросаться на людей, которые подходят к ним на определённое расстояние.

Общаясь с хозяином собаки, не делайте резких движений. Собака может подумать, что вы ему угрожаете.

Если вам хочется погладить собаку, спросите разрешения у её хозяина. Гладьте собаку осторожно.

Не трогайте щенков и не пытайтесь отобрать предмет, с которым собака играет.

Не стоит приближать своё лицо к морде собаки. Это допустимо, только если собака хорошо знакома и у вас с ней прекрасные отношения, если она не спит и не дремлет, а также совершенно здорова. Когда собака болеет, её характер меняется, и она может укусить даже любимого хозяина.

### **Что делать, если на вас напала собака**

Собака может напасть на вас и укусить, даже если вы будете соблюдать все правила безопасности. Если к вам бежит собака, остановитесь и не кричите. Встаньте боком к ней. Если вы почувствовали, что она собирается напасть на вас, твёрдым голосом произнесите команды «фу!», «стоять!», «сидеть!». Иногда это помогает. Никогда не пытайтесь убежать от собаки. От неё следует уходить очень медленно, не ускоряя шага.

Особенно следует опасаться приседающей собаки — это значит, что она готовится к прыжку. На всякий случай лучше сразу защитить горло — для этого надо прижать подбородок к груди и выставить вперёд руку.

Если собака всё-таки напала, отбивайтесь от неё при помощи камней, палки или портфеля. Самое чувствительное место у собаки — нос. Иногда достаточно попасть в него, чтобы она убежала.

Если собака вас укусила, не пытайтесь сразу же остановить кровь. Кровотечение помогает удалить слюну животного из раны.

При возможности промойте рану чистой водой и смажьте кожу вокруг укуса йодом или одеколоном. Затем перевяжите чистым бинтом.

Расскажите о происшествии родителям и вместе с ними немедленно идите в ближайшую больницу.

Если вам известен хозяин собаки, сообщите его адрес врачу, чтобы собаку проверили на бешенство. Бешенство — очень опасная болезнь, которая может возникнуть после укуса животных. От неё можно даже умереть. После укуса собаки, у которой подозревают бешенство, человеку делают определённое количество уколов, чтобы болезнь не передалась ему.

Собаку, которая неоднократно кусала людей, опасно держать в доме.

## **Как вести себя с кошками**

Обычно кошки чаще царапаются, чем кусаются, но встречаются и очень кусачие кошки. Во многих случаях кошки ведут себя почти так же, как собаки: царапаются или кусаются, когда они чем-то рассержены или испуганы. К тому же часто они царапаются без всякого злого умысла. Порой кажется, что им просто невдомёк, какие у них острые когти. Случается, что кошки царапаются, когда играют или когда нервничают.

Если при обращении с кошками следовать тем же правилам, что и при обращении с собаками, будет меньше шансов получить глубокую царапину. Но если всё же вас сильно поцарапала кошка, рану нужно тщательно промыть тёплой водой с мылом и перевязать чистым бинтом. А если вас укусила или поцарапала чужая кошка, лучше показаться врачу.

Надо помнить, что от кошек и собак людям передаются такие болезни, как лишай, чесотка, бешенство. После того как вы погладили кошку или собаку, надо обязательно вымыть руки с мылом.

## **Человеческие укусы**

Когда человека кусает другой человек, это часто приводит к серьёзным последствиям.

Раны от человеческих укусов воспаляются чаще, чем раны от укусов животных. Речь, конечно, идёт прежде всего о малышах. Тот, кто постарше и поумнее, никогда не кусает ни младших братьев и сестёр, ни других детей даже в драке.

При человеческом укусе, если повреждена кожа, необходимо:

- тщательно промыть рану тёплой водой с мылом в течение десяти—пятнадцати минут;
- аккуратно обработать рану йодом;
- перевязать место укуса чистым бинтом;
- обратиться к врачу.

## Змеи

**Запомните, что змея почти никогда первой не нападает на человека.** Чтобы обезопасить себя от укуса змеи, запомните три правила:

1. В незнакомой местности всегда спрашивайте местных жителей о «змеиных местах».

2. Собираясь в лес за грибами и ягодами, обязательно надевайте сапоги.

3. Увидев змею, не трогайте её, а обойдите стороной. Пусть себе ползёт по своим змеиным делам. Чаще всего змея нападает, если на неё наступили. В этом случае нужно быстро отпрыгнуть как можно дальше. Если змея свернулась кольцом, значит, она собирается броситься на человека.

Порой трудно определить, какая змея укусила человека — ядовитая или безвредная, — поэтому безопаснее ко всем укусам змей относиться как к ядовитым.

Если вас укусила змея, необходимо сразу попытаться выдавить с кровью хотя бы часть яда, пока он не распространился по организму. Можно отсосать его ртом. Однако делать это стоит только в том случае, если вы уверены, что во рту нет ран или трещин и у вас здоровые зубы. Кровь, смешанную с ядом, отсосав, выплёвывают. Если пострадавший не может сам дотянуться ртом до укушенного места, это должен сделать кто-нибудь другой.

Затем следует промыть ранку слабым раствором марганцовки или перекиси водорода и перевязать.

Необходимо пить много воды или тёплого чая и как можно меньше двигаться.

**Чем меньше двигается пострадавший, тем меньше яда переносится с кровью в организме.**

И конечно, нужно обязательно вызвать врача или обратиться в больницу.

Чтобы врач мог с точностью определить, какое именно требуется противоядие, змею желательно поймать, убить и привезти в больницу вместе с пострадавшим.

## **Пчёлы и осы**

Укус пчелы или осы, как правило, не опасен, но укусы нескольких десятков пчёл или ос могут угрожать вашей жизни. В этом случае без лекарств и врача не обойтись. Поэтому никогда не лезьте в гнёзда диких ос или в ульи на пасеке.

Пчела жалит человека, только если он представляет для неё угрозу. Однако она может ужалить, просто наткнувшись на человека в полёте. Если пчела кружит вокруг вас, то, скорее всего, ей не нравится ваш запах, и она собирается ужалить. Самое лучшее в такой ситуации — замереть на месте и присесть. **Ни в коем случае нельзя махать руками и бежать.**

Когда пчела кусает, её жало остаётся в теле человека, а сама она погибает. Жало пчелы надо аккуратно вытащить, после чего смазать место укуса йодом или зелёнойкой.

Обычно осу можно отогнать как муху. Но иногда и оса жалит. Оса, в отличие от пчелы, обычно не оставляет жала в теле человека, но укусы её не менее болезненны. Осы



делают гнёзда в самых разных местах. Таких, где их не тревожат ни люди, ни животные. Например, вы можете обнаружить осиное гнездо на балконе. Ни в коем случае гнездо нельзя трогать. Нужно вызвать спасателей.

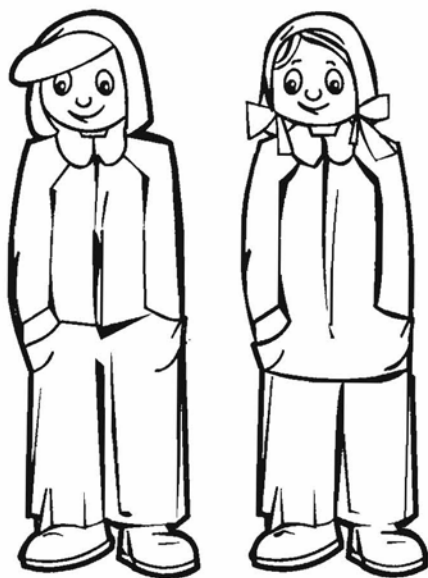
Шмель может ужалить, только если взять его в руки.

## Клещи

Энцефалит — очень серьёзное заболевание. Его последствия бывают разными: паралич, глухота, смерть. Переносчиком этой болезни является энцефалитный клещ. Наиболее активны клещи в конце весны и начале лета.

Энцефалитные клещи водятся в лесу. Чаще всего они встречаются в затемнённых местах с густым подлеском и высокой травой. Особенно много клещей по обочинам дорог и тропинок. В сухом бору, в светлой роще, на открытой поляне клещей очень мало или вообще нет.

Защититься от клещей можно, если вы правильно выбрали одежду. Чем бóльшая часть тела открыта, тем вероятнее укус клеща. Поэтому, если вы собираетесь в места, где водятся клещи, нужно надеть рубашку с длинными рукавами, длинные





брюки и плотно прилегающую шапку.

Когда клещ проникает под одежду, он не кусает сразу. Некоторое время он ползает по телу. Если быть внимательным, то ползающего клеща можно почувствовать и вовремя удалить.

Укус этого насекомого практически незаметен. Нельзя пытаться выдавить или резко выдёргивать всосавшегося клеща. Укушенное место сначала нужно промыть водой с мылом. Чтобы удалить насекомое, надо капнуть на него скипидаром, а затем смазать место укуса вазелином, жиром или растительным маслом и немного подождать. Обычно после подобной обработки клещ отпадает сам.

Запомните: если вас укусил клещ,  
лучше всего не трогать его,  
а быстро обратиться к врачу.

## Коровы

Никогда не подходите близко к чужим коровам.

Встретив на пути стадо, отойдите на безопасное расстояние или обойдите его.

Будьте осторожны с телятами. У них чешутся рожки, и они могут нанести вам серьёзную травму.

## Правила безопасности на природе

Даже в самом обычном лесу, в котором вы не раз были со взрослыми, вас подстерегает множество опасностей.

Прежде всего, в лесу можно заблудиться. Чтобы этого не случилось, не ходите в лес одни.

**Если вы заблудились, то ни в коем случае нельзя поддаваться панике.** Не стоит сразу бежать куда глаза глядят. Попробуйте громко покричать. Возможно, что вас услышат и помогут выйти из леса.

Присядьте, успокойтесь и внимательно прислушайтесь, не доносятся ли откуда-нибудь звуки: шум машин, поездов, гудки теплоходов, лай собак, крики домашних животных и птиц или другие звуки, говорящие о близости людей.

Для того чтобы лучше расслышать звуки, можно приложить ухо к земле. Постарайтесь понять, откуда идёт звук, и идите в этом направлении. Если звук становится громче — вы идёте правильно.

Перед тем как войти в лес, необходимо определить по компасу стороны света, чтобы точно знать, в каком направлении вам надо будет возвращаться. Например, если, входя в лес, вы идёте на север, значит, чтобы выйти из него, вам нужно идти на юг. Стороны света можно определить и без компаса, например по солнцу. Солнце восходит на востоке, а заходит на западе. Если утром стать к солнцу лицом, север будет по левую руку, а юг — по правую.

Есть и такое простое правило: входя в лес, запомните, в какой глаз вам светило солнце. При возвращении оно должно светить вам в другой глаз.

Кроме того, многие растения являются живыми компасами.

Мхи и лишайники любят тень, поэтому растут преимущественно на северной стороне стволов деревьев, пней и камней.

Кора у деревьев обычно темнее и грубее с северной стороны. Особенно это заметно у берёзы, осины и сосны.

В сухую, жаркую погоду у ели и сосны смола обильнее выделяется с южной стороны.

Многие цветы, которые растут в лесу, в облачную погоду поворачиваются головками в сторону солнца.

Муравьи устраивают свои жилища обычно с южной стороны деревьев, пней и кустов. Южная сторона муравейника более пологая, чем северная.

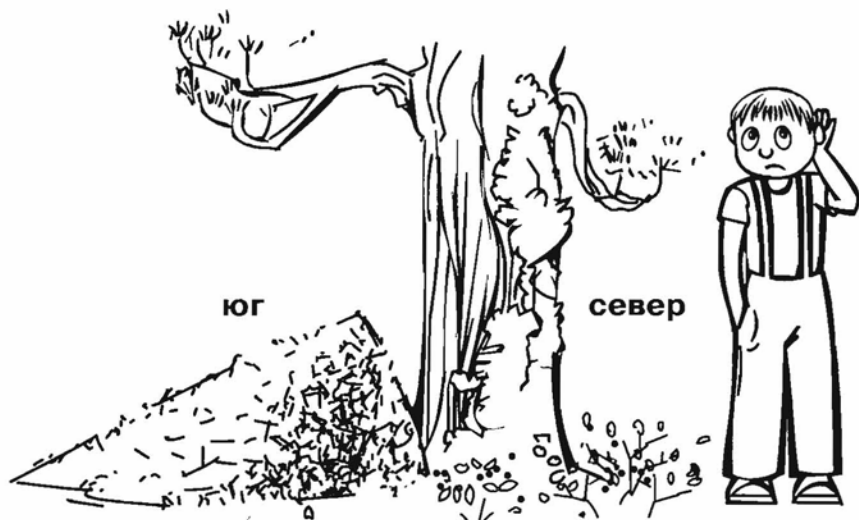
Перелётные птицы весной всегда летят строго на север, а осенью — на юг.

Снег, тающий весной, тоже хороший ориентир. Первые проталины появляются на склонах, обращённых к югу. Вокруг отдельно стоящих деревьев и пней образуются лунки, вытянутые в южном направлении.

Никогда не забывайте о своих товарищах. В лесу нужно держаться вместе. Как только вы теряете друг друга из виду, начинайте звать друзей, чтобы они откликнулись на ваш голос.

Если вы заблудились, а на пути у вас река или большой ручей, идите вниз по течению. Этот путь, как правило, приводит к жилью.

Выйдя к реке, осмотритесь: может быть, где-нибудь рядом есть перекинутое через реку бревно или мостик. Если их нет, поищите брод. Брод — это самое мелкое место ре-



ки, которое можно перейти, не пускаясь вплавь. Брод легко обнаружить, если им часто пользуются. С обоих берегов реки к нему ведут тропинки или дороги.

Можно попробовать найти брод, осторожно ступая и тщательно прощупывая перед собой дно шестом.

Шест также пригодится на болоте, чтобы не угодить в трясину.

Не стоит пытаться переправиться через речку вплавь. Лучше потратить лишний час, чтобы найти безопасную переправу.

## **Как правильно развести костёр**

Пожар — одна из самых главных опасностей в лесу. Причинами лесного пожара могут стать брошенная горящая спичка, окурок или незатушенный костёр.

**Не разводите костры без взрослых,** которые умеют это делать.

Если вы разводите костёр вместе со взрослыми, то запомните, что лучше всего делать это на старых костровищах.

Важно, чтобы костёр горел на поляне, подальше от деревьев и кустов, иначе от пламени могут вспыхнуть ветки. Тогда недалеко и до лесного пожара.

Костёр надо раскладывать так, чтобы он был защищён от внезапных порывов ветра, которые могут разнести пламя по окрестности.

При сильном ветре не стоит разводить очень большие костры, ведь искры могут поджечь соседние деревья. Большое пламя не греет, а обжигает, и следить за ним сложнее.

**Ни в коем случае нельзя разжигать огонь в сухую, жаркую погоду,** поскольку будет достаточно одной искорки, чтобы лес вспыхнул. Поэтому не разводите костёр на сухой траве и рядом с сухими деревьями.

Никогда не лейте в костёр керосин или ещё какую-либо воспламеняющуюся жидкость. Языки пламени могут взметнуться вверх и поджечь вашу одежду.

Уходя, надо убедиться, что костёр потушен. Нельзя оставлять в костровище тлеющие угольки — налетевший ветер может раздуть из них пламя. Даже если вам кажется, что костёр полностью потух, надёжнее всего перед уходом залить его водой.

Если пламя только занялось, можно попробовать сбить его сломанными ветками, небольшими деревцами или даже

куртками. Вспыхнувшую траву можно затоптать ногами или забросать землёй.

Загоревшуюся траву можно окопать лопаткой полосой до полуметра в ширину. Но если пламя уже разгорелось и вы видите, что с ним не справиться, немедленно уходите в ту сторону, откуда дует ветер. Хорошо, если вам удастся перебраться через реку: тогда пожар вас «не догонит».

Выйдя из леса, обязательно сообщите о пожаре взрослым или в специальную службу по тушению лесных пожаров.

## Правила безопасности при грозе

Гроза — это атмосферное явление, при котором в кучевых облаках или между облаками и земной поверхностью возникают молнии.

Если гроза застала вас купающимися в водоёме, немедленно выходите на берег. При попадании молнии в воду вы можете сильно пострадать.

**Во время грозы нельзя прятаться под отдельно стоящими деревьями.** Именно в них чаще всего ударяет молния.

Под высокими деревьями в лесу тоже прятаться не стоит, так как молния выбирает наиболее высокие деревья. Особенно опасно прятаться под елью, сосной, тополем и дубом. Реже молния попадает в берёзу и клён.

Лучше всего грозу переждать в кустарнике — туда молния не попадёт.

## **Как правильно собирать грибы**

**Собирайте только знакомые вам грибы и ягоды.** Легче всего спутать с поганками совсем маленькие грибочки.

Обязательно покажите собранные грибы взрослому, чтобы он отделил съедобные грибы от ядовитых. Старайтесь запомнить, какие грибы и ягоды съедобны, а какие — нет.

Грибы легко впитывают в себя вредные вещества, содержащиеся в почве и атмосфере. Поэтому не стоит собирать старые грибы.

Не собирайте грибы в черте города — в парках и скверах, а за городом — вблизи свалок и скоплений мусора.

Никогда не ешьте сырые грибы, в том числе — сыроежки. В лучшем случае у вас будет расстройство желудка, в худшем — тяжёлое отравление.

Ни в коем случае не пробуйте ягоды, неизвестные вам.

Не стесняйтесь спрашивать взрослых о том, съедобны ли грибы и ягоды, которые встретились вам в лесу.

## **Оказание первой помощи**

При кровотечении из носа надо посадить пострадавшего так, чтобы его голова была наклонена слегка вперёд. Затем положите ему на нос холодную примочку и попросите пострадавшего дышать ртом и сжать рукой нос чуть ниже переносицы на четыре—пять минут. Запрокидывать го-



лову при этом нельзя, так как кровь может попасть в дыхательные пути.

Когда кровотечение остановится, пострадавший должен некоторое время посидеть спокойно, чтобы оно не возобновилось.

После бега или быстрой ходьбы может возникнуть боль в боку. Эта боль вызвана перенапряжением мышц. В таких случаях надо просто сесть и отдохнуть. Через несколько минут боль пройдет сама.

Поверхностные раны или ссадины лечатся очень просто. Сначала, чтобы избежать попадания в рану грязи, надо осторожно промыть её кипячёной водой, а ещё лучше — перекисью водорода или слабым раствором марганцовки.

Раненому месту следует придать такое положение, чтобы кровь отлила от раны. После этого слегка прижмите его бинтом. Подождите, пока рана немного подсохнет, и смажьте место вокруг неё йодом или зелёной.

Небольшие порезы лучше всего заклеить бактерицидным пластырем, а если его нет — туго замотать бинтом или чистым носовым платком.

Если рана большая и глубокая или кровь не останавливается, надо обязательно обратиться к врачу.

Если в глаз попала соринка, ни в коем случае нельзя позволять пострадавшему тереть глаз. Усадив его лицом к свету, надо разомкнуть ему веки большим и указательным пальцами и осмотреть глаз. Увидев соринку, попробуйте промыть глаз водой, желательно — кипячёной. Если вымыть соринку не удалось, попытайтесь осторожно снять её влажным концом чистого носового платка.

Если воды нет, пострадавший должен сам за ресницы оттянуть верхнее веко так, чтобы оно накрыло нижнее, и поморгать.

Выступающие при этом обильные слёзы могут вымыть соринку из глаза. Если же удалить соринку никак не удаётся или в глаз попало что-то острое, нужно срочно обратиться к врачу.

Синяк появляется на том месте, где есть внутреннее кровоотечение. Чтобы уменьшить внутреннее кровоотечение, надо охладить повреждённое место — положить на него пузырь со льдом или смоченную холодной водой повязку.

## **Самые простые и важные правила безопасности**

Надо всегда быть готовым к опасности и уметь предвидеть её.

Никогда не поддавайтесь панике. В любой ситуации сохраняйте присутствие духа. Помните, что безвыходных положений не бывает.

Лучше избежать опасности, чем встретиться с ней лицом к лицу.

Встретившись с опасностью, никогда не сдавайтесь.

Помните, что в борьбе с опасностью полезны не только сила и присутствие духа, но и знания.

Всегда будьте готовы помочь человеку, которому грозит опасность.

Вы должны наизусть знать телефоны городских служб безопасности, потому что, когда возникает опасная ситуация, нет времени искать их в справочнике.

**01** — пожарная охрана

**02** — милиция

**03** — скорая помощь

**04** — служба газа

Если вы просите о помощи по телефону, кратко сообщите причину вызова, свои имя и фамилию, номер телефона и адрес. Не кладите трубку до конца разговора.