ЗМІСТ

Як вижити під час надзвичайної ситуації та під час війни: легко про серйозне

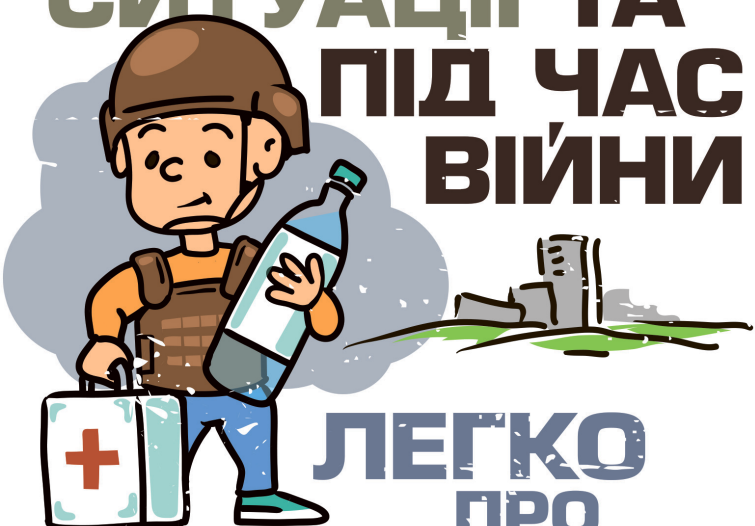
Подивитись анотацію та купити на **jurkniga.ua**

Анотація

В цій брошурі тобі не розкажуть, як вижити на безлюдному острові, де повно хижих невідомих звірів, чи як врятувати планету від нападу прибульців, натомість в тебе є шанс бути підготовленим до більш земних та буденних ситуацій. Ця книжечка – не панацея від усіх небезпечних ситуацій, але в ній ти зможеш знайти щось життєво необхідне саме для того конкретного моменту, в який, можливо, приведе тебе історія під назвою «життя».

ПРАКТИЧНИЙ ПОРАДНИК

ЯК ВИЖИТИ ПІД ЧАС НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ ТА ПІД ЧАС ВІЙНИ



ЛЕГКО ПРО СЕРЙОЗНЕ

Видавничий дім
«С К І Ф»
Київ – 2023

УДК 614.8
Я 44

Я 44 **Як вижити під час надзвичайної ситуації та під час війни: легко про серйозне.** Практичний посібник. — Київ: Вид. дім «СКІФ», 2023. — 72 с.

ISBN 978-966-570-893-5

В цій брошурі тобі не розкажуть, як вижити на безлюдному острові, де повно хижих невідомих звірів, чи як врятувати планету від нападу прибульців, натомість в тебе є шанс бути підготовленим до більш земних та буденних ситуацій. Ця книжечка – не панацея від усіх небезпечних ситуацій, але в ній ти зможеш знайти щось життєво необхідне саме для того конкретного моменту, в який, можливо, приведе тебе історія під назвою «життя».

УДК 614.8

ISBN 978-966-570-893-5

Упорядники: Наталія Нечаєва-Юрійчук, Олена Танасійчук,
Олексій Ноздрачов, Сергій Дмитрієв

Редактор: Парасковія Нечаєва
Художник: Андрій Єрмоленко

Eleos - Ukraine

ЗМІСТ

Вступне слово	7
Чому саме сьогодні ми задаємо собі питання про виживання?	8
Алгоритм поведінки в кризовій ситуації	10
Підготуйтеся до евакуації	11
Запаси, речі першої необхідності та додаткові речі на випадок негараздів	12
Речі першої необхідності	12
Додаткові речі (на випадок евакуації)	14
Перетворення підвалу в укриття	15
Що робити у надзвичайній ситуації?	16
Що зробити, якщо ти почув сигнал-попередження?	17
Інформація, яку повідомлять у разі евакуації населення	18
Що зробити якщо уряд вказує на необхідність евакуації або ти розумієш, що залишатися вдома небезпечно?	18
Якщо вдома залишатися небезпечно і евакуація неможлива	20
Надання першої медичної допомоги	21
Перша допомога при пораненнях, порізах	22
Перша допомога при саднах	23
Перша допомога при харчових отруєннях	23
Надання першої допомоги при утопленні	24
Надання першої допомоги при сонячному та тепловому ударах	25
Твої дії у випадку хімічної загрози	26
Твої дії у випадку виявлення розливу ртуті	27
Твої дії у випадку викиду сірчаної кислоти	28
Твої дії у випадку радіаційної загрози	30
Профілактика йодом	32
Заходи безпеки при поверненні з зони хімічного / біологічного / радіаційного забруднення	33
Що робити якщо ти помітив підозрілий предмет або вибухівку?	34

Дії у випадку вибуху поруч з тобою 35
Що робити якщо ти опинився під завалами? 36
Що робити якщо ти опинився у натовпі під час тисняви? 38
Безпечна поведінка вдома після надзвичайної ситуації 39
Міни – вибухонебезпечні залишки війни 41
Як захиститися від мін? 42
Твої дії у разі, якщо тебе взяли у заручники 43
Що робити якщо ти помітив озброєних людей без розпізнавальних знаків? 45
Твої дії у разі повітряної тривоги 46
Що робити якщо представники ворожих сил з'явилися поблизу твоєї домівки? 46
Що робити у випадку стрілянини або перестрілки поряд з тобою? 47
Як самостійно евакуюватися з зони бойових дій? 48
Виживання на захопленій ворожими військами території 50
Твоя поведінка, якщо ворожі солдати оглядають приміщення та вимагають пред'явити документи 52
Дії у випадку тимчасового закріплення ворожих сил на території вашої громади та встановлення ними військово-окупаційної адміністрації 52
Як не повестися на брехню? Спробуймо мислити критично 53
Як поводити себе з незнайомцями? 54
Соціальні мережі: (не)безпечний простір 55
Як захистити себе у мережі? 56
Небезпечні спільноти у соціальних мережах: як не потрапити у пастку? 57
Що таке цивільно-військове співробітництво? 59
Міжнародний Рух Червоного Хреста і Червоного Півмісяця 62
Червоний Хрест України 62
Символ захисту і порятунку 64
ELEOS-Ukraine відкриває можливості 65
Список використаних джерел 66

Вступне слово

«Життя — це те, що трапляється з нами саме тоді,
коли в нас зовсім інші плани»
Джон Ленон

Дуже часто небезпечні ситуації трапляються з дітьми коли поруч немає дорослих. І саме в такі моменти на допомогу приходять такі ж маленькі герої. Про них розповідають у новинах, пишуть у газетах та соцмережах. Лише за офіційними підрахунками Державної служби з надзвичайних ситуацій України в країні близько 10 дітей щороку вчиняють героїчні вчинки, рятуючи життя іншим людям. Більше того, ми живемо в країні, в якій ведуться бойові дії: сьомий рік поспіль лунають вибухи, не замовкає зброя, гинуть люди… А тому «шанси» потрапити в якусь «халепу» значно зростають. Можливо, ти й сам знаєш, що таке війна, і не з новин чи фільмів, а тому, що живеш там, де постійно щось вибухає, стріляє, гуркотить військова техніка…

Впевнений, що тобі доводилося бачити в новинних сюжетах чи кінофільмах, як головний герой, приблизно твого віку, знає та вміє орієнтуватися в певній нестандартній, а подекуди – навіть в критичній та небезпечній ситуації. Тобто той хлопчина чи дівчинка знають, хто хороший, а хто поганець, розуміють, куди бігти та за що «хапатися», коли стріляють чи коли все довкола горить. А ти не замислювався, чому все так виходить? Безперечно, ти скажеш, що це кіно, а там сюжет, все продумано і «всьо такоє»… Проте існує безліч реальних прикладів того, як діти рятували життя собі та оточуючим. І можливо, все завдяки тому, що більшість з них читають подібні настанови чи довідники, дивляться пізнавальні відео, спілкуються на подібні теми з дорослими.

В цій брошурі тобі не розкажуть, як вижити на безлюдному острові, де повно хижих невідомих звірів, чи як врятувати планету від нападу прибульців, натомість в тебе є шанс бути підготовленим до більш земних та буденних ситуацій. Ця книжечка – не панацея від усіх небезпечних ситуацій, але в ній ти зможеш знайти щось життєво необхідне саме для того конкретного моменту, в який, можливо, приведе тебе історія під назвою «життя».

Чому саме сьогодні ми задаємо собі питання про виживання?

Під час подій лютого-березня 2014 року (Революції Гідності та окупації Криму Російською Федерацією) в Донецьку та Луганську одночасно відбулися мітинги, які мали різну ідейну спрямованість: за Україну (проукраїнські мешканці) й з проханням до Путіна ввести війська (відомі, як завезені «активісти», що поводили себе агресивно). Вже упродовж наступних місяців 2014 року проросійськими незаконними збройними формуваннями та російськими військами було захоплено адміністративні будівлі у містах Луганської та Донецької областей, відбулися штурми військових частин, прикордонної застави Луганська, атаковано Донецький аеропорт.

Референдуми, в результаті яких постали самопроголошені республіки, були організовані та проведені проросійськими силами всупереч Конституції України з грубими порушеннями основних міжнародних принципів та процедур проведення референдумів. Саме тому результати цих референдумів не були визнані не лише українською владою, а й міжнародною спільнотою. Державна влада у відповідь на це оголосила режим антитерористичної операції (АТО, з квітня 2018 року — ООС).

Що ж таке АТО? Це – антитерористична операція на сході України. АТО – це комплекс військових та спеціальних організаційно-правових заходів українських силових структур, що спрямовані на протидію діяльності незаконних російських та проросійських збройних формувань у війні на сході України. У 2014 році правовий режим АТО був обраний через негайну потребу провести вибори президента та парламенту. В умовах введення воєнного стану проведення виборів було б неможливим і Україна опинилася б в стані анархії. Вибори були життєво необхідними для організації нашого життя у першу чергу. Крім того, вибори зробили можливою законну передачу влади (після втечі тодішнього президента України Віктора Януковича), що відповідала українському та міжнародному законодавству.

З 30 квітня 2018 року розпочалася операція об’єднаних сил (ООС) із відсічі збройної агресії Росії на Донбасі. Це стало новим етапом на шляху до звільнення окупованого Донбасу, а також повернення мільйонів тимчасово переміщених осіб додому.

Війна, яка триває в Україні і за Україну, – є гібридною. І збройна агресія є лише одним із інструментів ведення війни. Сьогодні активно використовується пропаганда, що базується на брехні й підміні понять (тут тобі дуже знадобиться критичне мислення); торговельно-економічний тиск; кібератаки; категоричне заперечення самого факту війни, незважаючи на наявність безлічі неспростованих доказів; звинувачення іншої сторони у власних військових злочинах.

Війна несе постійну загрозу життю та здоров'ю населення, у першу чергу Донецької та Луганської областей. І українські, і міжнародні організації вже надали й продовжують надавати безліч доказів й фактів про вплив та участь Російської Федерації у війні. Ось декілька неспростованих фактів:

- обстріли українських військових з території Росії, напади на прикордонні застави з території Росії;
- постійний потік «добровольців», зброї та техніки (в тому числі й новітньої, вже російського виробництва) через неконтрольовану ділянку кордону;
- використання військових частин Збройних Сил.

Війна триває вже не один рік і ми всі прагнемо миру. Однак війни в історії закінчуються поразкою однієї сторони та перемогою іншої. В російсько-українській війні на сході України дві сторони: Збройні Сили, інші військові формування і правоохоронні органи України та збройні формування і окупаційні адміністрації РФ. Російська Федерація заперечує свою участь і намагається перетворити підконтрольних бойовиків на єдиних учасників військових дій, які здатні приймати «самостійні» рішення. На це Україна не може погодитися. Тому задля результативних перемовин та завершення війни потрібно розпочати конструктивну роботу в рамках Мінської Трьохсторонньої контактної групи.

Жодна країна не застрахована від негараздів, надзвичайних ситуацій та катастроф. Найважливіша частина держави – це громадяни, і вони потребують допомоги від органів влади та їх громад. Проте, якщо усі заздалегідь ознайомлені з практичними порадами та дотримуються їх, захистити себе від катастроф та безпечно їх подолати можливо.

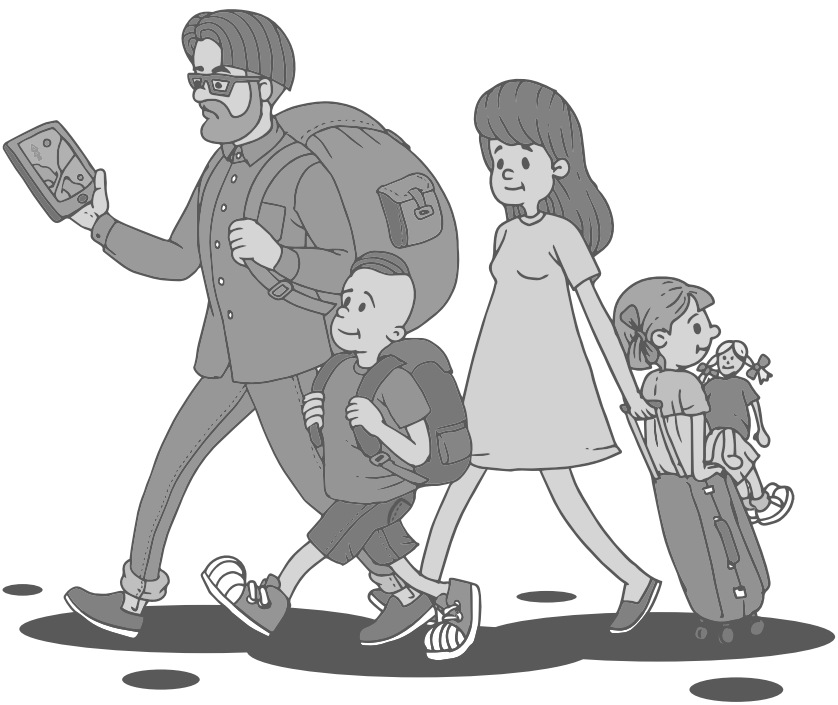
Алгоритм дій в кризовій ситуації.

Обговори найгірші можливі сценарії з членами вашої родини

- Визнач негаразди та кризові ситуації, які можуть статися.
- Обміркуй поведінку у випадку кожної з можливих ситуацій.
- Кожен член родини повинен знати найбезпечніші місця в оселі, де можна сховатися подалі від вікон, куди бігти, а коли ховатися вдома, навпаки, небезпечно.
- Обговори план дій на випадок, якщо усі члени родини опинилися у різних локаціях під час надзвичайної ситуації.
- Визнач, яким чином ти потурбуєшся про інших дітей, членів родини похилого віку та / або з інвалідністю.
- Обери місце зустрічі на випадок, якщо усі члени родини опинилися в різних локаціях під час надзвичайної ситуації, а також на випадок, коли необхідно терміново покинути оселю.
- Визнач два місця зустрічі для вашої родини, одне місце просто неба, а інше – в оселі надійної людини.
- Переконайся, що тобі відомі місця зустрічі близьких тобі людей та їхні номери телефонів.
- Заздалегідь знайди захисні споруди цивільного захисту, у яких ти зможеш сховатися.
- Подумай, яким чином потурбуєшся про домашніх тварин.

Підготуйся до евакуації:

- Будь готовим виконувати вказівки влади на випадок рішення про евакуацію, наприклад, якщо буде розпорядження покинути оселю та переміститися на безпечну територію.
- Домовся з друзями або родичами, що проживають в інших містах, щоб вони надали тобі притулок, якщо ситуація погіршиться.
- Обміркуй найшвидший шлях евакуації.
- Продумай, як будеш евакуйовуватися.
- Будь готовим виїхати у будь-який момент.
- Пам’ятай: треба наповнювати бак авто за кожної можливості.
- Заздалегідь підготуй найважливіші речі на випадок евакуації.



Запаси, речі першої необхідності та додаткові речі на випадок негараздів:

- ☑ Заздалегідь підготуй все, що буде тобі потрібно на випадок евакуації або переховування вдома.
- ☑ Вся родина має знати, де знаходяться заготовлені речі, – це пришвидшить збори.
- ☑ Збери удома запас їжі та необхідних медикаментів для всієї родини як мінімум на 3 дні.
- ☑ Тримай все заготовлене у міцному щільно заповненому рюкзаку, який зручно переносити.
- ☑ Заздалегідь закріпи на рюкзаку картку зі своїм ім'ям, прізвищем та адресою (на випадок, якщо його загубиш).
- ☑ Невеличкі речі можна тримати у багажнику авто.
- ☑ Тримай копії документів у безпечному місці.

Речі першої необхідності:

- ☑ Вода (мінімум 3 літри на кожного члена родини).
- ☑ Аптечка.
- ☑ Запас медикаментів, необхідний всім членам родини.
- ☑ Гроші (готівка та кредитні картки).
- ☑ Документи (паспорти, посвідчення, страхові поліси, свідоцтва про народження та про смерть, документи на нерухомість).
- ☑ Сірники (у водонепроникній упаковці), запальнички.
- ☑ Запас їжі тривалого зберігання на 3 дні (м'ясні консерви, риба, овочі та фрукти, сік, молоко, супи швидкого приготування, засушена або засолена їжа, цукор, сіль, локшина, крупи, горіхи, варення, сухарі, цукерки, шоколад, кава, чай та ін.).

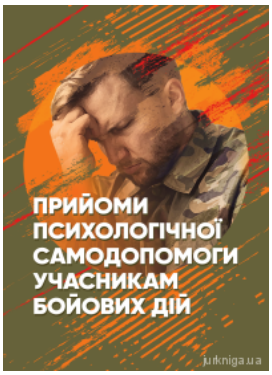
- ☑ Їжа для немовлят, осіб похилого віку та людей на особливій дієті.
- ☑ Портативний радіоприймач (або телевізор) із запасом батарейок до нього.
- ☑ Ліхтарик і запас батарейок до нього.
- ☑ Запасні ключі від родинного транспортного засобу.
- ☑ Сигнальні пристрої.
- ☑ Особисті речі першої необхідності, наприклад, ватно-марлева пов'язка, рецепти або копії рецептів на необхідні тобі чи твоїм рідним медикаменти, запасні батарейки для слухового апарату або інвалідного візка (за необхідності), запасні окуляри тощо.
- ☑ Мобільні телефони та зарядні пристрої для кожного члена родини.

Додаткові речі (на випадок евакуації):

- ☑ Змінний одяг для кожного члена родини (взуття, водонепроникні куртки, кепки, рукавички, теплий одяг, сонцезахисні окуляри).
- ☑ Каремат та спальний мішок для кожного члена родини.
- ☑ Кухонне приладдя (консервний ніж, одноразові стаканчики та тарілки, ніж-мультитул, пакети для сміття тощо).
- ☑ Санітарно-гігієнічні засоби (туалетний папір, пакети для сміття, паперові серветки, рушники, мило, пральний засіб, шампунь, дезодорант, зубна паста та щітки, гребінці для волосся, бальзам для губ і т. ін.).
- ☑ Речі для розваг, якщо буде потрібно чекати (книжки, ігри, іграшки для дітей).
- ☑ Родинні цінності, кілька фотографій родини.
- ☑ Інші речі (папір, ручка, голка та нитки, лопатка, щипці, розвідний ключ, свисток, намет, компас, мотузка, скотч і т. ін.).
- ☑ Мапа та контакти місця, куди ти прямуєш.

Заздалегідь збери необхідні речі на випадок евакуації або переховування вдома.

Книги, які можуть вас зацікавити



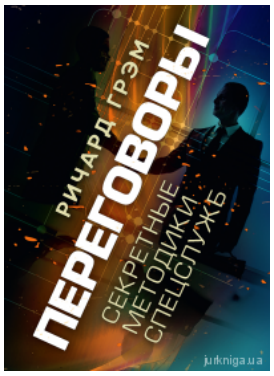
Прийоми психологічної самодопомоги учасникам бойових дій

Сила воли. Секретные методики спецслужб

Пропаганда

Психологія індивідуальної роботи з військовослужбовцями

Ускоренная тактическая подготовка. Методика обучения. Книга ворога ворожою мовою



Переговоры. Секретные методики спецслужб

Перейти до галузі права
Військове право

ЮРКНИГА
від теорії до практики

Перейти на сайт →