

Уполномоченный по правам ребенка в Ивановской области  
Управление МВД России по Ивановской области

# Памятка для детей «Азбука безопасности»

**ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ**



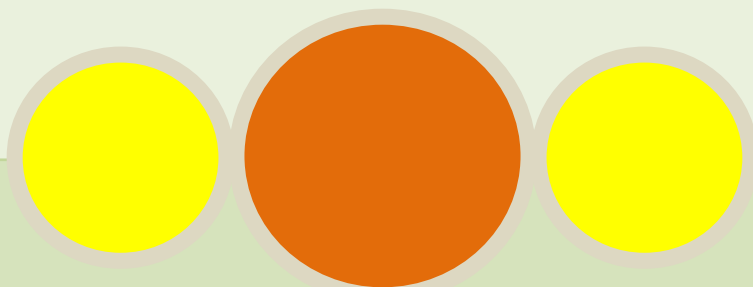
Иваново, 2016

*Самая незащищенная и уязвимая часть нашего населения – дети. Охрана их здоровья – главная задача, которая стоит перед обществом.*

*Современный ребенок постоянно находится в мире природных, техногенных, социальных, криминальных опасностей, часто угрожающих его здоровью и жизни. Каждый раз газеты, радио, телевидение, сеть Интернет приносят тревожные сообщения об очередных авариях, катастрофах, стихийных бедствиях, несчастных случаях, повлекших за собой гибель не только взрослых, но и детей.*

*Познавая окружающий мир, дети часто сталкиваются с опасностями и становятся жертвами своего незнания, легкомыслия, а иногда беспечности взрослых. Часто подобные несчастные случаи предотвратимы, можно избежать травм или других негативных последствий.*

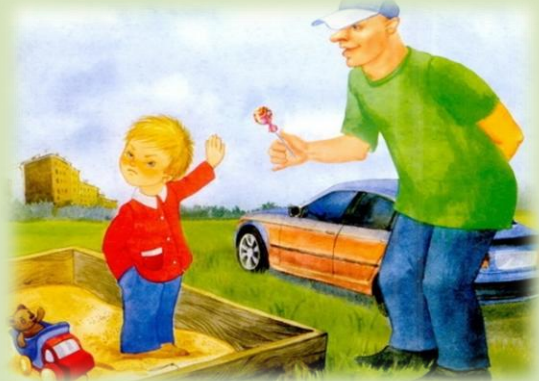
*Как обезопасить себя дома или в городской среде, на улице или в школе? Какие меры предосторожности нужно соблюдать, находясь в воде или при обращении с огнем? Что нужно знать, чтобы не стать участником дорожно-транспортного происшествия? Как вести себя в местах массового скопления людей и при террористической атаке? Ответы на все эти важные вопросы вы найдете в информационном материале «Азбука безопасности».*



## Безопасность дома и в городской среде

**Чтобы обезопасить себя в городе и дома, нужно соблюдать несколько простых правил.**

1. Если звонят в твою квартиру, не спеши открывать дверь, сначала посмотри в глазок и спроси: «Кто?» (независимо от того, кто находится дома).
2. Не открывай дверь на ответ: «Я», попроси человека назваться.
3. Если ты не знаешь пришедшего, а он представился знакомым родных, которых в данный момент нет дома, попроси его прийти в другой раз и дверь не открывай.
4. Если же человек называет незнакомую фамилию, говоря, что ему дали этот адрес, — объясни, что он ошибся, не открывая дверь.
5. Если незнакомый человек представился работником жилищно-эксплуатационной конторы, почты и других служб, попроси его назвать фамилию, причину прихода, затем позвони ему на работу и, только получив подтверждение личности, открой дверь.
6. Если незнакомый человек просит разрешения воспользоваться телефоном для вызова полиции или скорой помощи, не спеши открывать дверь — ты и сам можешь вызвать полицию и скорую помощь.
7. Если на твоей лестничной площадке собралась компания, распивающая спиртное или устраивающая потасовку, не вступая с ней в контакт, вызови полицию.
8. Ее оставляй на дверях квартиры записки о том, куда ты ушел и когда вернешься.
9. Никуда не ходи с незнакомыми людьми, как бы они ни уговаривали и чтобы интересное ни предлагали.
10. Не разговаривай с незнакомыми и малознакомыми людьми, не бери от них



подарки.

11. Избегай случайных знакомств, приглашений в незнакомые компании.
12. Попроси своих друзей и знакомых, чтобы они предупреждали тебя о своем визите по телефону.
13. Не садись в машину к незнакомым людям.
14. Не играй на улице с наступлением темноты.

15. Не входи в подъезд, лифт с незнакомыми людьми.
16. Не играй, не прыгай и не наступай на канализационные люки.

**Помни!** Уходя из дома, всегда сообщай, куда ты идешь, с кем и как с этими людьми можно связаться в случае необходимости.

## Противопожарная безопасность

**Чтобы избежать пожара, нужно соблюдать простые правила.**

1. Не играй с огнем.
2. Не бросай зажженные спички в почтовые ящики и мусоропровод.
3. Не разводи костры вблизи строений и в парковых зонах.
4. Не оставляй без присмотра включенные в сеть бытовые электроприборы.
5. Не играй с предметами и веществами, способными привести к взрывам и возгораниям.
6. Не включай в розетку более трех приборов, не вставляй в розетку посторонние вещи.
7. Не туши водой загоревшиеся электроприборы, включенные в сеть.
8. При выходе из дома обязательно проверь, выключены ли газ и свет.



**При возникновении пожара вызови пожарную охрану по телефону «01» или «112», сообщи взрослым.**

## Электробезопасность



1. Не прикасайся к оголенному или плохо изолированному проводу.
2. Не пользуйся неисправными электроприборами.
3. Не прикасайся к включенному электроприбору мокрыми руками.
4. Не хватайся за провод, когда вытаскиваешь вилку из розетки.
5. Не играй вблизи электроподстанций, на чердаках и в подвалах, около электрощитов.
6. Не прикасайся (а в сырую погоду не подходи ближе, чем на 5 метров) к упавшим на землю проводам под напряжением.

**При обнаружении оборванной проводки, неисправной электропроводки и электроприборов сообщи взрослым.**

## Безопасное поведение на дороге

1. Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам.
2. При движении в темное время суток пешеходам рекомендуется иметь при себе предметы со светоотражающими элементами.
3. Пешеходы должны пересекать проезжую часть по пешеходным переходам, в том числе по подземным и наземным.
4. В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами пешеходного светофора.
5. Выйдя на проезжую часть, пешеходы не должны задерживаться или останавливаться. Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжать переход можно, лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулировщика).
6. Ожидать маршрутное транспортное средство и такси разрешается только на приподнятых над проезжей частью посадочных площадках.
7. На нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть после того, как оценят расстояние до приближающихся транспортных средств, их скорость и убедятся, что переход будет для них безопасен.
8. Переходя дорогу, не слушай музыку и не разговаривай по телефону.



**При езде на велосипеде по дорогам и улице с автомобильным движением необходимо соблюдать следующие правила.**

1. Пользуйся велосипедом, подходящим твоему росту.
2. Не перевози предметы, мешающие управлять велосипедом.
3. Не ездь на велосипеде вдвоем, без звонка и с неисправным тормозом.
4. Не отпускай руль из рук.
5. Не делай на дороге левый поворот.
6. Не едь с близко идущим транспортом.
7. Не цепляйся за проходящий транспорт.
8. При пересечении дороги по пешеходному переходу слезь с велосипеда и переходи дорогу как пешеход.

## Безопасность в автобусе (троллейбусе)

1. Старайся пользоваться хорошо освещенными и часто используемыми остановками.
2. Если ты стоишь на остановке и ожидаешь автобуса или троллейбуса, отойди подальше от края тротуара, не наступай на бордюр. Стоять на краю тротуара нельзя, потому что автобус иногда заносит и он может задеть тебя или даже сбить.
3. Не играй на остановке, не возись, не бегай и не толкайся. Во время беготни и возни ты можешь случайно сам выбежать на проезжую часть или толкнуть на неё товарища.
4. Не выходи на дорогу, чтобы посмотреть — не идёт ли автобус или троллейбус.
5. Не садись в автобус, если он полностью не остановился.
6. Не старайся запрыгнуть в автобус в последнее мгновение, когда двери уже начали закрываться. Водитель перед отправкой следит за движением других транспортных средств и может, закрывая двери, защемить тебя.
7. Старайся сидеть рядом с кабиной водителя в автобусе или троллейбусе.
8. Бегать по салону во время движения запрещено.
9. Старайся не засыпать, будь бдителен.
10. Если ты стоишь, держись за поручни.
11. Не высовывайся в окна автобуса и не выставляй в них какие-либо предметы.
12. Обходить стоящий автобус или троллейбус следует только сзади.



# Безопасность на железной дороге

## Для пассажиров.

1. Не пытайся проехать на крыше, подножке, переходной площадке вагона или в товарном поезде.
2. Не высовывайся из окон и дверей на ходу поезда.
3. Не трогай стоп-кран без крайней необходимости.
4. Запрещается провозить в вагонах легковоспламеняющиеся и взрывчатые вещества.
5. Не открывай наружные двери при движении поезда, не стой на подножках.



## Поведение на платформе.

1. Выход из вагонов и посадку в них производи только со стороны посадочной платформы и только после полной остановки поезда.
2. Не прыгай с платформы на железнодорожные пути.
3. Не устраивай на платформе различные подвижные игры.
4. Не стой у края платформы.



## Для пешеходов.

1. Не ходи по путям, особенно в районе стрелок.
2. Переходи железнодорожные пути только в установленных местах: по переходному мосту или пешеходному настилу.
3. Перед переходом через путь убедись в отсутствии движущегося поезда.
4. Не пытайся перебраться на другую сторону поезда под вагонами.
5. Не забирайся на опоры линии электропередачи, не трогай их руками.
6. Держись подальше от лежащих на земле электропроводов.

## Безопасность в школе

### Техника безопасности по дороге в школу и обратно.

1. Избегай выходить из дома и из школы в одиночку, лучше, если тебя будут сопровождать взрослые.
2. Избегай ходить через лес, парк, гаражи, пустыри и иные безлюдные места.
3. Вместе с родителями выбери безопасный маршрут в школу и обратно. Запомни его и ходи по нему.
4. Если тебе показалось, что за тобой следят, перейди на другую сторону дороги, зайди в магазин, на автобусную остановку, обратись к любому взрослому человеку.
5. Если навстречу тебе идет компания, перейди на другую сторону, стараясь не вступать в конфликт.
6. Если ты по пути хочешь куда-нибудь зайти, обязательно предупреди родителей, с кем или к кому ты идешь (при возможности укажи адрес и телефон) и в каком часу вернешься.

### Правила безопасного поведения в школе.

1. Приходи в школу за 10 минут до начала занятий.
2. Не опаздывай на урок; готовься к уроку на перемене; со звонком на урок будь в классе.
3. Не бегай по классу и коридору.
4. Не сиди на подоконниках.
5. Бережно относись к школьному имуществу.
6. Не приноси в школу ненужные для занятий вещи.
7. Категорически запрещается в школе курить, приносить спички, зажигалки, легковоспламеняющиеся и взрывчатые вещества.
8. Ходи по лестнице с правой стороны.
9. Не ходи по коридору близко к двери кабинетов.
10. Запрещается наносить удары другим учащимся какими-либо предметами (учебниками, портфелями и т. д.).
11. Без разрешения учителя не включай электроприборы, не прикасайся к розеткам, выключателям.
12. В случае получения травмы немедленно обратись в медицинский пункт.



## Безопасность в общении с животными

1. Не надо считать любое помахивание хвостом проявлением дружелюбия. Иногда это может говорить о совершенно недружелюбном настроении.
2. Не стоит пристально смотреть в глаза собаке и улыбаться. В переводе с «собачьего» это значит «показывать зубы», или демонстрировать свое превосходство.
3. Нельзя показывать свой страх и волнение. Собака может почувствовать это и повести себя агрессивно.
4. Нельзя убегать от собаки.
5. Не корми чужих собак и не трогай собаку во время еды или сна.
6. Не подходи к собаке, сидящей на привязи.
7. Старайся не приближаться к большим собакам охранных пород: алабай, доберман, боксер и т.п.
8. Не делай резких движений, обращаясь с собакой или хозяином собаки. Она может подумать, что ты ему угрожаешь.
9. Не трогай щенков, если рядом их мать, и не отбирай то, с чем собака играет.
10. Если в узком месте (например в подъезде) собака идёт к тебе навстречу на поводке, лучше остановиться и пропустить её и хозяина.
11. Животные могут распространять такие болезни, как бешенство, лишай, чума, тиф и др.



**Если тебя укусила собака или кошка, сразу же расскажи об этом родителям, чтобы они немедленно отвели тебя к врачу. Это необходимо, так как не все животные здоровы.**

## Безопасность в местах массового скопления людей

1. В местах массового отдыха запрещается распитие спиртных напитков, выражение нецензурными словами, курение.
2. Проявляй вежливость к ровесникам и взрослым. Не вступай в конфликтные ситуации.
3. Отправляясь в кинотеатр, на стадион, не бери с собой объемных сумок, портфелей, они могут помешать тебе в толпе. Твоя одежда должна быть удобной и недорогой (стремление уберечь дорогую одежду может пойти вразрез с требованиями безопасности).
4. Приходи заранее, чтобы избежать толпы при входе.
5. Старайся приобрести билеты с местами, расположенными недалеко от выходов, но не на проходах.
6. Во время входа в зал не приближайся к дверям и ограждениям, особенно на лестницах - тебя могут сильно прижать к ним.
7. На концертах избегай нахождения в первых рядах: здесь самое громкое звучание, утомляющее и притупляющее реакцию, именно здесь обычно скапливаются поклонники артистов, отсюда начинаются беспорядки.
8. Заняв место, сразу оцени возможность добраться до выхода. Подумай, сможешь ли ты сделать это в темноте.
9. Если в зале начались беспорядки, уйди, не дожидаясь окончания концерта. Контроль массовых беспорядков – дело, не поддающееся прогнозу. Не кричи, не конфликтуй.
10. Если ты оказался в толпе, ни в коем случае не давай сбить себя с ног, не позволяй себе споткнуться - подняться тебе будет очень сложно.
11. Старайся держаться в середине людского потока, не ищи защиты у стен и ограждений - тебя могут сильно прижать и покалечить.
12. Не предпринимай активных действий, держи руки согнутыми в локтях, оберегая грудную клетку от сдавливания, пусть толпа сама несет тебя.
13. Если ты упал, сгруппируйся, защищая голову руками.
14. Выбравшись из здания, постарайся двигаться домой по обходному пути, чтобы избежать повторной давки.

### Если тебя захватили в заложники.

1. Не пытайся оказывать сопротивление, не проявляй ненужного героизма, пытаясь разоружить бандита или прорваться к выходу или окну.
2. Не допускай действий, которые могут спровоцировать применение оружия и привести к человеческим жертвам.
3. Будь готов к применению террористами кляпов, наручников или веревок, повязок на глаза.
4. Не смотри преступникам в глаза (для нервного человека это сигнал к агрессии), не веди себя вызывающе.

5. Если тебя заставляют выйти из помещения, говоря, что ты взят в заложники, не сопротивляйся.

6. При необходимости выполняй требования преступников, не противоречь им, не рискуй жизнью окружающих и своей собственной, старайся не допускать истерики и паники.

7. Если необходима медицинская помощь, говори спокойно и кратко, не нервнижая бандитов, ничего не предпринимай, пока не получишь разрешение.

8. Будь внимателен, постарайся запомнить приметы преступников, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения, содержание разговоров и т.п.

9. Во время проведения спецслужбами операции по вашему освобождению неукоснительно соблюдай следующие требования:

– лежи на полу лицом вниз, голову закрой руками и не двигайся;  
– ни в коем случае не беги навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять тебя за преступника;

– если есть возможность, держись подальше от проемов дверей и окон;

– сохраняй спокойствие и самообладание, постарайся понять, что происходит;

– будь начеку, сосредоточь внимание на звуках, движениях и т.п.;

– будь готов к «спартанским» условиям жизни (неадекватной пище и условиям проживания, неадекватным туалетным удобствам);

– если есть возможность, обязательно соблюдай правила личной гигиены;

– будь готов ответить на вопросы о наличии у тебя каких-либо документов, номеров телефонов и т.п.;

– не давай ослабнуть своему сознанию, разработай программу возможных упражнений (как умственных, так и физических), постоянно тренируй память: вспоминай исторические даты, фамилии, и т.п.;

– обязательно веди счет времени, отмечая с помощью спичек, камешков или черточек на стене прошедшие дни.



**Помни! Твоя цель – остаться в живых!**

## Безопасность на воде

**Для того чтобы избежать несчастного случая на воде, необходимо знать и руководствоваться простыми правилами.**

1. Купаться можно только в специально отведённых для этого местах (обычно они огорожены буйками).
2. Запрещено купаться возле кораблей, лодок, катеров, пароходов и т.п.
3. Нельзя купаться в водоёмах, на берегах которых находятся в большом количестве крупные камни или железобетонные плиты, со временем они обрастают мхом, и входить в воду или выходить из воды по ним бывает довольно сложно и небезопасно.
4. Никогда не следует подплывать к водоворотам – это самая большая опасность на воде.
5. Запрещено купаться во время сильного волнения или в шторм.
6. Водные процедуры можно проводить не ранее полутора часов после приёма пищи.
7. Не рекомендуется плавать в воде, если её температура ниже 16 градусов, поскольку это может закончиться потерей сознания и возникновением судорог.
8. Если воздух прогрелся до 25 градусов, в то время как температура воды находится на уровне около 18 градусов, максимальное время нахождения в воде может быть не более 15 минут.
9. Нельзя после долгого и интенсивного теплового воздействия с разбега прыгать в холодную воду, поскольку это чревато остановкой сердца или потерей сознания (для предотвращения таких последствий до купания следует ополоснуться).



10. Запрещено совершать прыжки в воду в местах, если это место незнакомо или глубина небольшая.

11. Специальные надувные круги и матрацы не предназначены для плавания на далёком расстоянии от берегов.

12. Нельзя играть в игры, когда требуется захватывать или удерживать соперника в воде — это опасно для жизни.

**Категорически запрещено находиться на пляже и купаться в состоянии алкогольного опьянения.**

## Полезные телефоны экстренных служб

### **Пожарная часть, служба спасения**

01 (101, 112 - мобильные телефоны)

### **Полиция**

02 (102, 112 - мобильные телефоны)

### **Скорая помощь**

03 (103, 112 - мобильные телефоны)

### **«Горячая линия» жилищно-коммунального хозяйства**

8 (4932) 59-45-64

### **Аварийная «Водоканала»**

8 (4932) 93-01-01, 8 (4932) 53-11-62

### **Аварийная «Ивановогоргаз»**

04, 8 (4932) 32-83-53, (104, 112 - мобильные телефоны)

### **Аварийная «Ивгорэлектросети»**

8 (4932) 37-01-26, 8 (4932) 37-60-21

### **Аварийная «Лифтремонта»**

8 (4932) 32-65-89

### **Аварийная по канализации**

8 (4932) 53-11-62

### **Дежурный ГИБДД УМВД России по Ивановской области**

002, 8 (4932) 32-50-38, 8 (4932)30-44-35

### **Справочная Управления МВД России по Ивановской области**

8 (4932) 48-18-00, 8 (4932) 37-83-34

### **Справочная ОБУЗ «Ивановская областная клиническая больница»**

8 (4932) 56-95-66

Буклет подготовлен  
отделом по обеспечению деятельности  
Уполномоченного по правам ребенка в Ивановской области совместно с  
Управлением МВД России по Ивановской области

***Уполномоченный по правам ребенка в Ивановской области  
Океанская Татьяна Петровна***

тел.: 8 (4932) 32-75-99, 8 (4932) 32-97-49, 8 (4932) 32-47-60

факс: 8 (4932) 32-47-60

почтовый адрес: 153022, г. Иваново, ул. Театральная, д.16

электронный адрес: [ivanov@rfdeti.ru](mailto:ivanov@rfdeti.ru)

сайт: <http://deti.ivanovoobl.ru>

***Управление МВД России по Ивановской области***

тел.: 8 (4932) 48-17-03, 8 (4932) 328-000, 8 (4932) 48-18-00

телефон доверия: 8 (4932) 35-45-55

почтовый адрес: 153000, г. Иваново, ул. Ленина, д. 37

сайт: <https://37.мвд.рф>

