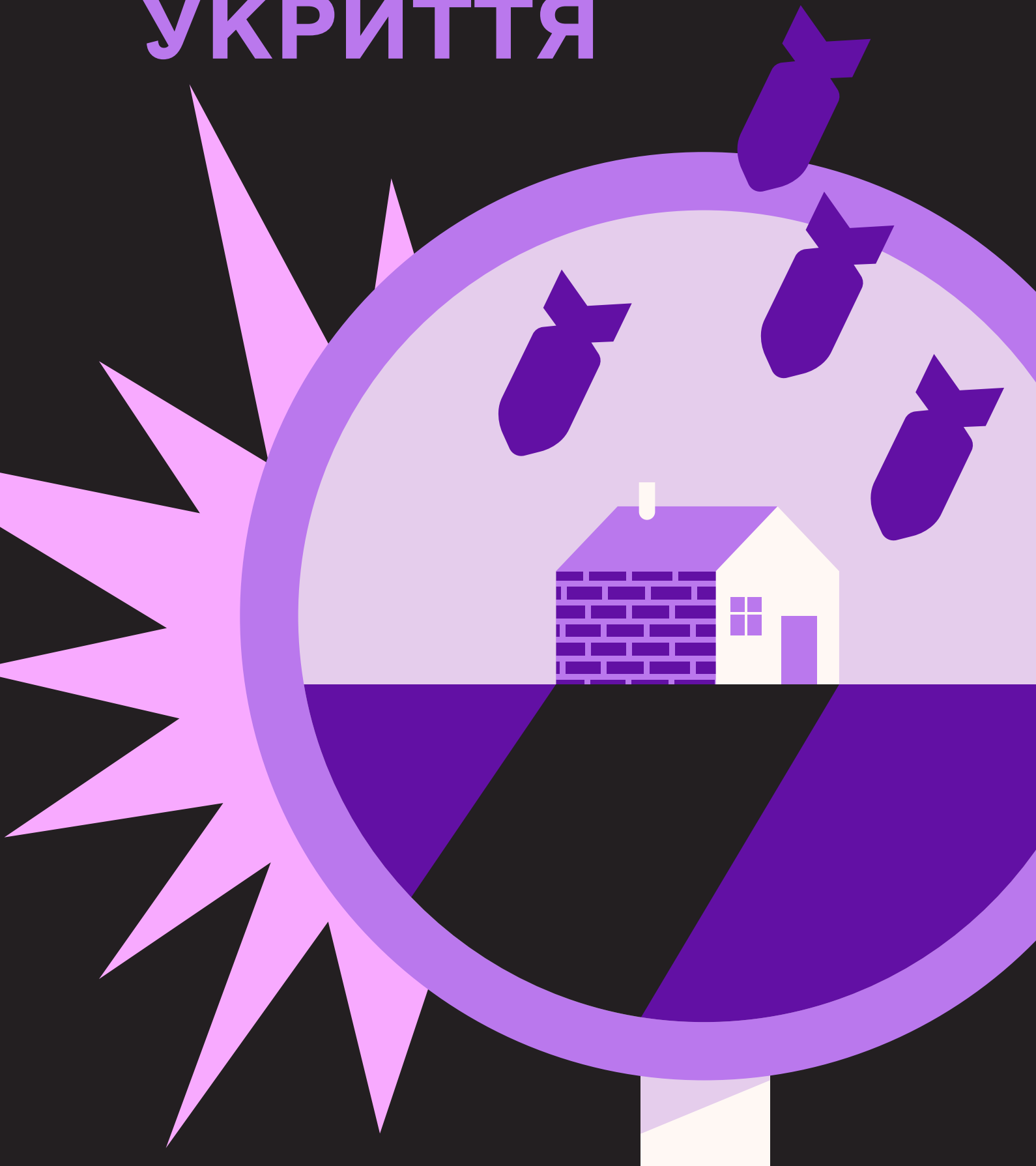




УСЕ ПРО УКРИТТЯ





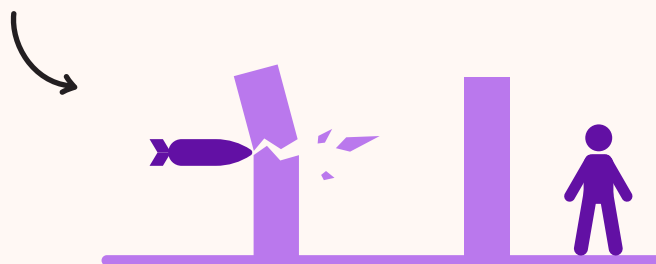
Під час війни де б не спіткав вас сигнал тривоги, важливо знати, як реагувати та де сховатися, а також вміти оцінити надійність укриття. Аби вберегти себе та близьких, дотримуйтеся рекомендацій із цивільного захисту.

- Як знайти безпечне укриття 2
- Як поводитися в укритті 6
- Якщо трапився обвал будинку 9
- Якщо дитина загубилася 10
- Як вберегти хатніх тварин 13

За матеріалами ЦЦентру стратегічних комунікацій та інформаційної безпеки, Державної служби України з надзвичайних ситуацій, Міністерства соціальної політики України, Офісу Президента України та UNICEF Ukraine.

Як знайти безпечне укриття

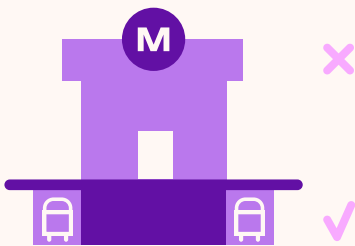
- 1** Почувши сигнал тривоги, **завжди переходьте** в безпечне місце. Не ігноруйте сирени, бо кожна повітряна тривога сповіщає про потенційну загрозу.
- 2** Перш ніж вийти з приміщення, перекрийте газ і воду, зачиніть вікна.
- 3** Якщо не маєте змоги спуститися в бомбосховище або метро, залишайтеся у приміщенні та **дотримуйтеся правила «двох стін»**: ховайтеся за двома стінами без вікон, де перша прийме на себе удар, а друга захистить від уламків.



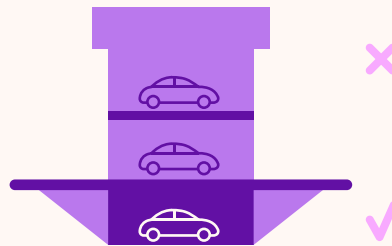


Рівень безпеки різних приміщень:

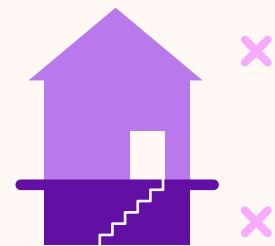
- 1 Бомбосховища та метро** – найбільш безпечні різновиди укриттів. Там є доступ до свіжого повітря, води та щонайменше два виходи з протилежних боків, що знадобляться на випадок обвалу.
- 2 Підземні паркінги** з вентиляцією та запасними виходами є безпечними. На відміну від наземних паркінгів.
- 3** Підвали й льохи приватних будинків і багатоповерхівок **є потенційно небезпечними**, якщо вони не обладнані як укриття, тобто не мають щонайменше двох виходів і доступу до свіжого повітря й води.



1



2







3

ВАЖЛИВО!

За інших рівних умов **середні поверхи багатоквартирного будинку** безпечніші за приватний будинок. Поверхи з першого по третій можуть постраждати від вуличних боїв, а останні – від авіаційних чи ракетних ударів. Під час обстрілів **не користуйтеся ліфтами**.

Якщо ви залишаєтеся вдома:

-  Щільно зачиніть вікна.
-  Заклейте **всю** поверхні вікон скотчем, лінія в лінію – не навхрест.
-  Використовуйте мінімум світла, зашторте вікна.
-  Наберіть ванну води на випадок відключення.

Безпечні місця в різних видах багатоповерхівок

Тип будинку	Найбезпечніші місця	Загрози
Монолітно-каркасний	Кімнати без вікон Міжсходові прогони	Практично немає, вистоїть у більшості випадків
Цегляний	Дверні прорізи в несучих стінах	Вразливими є бетонні й дерев'яні перекриття
Панельний	Дверні прорізи в несучих стінах Міжквартирний коридор	Найменш стійкий



ВАЖЛИВО!

У разі влучання снаряду в будинок заваленими найчастіше опиняються підвали та входи до під'їздів.

Якщо повітряна тривога застала вас **на вулиці** й укриття поруч немає, мерщій ховайтеся за спорудою або деревом. Якщо немає і їх, падайте в найближчу яму обличчям до землі, накривши голову руками.

Якщо повітряна тривога застала вас **у магазині, аптеці або іншому приміщенні**, залишайтеся на місці, за можливості дотримуйтеся правила «двох стін», та перебувайте подалі від вікон, дзеркал і скляних поверхонь. Якщо залишатися неможливо, перейдіть у найближче можливе укриття.





Як поводитися в укритті

Обов'язково мати з собою:

- Документи та їхні копії: паспорти внутрішній і закордонний, водійське посвідчення, військовий квиток, документи про освіту, всі документи дітей, документи на власність.
- Аптечку (включно із заспокійливими та протизастудними препаратами), антисептики й вологі серветки
- Запас їжі, бажано сухої, щонайменше на 2 доби
- Мобільні телефони та інші засоби зв'язку, портативні зарядні пристрої (павер-банки), ліхтарик і свисток
- Теплий одяг та каремат
- Ліхтарик і свисток (можна навіть дитячий)



ВАЖЛИВО!

Під час **комендантської години** заборонено перебувати на вулиці з будь-якої причини, окрім переходу в найближче укриття в разі повітряної тривоги. Цивільні особи, які порушують правила комендантської години, вважатимуться членами ворожих диверсійно-розвідувальних груп.



Приклад продуктового набору

Їжа має бути **калорійною, поживною та швидкого приготування.** Водночас намагайтеся їсти здорово та уникати великої кількості борошняного й солодкого.

- Консерви як м'ясні, так і бобові (кукурудза, квасоля, нут, сочевиця)
- Сухарі чи хлібці
- Горіхи, сухофрукти й фруктові сушки, насіння
- Каші готові чи швидкого приготування
- В'ялене м'ясо в пакетиках
- Несолодка вода для побутових потреб

Перебуваючи в укритті:

- ✓ Стежте за оголошеннями по радіо. Не залишайте укриття до повідомлення про те, що виходити безпечно.
- ✗ Не беріть із собою легкозаймисті речовини, речовини із сильним запахом та громіздкі речі.
- ✓ Дотримуйтеся дисципліни, знайдіть собі місце та менше пересувайтеся.
- ✗ Не галасуйте, не куріть та не запалюйте свічки без згоди інших в укритті.



ВАЖЛИВО!

Покинути укриття до завершення повітряної тривоги можна, якщо приміщення пошкоджене, з нього відкрили вогонь або неподалік укріплюють військові позиції. Адже це означає, що є загроза вогню у відповідь, який може зруйнувати укриття.

Аби уникнути переохолодження:

- Одягайте декілька шарів одягу, вкутайтеся ковдрами та грійте одне одного
- Утеплюйте ноги та руки
- Переодягніться, якщо одяг став вогким
- Споживайте теплу солодку рідину, а також багату на білок їжу
- Не сидіть на холодних і сирих поверхнях
- Робіть прості вправи ногами та руками
- Не розтирайте ноги та руки й не намагайтеся зігрітися швидко
- Не вживайте алкоголь





Якщо трапився обвал будинку



ВАЖЛИВО!

Кличте на допомогу! Кричіть, спробуйте скористатися телефоном, стукайте по трубах і батареях. Дочекайтеся, поки розберуть завал.

Якщо ви опинилися під завалом, а допомога затримується:

- Спробуйте вивільнити руки та ноги.
- Огляньте себе та за можливості надайте собі першу допомогу.
- Якщо не впевнені у ситуації, залишайтеся на місці та продовжуйте кликати на допомогу.
- Якщо протягом години допомоги немає, спробуйте розібрати завал.
- Оцініть ситуацію. Спробуйте обережно розібрати завал, не пошкодивши конструкцію, на якій усе тримається.
- Намагайтесь уникнути переохолодження.



Якщо дитина загубилася

Що батькам зробити заздалегідь:



Проведіть із дитиною бесіду та поясніть, як поводитися в натовпі. Дайте чіткі рекомендації, що робити, якщо вона загубилася.



Визначте та домовтеся про місце зустрічі, якщо малеча загубиться.



Підготуйте чітке фото дитини та майте його при собі.



Переконайтеся, що дитина може назвати власні ім'я та вік, домашню адресу, імена батьків і за можливості контактний номер телефону одного з них.



Якщо дитина маленька, підпишіть її речі, прикріпіть бейдж із вашим іменем та контактами до одягу, який точно залишиться на малечі. Наприклад, до светра або штанів, але не до рюкзака або куртки. Візитівку з важливою інформацією також можна покласти у внутрішні кишені одягу.

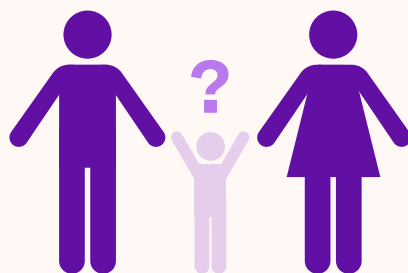
Бот-помічник із пошуком зниклих дітей:



@dytyna_ne_sama_bot

Якщо ваша дитина загубилася:

- Не панікуйте, адже зараз вам потрібно зібратися з думками й діяти чітко.
- Попросіть когось із родичів чи знайомих залишатися на місці, якщо дитина повернеться.
- Згадайте, де ви востаннє бачили малечу, та йдіть туди.
- Якщо дитина має телефон, одразу подзвоніть їй.
- Розпитайте людей навколо, чи не бачили вони вашу вашу дитину, повідомте більше деталей, покажіть фото.
- За можливості дайте оголошення через гучномовець.
- Повідомте найближче відділення поліції або зателефонуйте 102.



Якщо побачили дитину без дорослого:

- 1** Переконайтеся, що вона справді без супроводу. Можливо, дорослі просто кудись відійшли? Розпитайте людей поруч, чи знайома їм дитина.
- 2** Запитайте в дитини її ім'я та звідки вона. Спробуйте дізнатися, коли вона востаннє бачила маму, тата чи іншого дорослого, який був із нею. Якщо з'ясувати у малечі не вдалося, огляньте її одяг на предмет наявності бейджів з іменами її та батьків, а також контактами близьких.
- 3** Відведіть дитину в тепле й безпечне місце, де є інші дорослі: зала вокзалу, відділ поліції, волонтерський центр. Водночас це має бути неподалік від місця, де ви знайшли дитину, на випадок, якщо знайдуться її рідні. Не залишайте дитину саму.
- 4** Зателефонуйте 102, повідомте найближче відділення поліції чи зверніться до представників місцевої влади. Обов'язково передайте інформацію, яку вам вдалося з'ясувати в дитини.
- 5** Якщо ви причетні до евакуації, переміщень та розселення людей, зробіть усе від вас залежне, аби сім'ї лишалися разом, а діти – поруч із батьками.








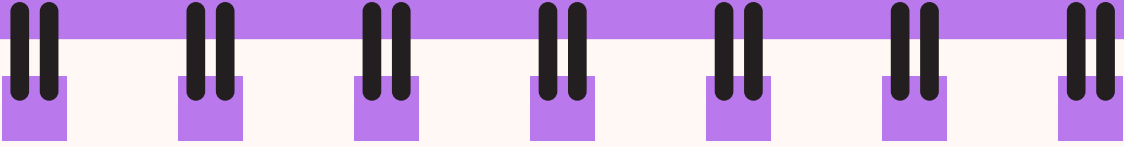


Як вберегти хатніх тварин

За законом брати тварин в укриття не можна, тому вдома облаштуйте для них безпечне місце, де вони перебуватимуть під час повітряної тривоги.

Якщо ви **вирішили евакуюватися**, беріть улюбленців із собою. Для тварин візьміть:

-  Документи та записи про вакцинацію, якщо такі є.
-  Запас корму та води. Якщо немає звичного для тварини корму, беріть той, що є. У крайньому разі собаку можна годувати їжею для котів і навпаки. Тваринам також підійдуть звичайні консерви чи несолона каша з м'ясом та овочами без спецій.
-  Миски для їжі та води, лежанку та улюблену іграшку.
-  На нашійник чи переноску наклейте наліпку з вашими контактними даними.
-  Упевніться, що тварина не становить загрози для інших людей: тримайте її на повідку, в наморднику або в переносці.



Якщо в магазині **немає звичного для тварини корму**, беріть той, що є. У крайньому разі собаку та кішку можна годувати їжею для котів та собак відповідно, звичайними консервами або кашею з м'ясом та овочами без солі та спецій.

Якщо під час евакуації у вас немає жодної можливості забрати улюбленця з собою, **залиште тварину людям, яким довіряєте:** сусідам, знайомим, рідним, які лишаються в місті. У крайньому разі віддайте на перетримку волонтерами чи в притулок.




ВАЖЛИВО!

Якщо ваша тварина зачинена у квартирі в Києві, залиште запит на порятунок волонтерам [тут](#) або дзвоніть **+(380) 635-735-663**.

Ветеринарна допомога онлайн



ТИЦЬ



Допоможіть нам зробити контент іще кориснішим!

Нам важливо поширювати корисну та актуальну інформацію, аби допомагати людям в Україні.

Якщо ви знаєте, як покращити цей poradnik, щоб урахувати потреби більшої кількості українців, залиште відгук.

ТИЦЬ



Залишити відгук