

Шановні громадяни!

Як офіцери запасу ізраїльського Командування Тилу (Військ Цивільної Оборони) та професійні консультанти, ми вважали доречним підготувати пояснювальний лист із золотими правилами, які можуть врятувати життя або знизити імовірність отримання травм у разі бомбардування чи обстрілу.

На жаль, у нас накопичено великий досвід у цивільній обороні та в порятунку з-під руїн, але, на щастя, цей досвід показує, що правильна поведінка рятує життя.

**Якщо стрілянина застала вас у приміщенні,
пам'ятайте такі правила:**

- А. Спробуйте дістатися до захищеної зони в будівлі, наприклад підвалу або внутрішніх сходів з бетону
- Б. Якщо такого місця в будівлі немає або Вам не вистачає часу, щоб туди потрапити, заходьте у внутрішні приміщення - не залишайтеся у зовнішніх приміщеннях
- В. Не залишайтеся на верхніх поверхах або на першому поверсі. Намагайтеся бути на проміжних поверхах
- Г. Дійшовши до захищеної зони, потрібно сісти чи лягти на підлогу та захистити голову руками
- Д. Захищеною зоною не може вважатися приміщення, покрите керамічною плиткою (наприклад, туалет або ванна), а також приміщення, в яких є речі, що висять на стінах
- Е. Зберігайте спокій, прислухайтеся і дбайте про людей, що Вас оточують.

Якщо стрілянина застала Вас на вулиці, дотримуйтесь наступних правил:

- А. Увійдіть у підвал, якщо у будівлі є підвал і якщо у вас достатньо часу для цього
- Б. Якщо поблизу немає підвального приміщення, тримайтеся далі від будинків
- В. Ляжте на землю, якнайнижче. Найкраще лягати за нерівності землі або в канаву/траншею
- Г. Захищайте голову руками
- Д. Якщо в момент бомбардування ви були в машині, зупиніться на узбіччі, заглушіть двигун та знайдіть захист за межами дороги

І ще декілька загальних правил поведінки:

- А. Не біжіть - ходіть швидко та будьте уважні
- Б. Допомагайте один одному, у таких ситуаціях необхідна взаємодопомога
- В. Тримайтеся далі від баків із бензином, газових балонів та від електричних кабелів
- Д. Під час обстрілу залишайтеся у сховищі не менше 10 хвилин після останнього вибуху

Правила поведінки під завалом будівлі:

Якщо ви опинилися під завалом, пам'ятайте - до вас прийдуть на допомогу. Допоможіть рятувальникам і бережіть сили:

- А. Залишайтеся в позі зародка і рухайтесь якнайменше
- Б. Прислухайтесь до того, що відбувається навколо Вас і коли ви почуєте крики рятувальників, стукайте по будь-якому металу поряд з вами
- В. Не рухайте навколо себе каміння, частини будівлі або ще щось. Будь-який рух може бути небезпечним.
- Г. Якщо у вас є мобільний телефон, максимально заощаджуйте заряд батареї.

Порятунок із-під завалів:

- А. Не потрібне спеціальне обладнання для допомоги, навіть стандартні речі, які є в кожному автомобілі можуть допомогти:
 - 1) Домкрат для розділення та підйому уламків будівлі
 - 2) Запаска як підтримка
 - 3) Балонний ключ або молоток для розбивання уламків
 - 4) Залишки дверних та віконних рам як опори або підйомні важелі
- Б. Організуйте порядок - усі уламки повинні бути винесені в одне узгоджене місце

- В. Не поспішайте, краще затриматися на декілька хвилин, щоб не спровокувати новий обвал
- Г. Якщо ви встановили зв'язок із людиною під руїнами, не відходьте від неї ні на мить. Призначте людину, вся робота якої полягатиме в тому, щоб підтримувати зв'язок і розмовляти з рятованим
- Д. Пам'ятайте, що людина, у якої була придавлена кінцівка, потребує термінової медичної допомоги після його вилучення з-під обломків
- Є. Будьте обережні у кожній своїй дії – незважаючи на тиск і бажання допомогти, обмірковуйте кожну дію

Шановні громадяни, ви є учасниками непростих подій. Заради рідних, заради сім'ї бережіть себе, пам'ятайте основні правила, перелічені тут, передайте ці правила всім людям.

Якщо у вас є додаткові питання, будь ласка, зв'яжіться з нами будь-коли через WhatsApp, Viber або Telegram за телефоном +972-544733236

Правильне поведження в екстрених ситуаціях рятує життя!