

## **Дії учасників освітнього процесу в разі надзвичайних ситуацій**

### **ДІЇ У РАЗІ ТЕРОРИСТИЧНОГО АКТУ**

[Законодавство](#) визначає тероризм як суспільно небезпечну діяльність, яка полягає у свідомому, цілеспрямованому застосуванні насильства шляхом захоплення заручників, підпалів, убивств, тортур, залякування населення та органів влади або вчинення інших посягань на життя чи здоров'я ні в чому не винних людей чи погрози вчинення злочинних дій, щоб досягнути злочинних цілей.

[Державна служба України з надзвичайних ситуацій](#) пропонує наступний [порядок дій у разі терористичного акту](#)

Основні заходи щодо запобігання можливого терористичного акту:

- не торкайтеся у транспорті, житлових та громадських приміщеннях або на вулиці невідомих пакунків (сумок), не підпускайте до них інших. Повідомте про знахідку працівника поліції;
- у присутності терористів не виказуйте своє невдоволення, утримуйтеся від різких рухів, лементу й стогонів;
- при погрозі застосування терористами зброї лягайте на живіт, захищаючи голову руками, якомога далі від вікон, зашкленених дверей, проходів, сходів;
- використайте будь-яку можливість для порятунку;
- якщо відбувся вибух – вживайте заходів щодо недопущення пожежі та паніки, надайте домедичну допомогу постраждалим;
- намагайтеся запам'ятати прикмети підозрілих людей і повідомте їх прибулим співробітникам спецслужб.

### **ДІЇ У РАЗІ ЗАХОПЛЕННЯ БУДІВЛІ**

У [Рекомендаціях щодо дій населення у разі загрози та виникнення вибуху, у тому числі тих, що виникли внаслідок терористичної діяльності](#), зазначаються дії, якщо ви опинились у будинку (приміщенні, території), захопленому терористами, але не були ними знайдені.

У такій ситуації необхідно:

- зберігати спокій та намагатись уникнути контакту з терористами;
- якомога тихіше повідомити правоохоронні органи про терористичну атаку, а також про своє місцеперебування;
- не палити;
- не наближатися до дверей та вікон;
- чітко виконувати інструкції та команди правоохоронців;
- сховати свої документи та візитні картки.

Пам'ятайте, що одразу після вашого повідомлення антитерористичними підрозділами буде вжито термінових заходів для збереження вашого життя та здоров'я.

### **ЕВАКУАЦІЯ З БУДІВЛІ**

Евакуація з будівлі необхідна не лише під час пожежі, а й землетрусів, повеней та інших надзвичайних ситуацій, якщо будівля закладу освіти є небезпечною для людей, які там перебувають.

[Правила пожежної безпеки для навчальних закладів та установ системи](#) визначають, що під час проведення евакуації та гасіння пожежі необхідно:

- визначити найбезпечніші евакуаційні шляхи та виходи до безпечної зони у найкоротший термін;
- створити умови для запобігання виникненню паніки. З цією метою працівникам закладів та установ не можна залишати дітей без нагляду з моменту виявлення пожежі та до її ліквідації;
- евакуацію людей слід починати з приміщення, у якому виникла пожежа, і суміжних із ним приміщень, яким загрожує небезпека поширення вогню і продуктів горіння. Дітей молодшого віку і хворих слід евакуювати в першу чергу;
- у зимовий час на розсуд осіб, які здійснюють евакуацію, діти старших вікових груп можуть заздалегідь одягтися або взяти теплий одяг із собою, а дітей молодшого віку слід виводити або виносити, загорнувши в ковдри або інші теплі речі;

- ретельно перевірити всі приміщення, щоб унеможливити перебування у небезпечній зоні дітей;
- виставляти пости безпеки на входах у будівлі, щоб унеможливити повернення дітей і працівників до будівлі, де виникла пожежа;
- у разі гасіння слід намагатися у першу чергу забезпечити сприятливі умови для безпечної евакуації людей;
- щоб запобігти поширенню вогню, диму, слід утримуватися від відчинення вікон і дверей, а також – від розбивання скла.

Ресурсний центр прав дитини у посібнику [“Врятуйте дітей – стандартні процедури та правила безпеки для учнів та студентів”](#) пропонує наступні правила евакуації для дітей:

**Правила евакуації для дітей:**

- **Не говори – щоб чути вчителя**
- **Не біжи – щоб не постраждати**
- **Не штовхайся – щоб не постраждали інші**
- **Не повертайся – щоб залишатися в безпеці**

Учнів також просять дотримуватися всіх вказівок педагогів та, у разі потреби, на прохання дорослих, допомогти іншим дітям евакуюватися. При прибутті до безпечної зони, не розходитися і залишатися разом із класом.

**Правила евакуації для педагогів:**

- Евакуація здійснюється за відповідним звуковим сигналом, який, у разі потреби, активує адміністрація або особа, яка виявила пожежу.
- Нагадайте дітям про головну мету евакуації: їхня безпека та правила евакуації: не говори. Не біжи. Не штовхайся. Не повертайся.
- Закрийте двері та вікна.
- Візьміть з собою шкільний аварійний набір, відро (може бути складним), сумку для швидкої допомоги. \*
- Перевірте безпечність маршруту для евакуації.
- Під час евакуації радять об'єднувати два класи, й під час переміщення один вчитель очолює колону, а інший завершує колону дітей двох класів.
- Допоможіть дітям з інвалідністю та маленьким дітям.
- Евакуація здійснюється до певного визначеного місця (місце для кожного класу визначається під час тренувальних навчань і не змінюється).
- Після прибуття на визначене місце, перевірте наявність усіх дітей за списком.
- Залишайтеся зі своїм класом і просіть учнів бути разом, бути усім класом разом, нікуди не розходитися.
- Якщо небезпечні умови зникли, здійсніть зворотну евакуацію назад до класів, дотримуючись тих самих правил.

\* у більшості країн є вимога, щоб у кожному класі був набір для евакуації та допомоги, відро (може бути складним) та пакети для створення приватної зони для туалету.

**ДІЇ ДЛЯ ЗАХИСТУ ВІД НАСИЛЬНИЦЬКОГО ВТОРГНЕННЯ ТА ЗАГРОЗИ МАСОВОГО НАСИЛЬСТВА**

Періодично і в українських школах виникають ситуації, у яких є загроза вторгнення або загроза масових насильницьких дій, де працівники закладу освіти ще можуть керувати ситуацією, хоча б частково, і повідомити про це силовим органам.

Ресурсний центр прав дитини [пропонує рекомендації](#) у разі загрози масових насильницьких дій та безпеки:

**Поради для керівництва шкіл:**

- Якщо є змога – подайте знак тривоги, але це не повинна бути пожежна сигналізація.
- Слідкуйте за ситуацією і переоцінюйте її.
- Будьте готові передати командування поліції або іншим силовим органам.
- Повідомте всіх, коли небезпека зникла.
- Після інциденту повідомте про обставини учнів та батьків.

Хочемо зазначити, що задля швидкого та оперативного розшуку злочинців, збереження таємниці слідства та інших моментів, варто своє повідомлення для батьків та медіа узгодити з представниками силових структур.

#### **Поради для працівників закладів освіти**

- Попередьте інших, щоб вони негайно сховалися та забезпечили безпеку дітей.
- Зберіть учнів всередині безпечного приміщення, якомога далі від загрози.
- Закрийте і замкніть двері ключем (за можливістю). Перемістіть меблі, щоб заблокувати доступ від загрози, за наявності та змоги.

- У разі загрози стрілянини, всі мають швидко лягти на підлогу і за можливості накритися меблями, щоб не бути мішенню.

- Вимкніть світло та всі пристрої, які можуть його подати.
- Вимкніть усі пристрої, що видають звуки: мобільні телефони, радіоприймачі тощо.
- Зберігайте тишу.
- Тримайтеся якомога далі від дверей і вікон.
- Залишайтеся спокійними, заспокоюйте тих, хто нервує.

#### **Поради для учнів**

- Пам'ятайте про правила: не говори. Не біжи. Не штовхайся. Не повертайся.
- Виконуйте вказівки працівників закладу освіти.
- Зберігайте спокій та тишу.
- Якщо є потреба, допоможіть заблокувати двері меблями.
- Головне: сховатися, впасти та накритися.

#### **ДІЇ У РАЗІ АНТИТЕРОРИСТИЧНОЇ ОПЕРАЦІЇ (СТРІЛЬБА, ВИБУХИ)**

У разі проведення антитерористичної операції [рекомендують](#):

- лягти на підлогу обличчям вниз, поклавши руки долонями на потилицю;
- чітко виконувати команди співробітників антитерористичного підрозділу уникаючи різких рухів.

#### **ДІЇ У РАЗІ ПЕРЕСТРІЛКИ**

[Державна служба України з надзвичайних ситуацій](#) пропонує [наступні рекомендації у разі перестрілки](#):

- якщо стрілянина застала вас на вулиці, відразу ж лягте й озирніться, виберіть найближче укриття й проберіться до нього, не піднімаючись у повний зріст. Укриттям можуть служити виступи будинків, пам'ятники, бетонні стовпи або бордюри, канави. Пам'ятайте, що автомобіль – не найкращий захист, тому що його метал тонкий, а пальне – вибухонебезпечне. За першої нагоди сховайтеся у під'їзді будинку, підземному переході, дочекайтеся закінчення перестрілки;

- проводьте заходи для порятунку дітей, за необхідності прикрийте їх своїм тілом. За можливості повідомте про інцидент співробітників поліції;

- якщо в ході перестрілки ви перебуваєте у будинку, – укрийтеся у ванній кімнаті й лягте на підлогу, тому що перебувати у кімнаті небезпечно через можливість рикошету. Перебуваючи в укритті, стежте за можливим початком пожежі. Якщо пожежа почалася, а стрілянина не припинилася, залиште квартиру й сховайтеся в під'їзді, далі від вікон.

#### **ДІЇ У РАЗІ ЗАХОПЛЕННЯ ТРАНСПОРТУ**

[Державна служба України з надзвичайних ситуацій](#) пропонує [порядок дій у разі захоплення транспорту](#):

- якщо ви знаходитесь в захопленому літаку, автобусі – не привертайте до себе уваги терористів. Огляньте салон, визначте місця можливого укриття на випадок стрілянини;

- заспокойтеся, спробуйте відволіктися від того, що відбувається,
- зніміть ювелірні прикраси;

- не дивіться в очі терористам, не пересувайтеся по салону та не відкривайте сумки без їхнього дозволу;

- не реагуйте на провокаційну або зухвалу поведінку;
- жінкам у мініспідницях бажано прикрити ноги;

- якщо представники влади почнуть спробу штурму, – лягайте на підлогу між кріслами й залишайтеся там до закінчення штурму;

- після звільнення – негайно залиште літак (автобус), тому що не виключена можливість його замінування терористами й вибуху парів бензину.

**Що робити зі страхом і панікою у воєнний час? Пропоную вам кілька практичних порад як побороти страх і стрес через постійний потік новин про війну, та як заспокоїти себе і своїх рідних**

***Кілька дієвих способів побороти тривогу:***

- **Зберігайте спокій!** Адже стресова ситуація швидко приводить організм в стан виснаження, і блокує логіку та аналіз. Тому в паніці людина приймає хибні рішення! Заспокоївшись, ви станете психологічною опорою для тих, хто її потребує.

- **Дихайте.** Глибоко вдихніть і затримайте подих. Намагайтеся дихати не тільки грудьми, але і животом. Зробіть вдих носом, а видих через рот.

- **Дозвольте своїм емоціям давати вихід:** хочеться поплакати – плачте, хочеться покричати – покричіть, хочеться помахати руками – махайте.

- **Займайтеся фізичною активністю.** Будь-які фізичні навантаження ( біг на місці, присідання, віджимання, миття підлоги, рубання дров) покращують стан людини. Якщо є дітки, можна придумати рухливі ігри, танці.

- **Пийте багато води** маленькими ковтками та приймайте контрастний душ.

- **По можливості, вживайте шоколад, мед, солодкий чай.** Продукти з високою поживною цінністю додають сил та знімають стрес.

- **Постарайтесь менше моніторити новини.** Інформації дуже багато і не вся достовірна! Важливо довіряти лише офіційним джерелам.

- **Якщо діти запитують, говоріть їм тільки правду!** Важливо доносити інформацію дітям в форматі ,який буде зрозумілий та психологічно безпечний дітям.

**Як діяти в екстремальних ситуаціях, – поради рятувальників**

Кожна людина повинна чітко уявляти свою поведінку при виявленні можливих вибухових пристроїв, виникнення артобстрілів, під час евакуації та бути психологічно готовою до самозахисту і адекватної поведінки під час масових заворушень та дій правоохоронних органів щодо їх припинення.

**Виявлення підозрілого предмету, що може бути вибуховим пристроєм**

Якщо перебуваючи у громадському транспорті, адміністративній будівлі чи місцях масового перебування людей Ви помітили предмет, що викликає підозру, негайно телефонуйте за номером 101 або 102.

До прибуття спецслужб не чіпайте, не пересувайте, не розкривайте виявлений предмет; зафіксуйте час виявлення предмету; намагайтеся зробити все можливе, щоб люди відійшли якнайдалі від знахідки; обов'язково дочекайтеся прибуття фахівців.

**Дії у разі рантвого артобстрілу:**

- якщо ви почули свист снаряду, а через 2-3 секунди – вибух, відразу падайте на землю;
- озирніться навколо з метою пошуку місця, де можна сховатися. Якщо ви перебуваєте у маршрутці, тролейбусі або трамваї – слід негайно зупинити транспорт, відбігти від дороги в напрямку від будівель і споруд та лягти на землю. Озирніться та знайдіть більш надійне укриття неподалік.

Рухатися у бік укриття слід короткими перебіжками відразу після наступного вибуху;

- шукаючи укриття, варто пам'ятати, що воно повинно бути хоч мінімально заглибленим і, разом з тим, перебувати подалі від споруд, які можуть завалитися при прямому влученні снаряду або спалахнути. У випадку, якщо поряд немає бомбосховища, захист дають земляні щілини або траншеї, неглибокі підземні колодязі й широкі труби водостоку, канави глибиною 1-2 метри на відкритому місці, а також каналізаційні люки;

- сховавшись в укритті, лягайте і обхопіть голову руками;

- не залишайте своє укриття до закінчення обстрілу. Не знімайте обстріл на телефон і не намагайтеся визначити кут попадання снаряду;

- вийшовши із укриття не піднімайте із землі жодних незнайомих вам предметів: авіабомба, ракета або снаряд могли бути касетними. Бойові елементи часто розриваються при падінні, але можуть вибухнути пізніше, в руках – від найменшого руху або дотику.

**При отриманні інформації про евакуацію**

Повідомлення щодо евакуації може надійти не тільки у випадку виявлення вибухового пристрою й ліквідації наслідків терористичного акту, але й під час пожежі, стихійного лиха тощо. Отримавши повідомлення від представників влади або правоохоронних органів про початок евакуації, дотримуйтесь спокою й чітко виконуйте їхні вказівки.

Якщо ви перебуваєте у квартирі:

- візьміть документи, гроші, цінності;
- відключіть електроенергію, воду й газ;
- надайте допомогу щодо евакуації літнім і важко хворим людям;
- обов'язково закрийте входні двері на замок – це захистить квартиру від можливого проникнення мародерів.

Не панікуйте, уникайте істерики й поспіху. Приміщення залишайте організовано. Повертайтеся до покинутого приміщення лише після дозволу відповідальних осіб. Запам'ятайте, що від злагодженості й чіткості ваших дій буде залежати життя й здоров'я багатьох людей.

#### **Поведінка у натовпі:**

Намагайтеся уникати великих скупчень людей, не приєднуйтеся до натовпу. Під час масових заворушень по можливості обійдіть натовп.

Якщо Ви потрапили в натовп:

- йдіть у напрямку від центру до краю натовпу, намагаючись поступово вибратися з нього;
- глибоко вдихніть і розведіть зігнуті в ліктях руки в сторони, щоб грудна клітка не була здавлена;
- намагайтесь знаходитись подалі від людей, які мають громіздкі предмети чи великі сумки;
- втримуйте рівновагу щоб не впасти;
- не тримайте руки в кишенях;
- у разі загострення ситуації негайно звільніться від будь-якої ноші, насамперед від сумки на довгому ремені чи шарфа;
- якщо у вас щось випало, у жодному разі не нахилийтесь, щоб підняти;
- у разі падіння намагайтесь якнайшвидше піднятися на ноги.

#### **Правила поведінки під час запровадження воєнного стану**

Громадянам найперше потрібно зберігати особистий спокій і не реагувати на провокації. Не сповіщати про свої майбутні плани малознайомим людям, а також знайомим з ненадійною репутацією.

Завжди потрібно мати при собі паспорт чи інший документ, який засвідчує особу, відомості про групу крові своєї та близьких родичів, можливі проблеми зі здоров'ям (алергію на медичні препарати тощо). Необхідно знати місце розташування захисних споруд цивільної оборони поблизу місця проживання, роботи, місцях частого відвідування. Без необхідності старатися як найменше знаходитись поза місцем проживання, роботи та у малознайомих місцях. Уникати місць скупчення людей.

У разі отримання будь-якої інформації від органів державної влади про можливу небезпеку або заходи щодо підвищення безпеки необхідно передати її іншим людям (за місцем проживання, роботи тощо). А при появі озброєних людей, військової техніки, заворушень – негайно покинути цей район. У разі потрапляння у район обстрілу потрібно сховатись у найближчу захисну споруду цивільного захисту, сховище (укриття). У разі їх відсутності – для укриття використовувати нерівності рельєфу, (канави, окопи, заглиблення від вибухів тощо), лягти на землю головою в сторону, протилежну вибухам. Голову прикрити руками (за наявності, для прикриття голови використовувати валізу або інші речі). Не виходьте з укриття до кінця обстрілу.

Крім того, українці зобов'язані надавати першу допомогу іншим у разі їх поранення. Викликати швидку допомогу, представників ДСНС України, органів правопорядку, а за – необхідності військових.

Якщо ви стали свідком поранення або смерті людей, протиправних до них дій (арешт, викрадення, побиття тощо) постаратися з'ясувати та зберегти як найбільше інформації про них

та обставини події для надання допомоги, пошуку, встановлення особи тощо. Необхідно пам'ятати, що Ви самі або близькі Вам люди, також можуть опинитись у скрутному становищі і будуть потребувати допомоги.