**Правила поведінки під час артобстрілу і бомбардування житлових масивів**

Враховуючи, що в Україні з 24.02.2022 введений воєнний стан через агресією російської федерації і до сьогодні по території України і Харківської області періодично та рандомно відбуваються артилерійські обстріли та бомбардування по об’єктах інфраструктури зайвий раз нагадуємо громадянам про правила поведінки задля збереження життя та здоров’я.

Перш за все уникайте перебування на територіях та поблизу інфраструктур та промислової зони.

**Якщо під час початку артобстрілу ви перебуваєте на вулиці:**

Якщо ви почули свист (більше схожий на шелест), а через 2-3 секунди – вибух, відразу падайте на землю. Не панікуйте: уже те, що ви чули сам звук польоту, означає, що снаряд пролетів достатньо далеко від вас, а ті секунди перед вибухом лише підтвердили достатньо безпечну відстань. Однак, наступний снаряд пролетить ближче до вас, а тому замість самозаспокоєння швидко і уважно озирніться навколо: де можна більш надійно сховатися?

Якщо є якийсь виступ (навіть тротуар – то поруч з ним), канава, будь-яке заглиблення у землі – скористайтеся цим природним захистом. Якщо є якась бетонна конструкція – ляжте поруч з нею.

Лежати потрібно для того, щоб знизити шанс попадання осколків. Усе це не допоможе при прямому попаданні, але знизить ризик осколочних поранень.

Осколки летять уверх і по дотичній. Якщо людина стоїть – більше шансів опинитися у них на шляху, ніж коли лежить. Лежачи закривайте руками голову та вуха щоб уникнути контузії та акустичної травми (розриву барабанних перетинок).

Можна сховатися в наступних місцях (якщо є такі поблизу):

\*зупинка-укриття (залізобе-тонні конструкції);

\*у спеціально облаштованих укриттях (залізобетонні конструкції);

\*бомбосховищах. (Від звичайного підвалу житлового будинку справжнє бомбосховище    відрізняється товстим надійним (посиленим) залізобетонним перекриттям над   головою, системою вентиляції і наявністю двох (чи більше) виходів на поверхню);

\*у підземному переході.

\* ідеально підходить в метро;

\*у будь-якій ямі, канаві, траншеї;

\* у широкій трубі водостоку під дорогою (не варто лізти надто глибоко, максимум на 3-4 метри);

\*у досить глибокому підвалі під капітальними будинками старої забудови (бажано щоб він мав 2 виходи);

\* в оглядовій ямі відкритого гаража чи СТО;

\* уздовж високого бордюру чи фундаменту паркану;

\* в каналізаційних люках поруч з вашим будинком (важливо щоб це була саме каналізація, а не газова магістраль);

\* у підземному овочесховищі, силосній ямі, тощо;

\* в ямах «воронках», що залишилися від попередніх обстрілів.

У гіршому випадку – коли у полі зору немає укриттів, куди можна перебігти – просто лягайте на землю і лежіть, закривши голову та вуха руками!

Переважна більшість снарядів і бомб розривається у верхньому шарі ґрунту чи асфальту, тому осколки в момент вибуху розлітаються на висоті не менше 30-50 см над поверхнею.

Загальне правило: ваше укриття має бути хоча б мінімально заглибленим і, разом з тим, має знаходитися подалі від споруд, які можуть обвалитися на вас зверху при прямому попаданні, або можуть спалахнути. Ідеальний захист дає траншея чи канава (подібна окопу) глибиною 1-2 метра, на відкритому місті.

Сховавшись в укритті, лягайте і обхватіть голову руками. Трохи відкрийте рота – це збереже від контузії при близькому розриві снаряду чи бомби.

Не панікуйте. Займіть свою психіку чим-небудь. Можна рахувати вибухи: знайте, що максимум після 100-го вибуху обстріл закінчиться. Можна спробувати подумки рахувати хвилини. По-перше, це відволікає. По-друге, так ви зможете орієнтуватися у ситуації: гарматний обстріл не буде тривати вічно – максимум 20 хвилин, авіа напад значно менше. У наші часи не буває довгих бомбардувань, великі групи бомбардувальників не застосовуються.

**Якщо підчас обстрілу ви знаходитесь у багатоповерховому будинку:**

\*Якщо у будинку є підвал – спуститися у підвал.

\*Якщо підвалу нема – спуститися на нижні поверхи. Чим нижче, тим краще. В ідеалі – усім на перший поверх. Заздалегідь знайдіть несучу стіну будівлі (найбільш внутрішню кімнату), чим більше бетону навкруги, тим краще (знайдіть опорні стіни), якщо усі кімнати зовнішні, вийдіть на сходову клітину.

**Користуйтеся правилом двох стін!**

Якщо у будинку є підвал – спуститися у підвал. Ні в якому разі не знаходьтеся напроти вікон! Не підходьте до вікон! Якщо відомо з якого боку ведеться обстріл, то вибирайте найбільш віддалену кімнату з протилежної сторони.

У місці, яке буде вибране, сісти на підлогу біля стіни – чим нижче сидить людина, тим більше шансів, що його не зачепить осколком. Знову ж таки, не напроти вікон. Всі вікна (скло) заздалегідь повинні бути заклеєні скотчем, щоб уникнути травмування уламками скла.  Вікна бажано облаштувати диванними подушками (великими, щільними, але краще мішками з піском), закрити масивними меблями, але не порожніми (набити мішками з піском чи речами щільно). Це краще ніж незахищені вікна і скло.

**У погребі**

Погріб в приватних будинках – брати до уваги те, що його може завалити! Тому залишати у будинку на видному місті плакат «під час бомбардувань ми у погребі» і вказати де погріб знаходиться.

Взяти з собою телефони, радіо на батарейках, воду.

Зберігати спокій (не впадати в паніку) – це важливо!

Після закінчення обстрілу (бомбардування). Залишаючи місце укриття, не давайте собі розслабитися. Тепер уся ваша увага має бути сконцентрована під ноги! Не піднімайте з землі ніяких незнайомих вам предметів: авіабомба, ракета, снаряд могли бути касетними! Бойові елементи часто вибухають при падінні, але можуть вибухнути пізніше, в руках – від найменшого руху чи дотику. Вся увага дітям і підліткам – не дайте їм підняти що-небудь з під ніг.

**У міському транспорті**

Якщо перші вибухи застали вас в дорозі на власному авто – не розраховуйте, що на авто ви можете швидко втекти від обстрілу: ви не можете знати в який бік перенесеться вогонь, і чи не почнеться подальший обстріл, скажімо, з мінометів. До того ж, бензобак вашого авто додає ризику обгоріти. Тому, негайно залишайте машину і швидше шукайте укриття.

У випадку, якщо обстріл застав вас у маршрутці, тролейбусі, трамваї – варто негайно залишити транспорт, відбігти від дороги у напряму «від будинків та споруд» й залягти на землю. Озирніться і очима пошукайте більш надійне укриття. Перебігати варто короткими перебіжками відразу після наступного вибуху.

Не варто залишатися поряд  з машиною (автобусом, тролейбусом, тощо). Якщо будуть бити, то спочатку по машині, потрапить у неї, вона вибухне разом з людиною. Потрібно вилізти, краще з протилежного від обстрілу боку, і відповзти подалі, потім лягти.

Не підходять для укриття:

— під’їзди будь-яких будівель, навіть невеликі прибудовані споруди. Від багатоповерхових/багатоквартирних будинків взагалі відбігти хоча б на метрів 30-50;

— місця під різною технікою (скажімо, під вантажівкою чи автобусом);

Ніколи не варто ховатися під стінами сучасних будівель! Нинішні бетонні «коробки» не мають ні найменшого запасу міцності і легко розсипаються (або «складуються») не тільки від прямого попадання, а навіть від великої вибухової хвилі: є великий ризик зсувів і завалів. Не можна також ховатися під стінами офісів і магазинів: від вибухової хвилі зверху буде падати велика кількість скла; це не менш небезпечно, ніж металеві осколки снарядів.

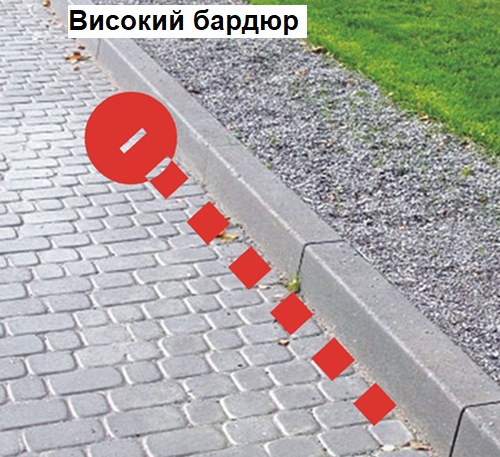
Інколи люди інстинктивно ховаються серед будь-яких штабелів, в місцях, заставлених контейнерами, завалених ящиками, будматеріалами і т.п. (спрацьовує підсвідомий рефлекс: сховатися так, щоб нічого не бачити). Ця помилка небезпечна тим, що навколо вас можуть бути легкозаймисті предмети і рідини: виникає ризик опинитися посеред пожежі.

Бувало, що люди від страху стрибали у річку, фонтан і т.п. Вибух бомби чи снаряду у воді навіть на значній відстані дуже небезпечний: сильний гідроудар – і як наслідок – тяжка контузія.

***/Джерело - Державна установа "Харківський обласний центр контролю та профілактики хвороб Міністерства охорони здоров'я України"/***

******

******

******