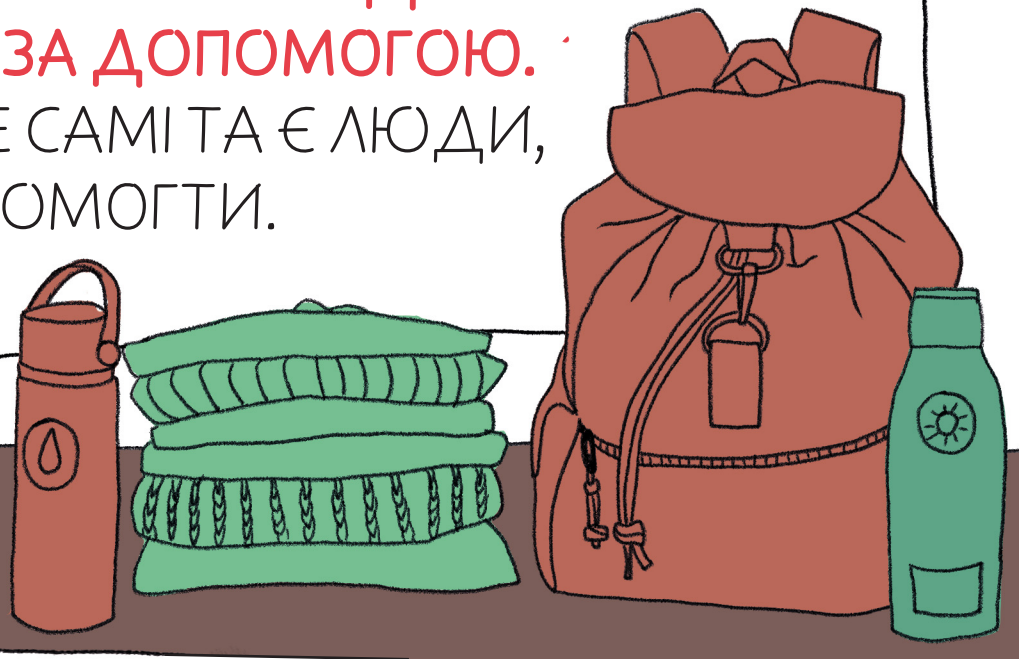
ВИ ЗАСЛУГОВУЄТЕ НА **ЗАХИСТ ВІД НАСИЛЬСТВА** Й **МАЄТЕ ПРАВО ВИСЛОВЛЮВАТИ СВОЮ ДУМКУ**, ЯКА МАЄ БУТИ ПОЧУТОЮ. ЯКЩО ВИ ПОТЕРПАЄТЕ ВІД НАСИЛЬСТВА, ТАКІ ПОЧУТТЯ ЯК СУМ, ЗЛІСТЬ АБО НАЛЯКАНІСТЬ Є НОРМАЛЬНИМ ЯВИЩЕМ. ТАКОЖ ЦІЛКОМ НОРМАЛЬНО, ЯКЩО ВИ НЕ ЗНАЄТЕ, ЩО ВІДЧУВАЄТЕ. **ВИ ЗАВЖДИ МОЖЕТЕ ЗВЕРНУТИСЯ ЗА ДОПОМОГОЮ.** ПАМ'ЯТАЙТЕ, ЩО ВИ НЕ САМІ ТА Є ЛЮДИ, ЯКІ МОЖУТЬ ВАМ ДОПОМОГТИ.



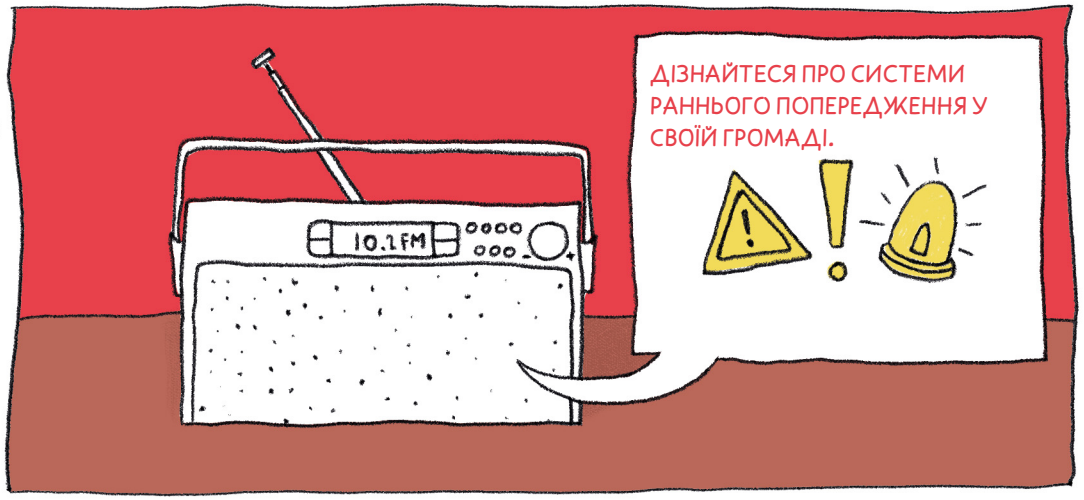
ПОТУРБУЙТЕСЯ ПРО СВОЮ БЕЗПЕКУ - ПОПЕРЕДЖУВАЛЬНІ ДІЇ

ЯКЩО У ВАШІЙ МІСЦЕВОСТІ ПРОГНОЗУЮТЬ НЕСПРИЯТЛИВІ ПОГОДНІ УМОВИ...

СЛІДКУЙТЕ ЗА НОВИНАМИ. ОБГОВОРІТЬ СИТУАЦІЮ ЗІ СВОЇМИ РІДНИМИ ТА ВЧИТЕЛЯМИ, ЩОБ РОЗУМІТИ, ЩО, ДЕ ТА КОЛИ МОЖЕ СТАТИСЯ.

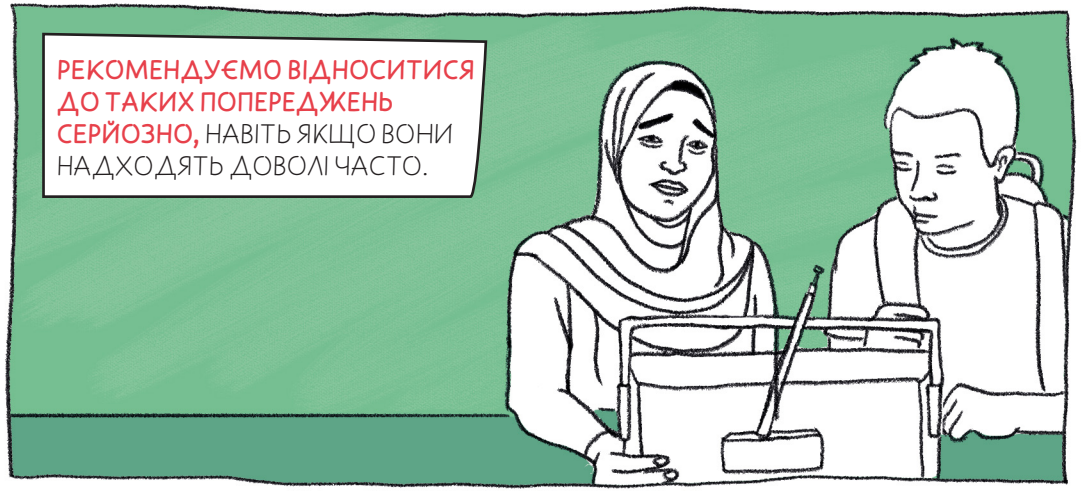
СКЛАДІТЬ СПІЛЬНИЙ ПЛАН ЗІ СВОЇМИ РІДНИМИ СТОСОВНО ТОГО, ДЕ ВИ ЗУСТРІНЕТЕСЬ У РАЗІ ВТРАТИ ЗВ'ЯЗКУ. ПОДУМАЙТЕ ПРО ІНШИХ РОДИЧІВ І ДРУЗІВ, ЯКІ МОГЛИ Б ДОПОМОГТИ ВАМ ВІДНОВИТИ ЗВ'ЯЗОК З ЧЛЕНАМИ ВАШОЇ РОДИНИ.

ЗАПАМ'ЯТАЙТЕ СОЦІАЛЬНІ МЕРЕЖІ ТА НОМЕРИ ТЕЛЕФОНІВ СВОЇХ РІДНИХ, А ТАКОЖ КОД КРАЇНИ.



ДІЗНАЙТЕСЯ ПРО СИСТЕМИ РАННЬОГО ПОПЕРЕДЖЕННЯ У СВОЇЙ ГРОМАДІ.

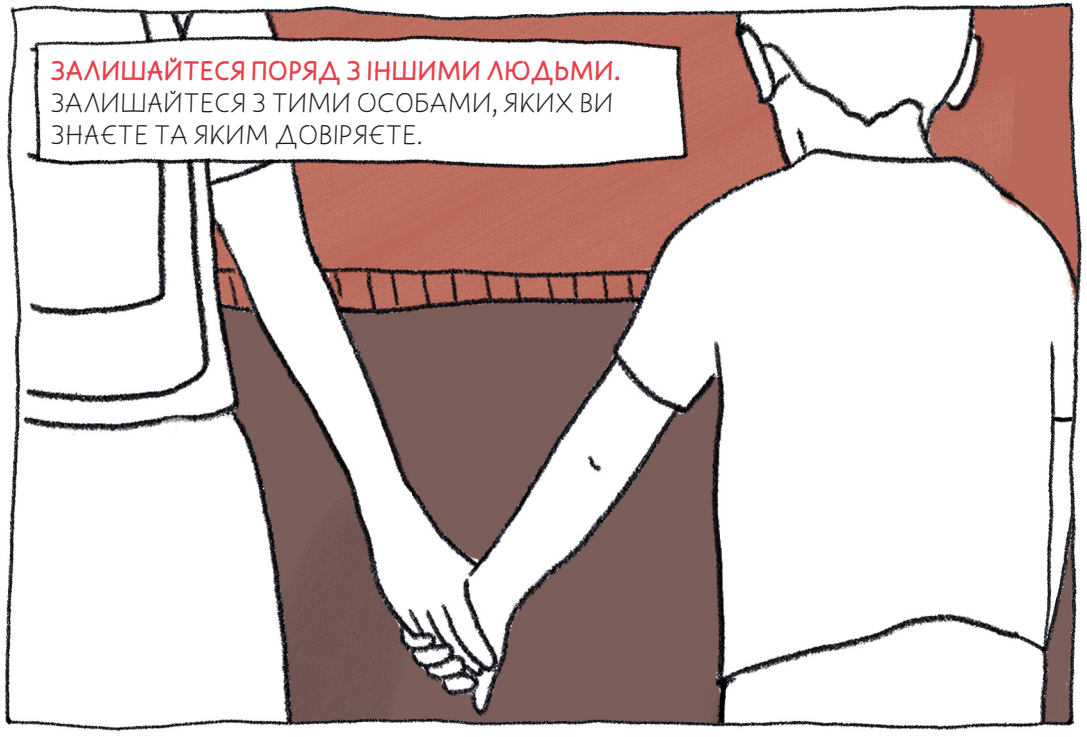
РЕКОМЕНДУЄМО ВІДНОСИТИСЯ ДО ТАКИХ ПОПЕРЕДЖЕНЬ СЕРЙОЗНО, НАВІТЬ ЯКЩО ВОНИ НАДХОДЯТЬ ДОВОЛІ ЧАСТО.



БУДЬТЕ УВАЖНИМ ДО ЗМІН У СИТУАЦІЇ. ПІСЛЯ ПЕРШОГО РАННЬОГО ПОПЕРЕДЖЕННЯ РИЗИКИ МОЖУТЬ ЗБІЛЬШИТИСЯ.

ЯКЩО ВАМ ПОТРІБНО ЕВАКУЮВАТИСЯ...

УВАЖНО ТА БЕЗ ЗВОЛІКАНЬ **ДОТРИМУЙТЕСЯ ІНСТРУКЦІЙ З ЕВАКУАЦІЇ.**



ЗАЛИШАЙТЕСЯ ПОРЯД З ІНШИМИ ЛЮДЬМИ. ЗАЛИШАЙТЕСЯ З ТИМИ ОСОБАМИ, ЯКИХ ВИ ЗНАЄТЕ ТА ЯКИМ ДОВІРЯЄТЕ.

БУДЬТЕ ОБЕРЕЖНИМИ З НЕЗНАЙОМЦЯМИ.

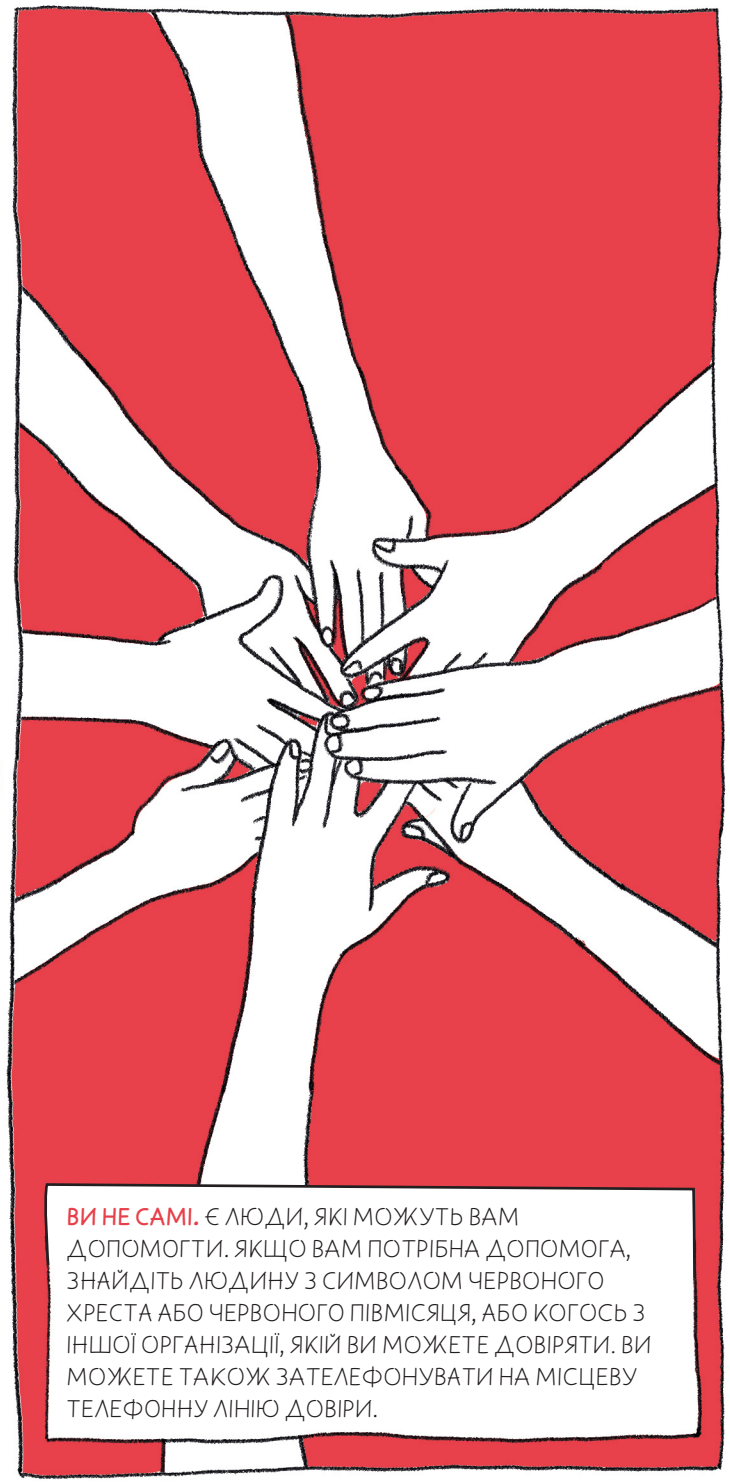
ЗАВЖДИ ТРИМАЙТЕ ПРИ СОБІ ВАЖЛИВІ ДОКУМЕНТИ, ТАКІ ЯК ПОСВІДЧЕННЯ ОСОБИ ТА КАРТКА ЩЕПЛЕНЬ, А ТАКОЖ ЗБЕРІГАЙТЕ ЇХ У СУХОМУ ТА НАДІЙНОМУ МІСЦІ.

У СПЕКОТНУ ПОГОДУ...

БУДЬТЕ ГОТОВІ ДО СПЕКОТНОЇ ПОГОДИ. ЗАЗДАЛЕГІДЬ ПІДГОТУЙТЕ ТРИВОЖНУ ВАЛІЗУ: ПОКЛАДІТЬ У НЕЇ БУТИЛЬОВАНУ ВОДУ, ОДЯГ, ЯКИЙ ЗАБЕЗПЕЧУЄ ЗАХИСТ ВІД СПЕКИ, ПРЕДМЕТИ ГІГІЄНИ, РЕГІДРАТАЦІЙНУ СІЛЬ, ГОЛОВНИЙ УБІР, СОНЦЕЗАХИСНИЙ КРЕМ І СОНЦЕЗАХИСНІ ОКУЛЯРИ.

ПІД ЧАС ПОВЕНІ...

БУДЬТЕ ГОТОВІ ДО ПОВЕНІ. ТРИМАЙТЕ ПРИ СОБІ ПЛЯШКИ З ВОДОЮ, СУХИЙ ОДЯГ І ВЗУТТЯ, А ТАКОЖ ЗАСОБИ ГІГІЄНИ.



ВИ НЕ САМІ. Є ЛЮДИ, ЯКІ МОЖУТЬ ВАМ ДОПОМОГТИ. ЯКЩО ВАМ ПОТРІБНА ДОПОМОГА, ЗНАЙДІТЬ ЛЮДИНУ З СИМВОЛОМ ЧЕРВОНОГО ХРЕСТА АБО ЧЕРВОНОГО ПІВМІСЯЦЯ, АБО КОГОСЬ З ІНШОЇ ОРГАНІЗАЦІЇ, ЯКІЙ ВИ МОЖЕТЕ ДОВІРЯТИ. ВИ МОЖЕТЕ ТАКОЖ ЗАТЕЛЕФОНУВАТИ НА МІСЦЕВУ ТЕЛЕФОННУ ЛІНІЮ ДОВІРИ.