

## Что делать, если с тобой случилась беда?

- ❗ Если ты увидел подозрительный предмет в транспорте, сквере, парке или в другом месте, звони: **102, 112.**
- ❗ Если у тебя украли телефон или другие личные вещи, звони: **102.**
- ❗ Если ты стал жертвой интернет-мошенников или подвергаешься оскорблениям и преследованию с целью нанесения психологического вреда, которые осуществляются через электронную почту, сервисы мгновенных сообщений, в чатах, социальных сетях, на web-сайтах, а также посредством мобильной связи, звони **ежедневно с 8.00 до 20.00: 8-801-201-55-55.**

*Бесплатно по всей территории Беларуси с любого мобильного оператора и стационарного телефона.*

- ❗ Если у тебя возникли вопросы или сомнения по поводу выезда за границу, либо ты оказался в ситуации эксплуатации, звони: **113 – горячая линия по вопросам безопасного выезда за рубеж.**

*Звонить ежедневно с 8.00 до 20.00.*

**8 (017) 218-52-64 – горячая линия** (в том числе по вопросам трудоустройства) Департамента по гражданству и миграции МВД Республики Беларусь.

*Звонить в рабочие дни с 9.00 до 18.00.*

## Что делать, если с тобой случилась беда?

- ❗ Если тебе предложили попробовать наркотик (покурить спайс), или ты знаешь распространителей этих смертельно опасных веществ, звони: **102** или обращайся на адрес электронной почты: **uvd@brest.by**

*За незаконный сбыт наркотиков ответственность наступает с 14 лет.*

- ❗ Если тебе кажется, что тебя предали, или ты испытываешь одиночество, проблемы с общением, звони: **170** или **8 (0162) 51-10-13.**  
**8-801-100-16-11 – детская телефонная линия.**

*Бесплатно. Анонимно. Круглосуточно.*

**8 (0162) 32-11-55 – психологическая помощь.**

*Звонить в рабочие дни с 8.00 до 13.00, с 14.00 до 17.00.*

- ❗ Если ты подвергаешься физическому или сексуальному насилию (дома, на улице, в другом месте) и нуждаешься в оказании психологической помощи, звони: **8 (0162) 51-10-13,**  
**8-801-100-16-11, 8-801-201-55-55.**

*Бесплатно.  
Анонимно.*

Государственное учреждение  
«Брестский областной центр гигиены, эпидемиологии и общественного здоровья»  
Управление внутренних дел Брестского облисполкома

*Брест, 2023 г.*

# Билет в безопасную жизнь





## С ОГНЕМ ЕСЛИ В ДОМЕ ПОЖАР, ЗВОНИ: 101, 102, 104

- Четко сообщи, что горит и где, свою фамилию и номер телефона.
- Из задымленного помещения выбирайся, пригнувшись или ползком, прикрывая рот и нос влажной тканью.
- Прежде чем открыть дверь, потрогай ручку, если она горячая – выходить нельзя (с другой стороны огонь!).
- Во время пожара не пользуйся лифтом.
- Если не можешь выйти из дома, закрой окна, заложи зазоры под дверями влажной тканью, если возможно, выйди на балкон.
- Ни в коем случае не туши водой включенные в розетку загоревшиеся электроприборы.
- Не туши горящее в сковороде масло водой – накрой его крышкой.



## НА ДОРОГЕ

- Не выходи из-за стоящего транспорта – автомобиль не может остановиться мгновенно.
- Пристегнись ремнем безопасности (**до 12 лет** ребенок должен находиться в удерживающем устройстве).
- Обозначь себя фликером, чтоб стать заметней в темноте.
- Переходя по нерегулируемому пешеходному переходу, посмотри сначала налево, потом направо – убедись, что водитель тебя пропускает.
- Не пользуйся наушниками во время движения по улице – это опасно для жизни.
- Знай, что движение на велосипеде должно осуществляться по велосипедной дорожке, а при ее отсутствии ты можешь двигаться по обочине, тротуару или пешеходной дорожке, не создавая препятствия для безопасности движения пешеходов.

# ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ



## НА ВОДЕ

- Купайся и плавай только в специально отведенных для этого местах, для большей безопасности – в присутствии взрослых.
- Не заходи на глубокое место, если не умеешь плавать или плаваешь плохо.
- Не ныряй в незнакомых местах.
- Не заплывай за буйки и не выплывай на судовой ход.
- Не устраивай в воде игр, связанных с захватами и «потоплениями».
- Не плавай на надувных матрасах, камерах, досках и самодельных плотках, если плохо плаваешь или вовсе не умеешь плавать.
- Попал в водоворот – набери воздух, нырни и резко вынырни в сторону.
- Если решил покататься на лодке, освой сначала основные правила безопасности.



## В ИНТЕРНЕТЕ

- Не используй социальные сети как основной источник общения.
- Не регистрируйся и не оставляй личные данные на сомнительных сайтах.
- Не сообщай малознакомым людям личную информацию (имя, фамилию, телефон, адрес, номер школы), не пересылай свои фотографии, фотографии своей семьи и друзей.
- Не принимай интернет-предложения от малознакомых людей о хранении и передаче различных вещей, так как в них могут находиться запрещенные предметы, включая наркотики и оружие.
- Знай, что встреча с интернет-знакомыми в реальной жизни может привести к трагедии (грабеж, донорство, сексуальное насилие, рабство).
- Не используй специальный браузер для входа в «черный интернет» – это влечет за собой **уголовную ответственность**.