

**Бережіть себе та своїх  
близьких!**



**Навчально-методичний центр  
цивільного захисту та безпеки  
життєдіяльності  
Кіровоградської області**

**ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ  
ДО ГРОЗИ ТА ПІД ЧАС НЕЇ**



м. Кропивницький

**Наша адреса:**

Україна, 25009, Кіровоградська область,  
місто Кропивницький,  
вул. Княгині Ольги, будинок 2  
тел. 0522 330 015  
e-mail: [nmc.kirovohrad@dsns.gov.ua](mailto:nmc.kirovohrad@dsns.gov.ua)  
ми на сайті: [nmc.dsns.gov.ua/kr](http://nmc.dsns.gov.ua/kr)



ми у Facebook:



**Гроза** — це природне явище, яке супроводжується зливою, громом та блискавкою. Найнебезпечніше під час грози — це блискавки.

Аби убезпечити себе, необхідно запам'ятати правила поведінки до грози та під час неї. Нагадуємо їх.

### **ЯК УНИКНУТИ НЕБЕЗПЕКИ ПЕРЕД ГРОЗОЮ?**

Найкращий спосіб уберегтися від ураження блискавкою — це уникати небезпечних ситуацій.

1. Стежте за прогнозом погоди, особливо перед подорожами чи активним відпочинком на природі.

2. Використовуйте мобільні додатки з попередженням про погоду. Багато додатків можуть попередити вас про наближення грози або бурі.

3. Якщо є ризик грози, краще перенести свої плани або підготуватися заздалегідь.

4. Дотримуйтеся правил поведінки у місцях з підвищеним ризиком, таких як гори або рівнини. Там блискавки бувають особливо небезпечними.

5. Заздалегідь плануйте укриття. Якщо ви знаєте, що будете в місцевості без споруд, переконайтеся, що у вас є план на випадок негоди.

### **ЯКЩО ВИ ЗНАХОДИТЕСЬ ПІД ЧАС ГРОЗИ НА ВІДКРИТІЙ МІСЦЕВОСТІ:**

1. Уникайте металевих парканів, стін, біля яких ростуть дерева, вуличних ліхтарів, металевих веж, опор електропередач.

2. Не ховайтесь під високі дерева, особливо поодинокі. Вони притягують блискавки. Крім того, є небезпека падіння важких гілок, які можуть зламатись під

натиском вітру. Найменш вірогідна атака блискавки на кущі, невисокі зарослі.

3. Уникайте різних підвищень та виступів.

4. На відкритому просторі краще присісти у яму чи траншею. Знайдіть заглиблення в землі. Бажано, щоб місце було сухим, адже волога земля сильніше проводить електрику. Не лягайте, краще присісти, злегка нагнувши голову, щоб мати якомога менше площі прилягання до землі.

5. Не ховайтесь у невеликих спорудах, хатинах, наметах.

6. Не можна бігти.

7. Якщо вас двоє, троє чи більше, — не скупчуйтеся в укритті разом, а ховайтесь поодиноці, бо розряд, як відомо, перебігає через контакт людських тіл.

8. Перебуваючи у сховищі, ноги тримайте вкупі, а не розкидано, тим самим звузивши площу можливого ураження розрядом.

9. Слід негайно позбавитись усіх металевих предметів, які є на вас чи при вас: лопати, сокири, ножі, браслети — покладіть у захищеному місці подалі від себе. Не користуйтеся парасолею.

10. Не можна купатись під час грози. Але якщо гроза застала під час купання, то слід до берега добиратися повільно, спокійно, не вимахуючи руками.

11. Якщо ви на човні і бачите, що наближається негода, намагайтесь якнайшвидше дістатись до берега. У розпал грози не вимахуйте веслами, складіть їх та пригніться.

12. Негайно припиніть прогулянку на велосипеді або верхи на коні — велосипед

поставте подалі від себе, а коня прив'яжіть, бажано не до високого дерева і не до металевого стовпа чи паркану.

13. Утримайтеся дзвонити по телефону, при великій потребі робіть це швидко одразу ж після чергового грозового розряду.

14. Якщо ви знаходитесь на відкритому місці і раптом відчуваєте, що волосся стає дибки, по шкірі легке поколювання або чуєте дивний звук вібрації, що відходить від предметів, це означає, блискавка ось-ось вдарить! Такі відчуття виникають за 3-4 секунди до удару блискавки. Негайно нагніться вперед, поклавши руки на коліна (не на землю!). Ноги повинні бути разом, п'яти притиснуті одна до одної (інакше розряд пройде через тіло).

### **ЯКЩО ГРОЗА ЗАСТАЛА ВАС У ДОРОЗІ**

Можна сховатись у автомобілі. Автомобіль ні в якому разі не можна паркувати під деревами або високими конструкціями.

Потрібно зачинити вікна авто, бажано опустити/зняти антену, зупинитися і перечекати негоду.

При перебуванні в автомобілі не торкайтесь його металевих частин.

### **ЯКЩО ВИ ПЕРЕБУВАЄТЕ У ПРИМІЩЕННІ:**

1. Негайно зачиніть всі кватирки, вікна, двері, щоб не було протягів.

2. Вимкніть електроприлади з розетки. Всі електричні прилади є своєрідними приймачами для блискавок.

3. Перебувайте подалі від вікон, електроприладів, будь-яких металевих предметів.

4. Не користуйтеся водогоном.