

1. Здоров'я – це стан повного фізичного, психологічного і соціального благополуччя.
2. Благополуччя – це задоволення від цікавого і насиченого подіями життя.
3. Довкілля, яке тебе оточує має дві складові: природне і соціальне середовище.
4. Коли на вулиці спекотно, потрібно носити зручний синтетичний одяг, вживати більше м'ясних і солодких страв і газованих напоїв.
5. Акліматизація – пристосування організму до змін навколишнього середовища.
6. Небезпеки природного середовища, які властиві твоїй місцевості – це торнадо, тайфуни, цунамі.
7. Курити, вживати алкогольні напої - це невиправдані ризики.
8. Якщо почався обстріл, одразу треба лягти на землю.
9. Під завалами, якщо є можливість, потрібно скористатися телефоном і стукати по трубах чи батареях.
10. Під час повітряної тривоги потрібно швидко спуститися на ліфті на поверх нижче.
11. Щоб психологічно підтримати людину у стані страху чи тривоги потрібно взяти її за руку, заговорити з нею, перебувати поруч.
12. Якщо ти знайшов/знайшла вибухонебезпечний предмет, потрібно підійти, роздивитись, що це таке, а тоді подзвонити 101 і повідомити про те, що знайшли.