



Kaip elgtis ekstremalioje situacijoje?



01 Aktualumas

Karo Ukrainoje kontekste galime išgyventi nerimą ir ekstremalios padėties nežinomybės jausmą. Tad kviečiame iš anksto pasiruošti kritinėms situacijoms ir atmintinę visada turėti po ranka.

- Ką jau šiandien turite būti aptarę su šeima?
- Kokius maisto produktus ir daiktus vertinga turėti pabėgimo krepšyje evakuacijos ar izoliacijos atveju?
- Kaip elgtis išgirdus įspėjamuosius signalus? Ar būtina palikti gyvenvietę?

Kartu pakeiskime nerimą į žinojimą!

02 Nauda



Šiame e. mokyme sužinoma, kaip jau šiandien galima pasiruošti bei padėti pasiruošti savo artimiesiems nenumatytiems atvejams.



Sužinoma, kaip nusiraminti ir susipažįstama su naudingais papildomais šaltiniais.



Išmokstama kontroliuoti savo veiksmus kritinėse situacijose.



Atmintinę galima atsisiųsti PDF formatu ir visada turėti po ranka.

03 Mokymų formatas

Interaktyvūs puslapiai

Tai vertikalios formos mokymas, kurio turinio naršymas primena WEB puslapį. Mokymo turinys yra suskaidytas į temas ir potemes, nuolat matomas meniu juostoje. Todėl galima ne tik nuosekliai atlikti mokymą, bet greitai rasti aktualią informaciją ir naudotis mokymu kaip žinyne.

Didžioji mokymo turinio dalis pateikiama tekstu su asociatyviomis iliustracijomis, nuotraukomis, ikonomis, animacijomis ir paprastomis interaktyviomis užduotimis. Šiame formate tekstas nėra įgarsinamas, bet gali būti įterpiami įgarsinti video ar animaciniai klipai.

Žinių patikrinimo užduotis ir galutinį testą galima integruoti į patį e. mokymą.

Kaip elgtis ekstremalioje situacijoje?

0% ĮVYKDYTA

▼ KAIP PASIRUOŠTI?

☰ Šeimos planas

☰ Nuotraukos ir dokumentai

☰ Maisto ir vandens atsargos

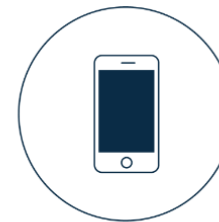
☰ Būtinausių daiktų krepšys

☰ Kaip aktyvinti perspėjimo funkciją telefone?

Visi drauge pagalvokite ir susirašykite:

Versk korteles ir sužinok.

Kur galima būtų slėptis
pavojaus atveju?



04 Turinys



1. Kaip pasiruošti?

Šeimos planas

Nuotraukos ir dokumentai

Maisto ir vandens atsargos

Būtinausių daiktų krepšys

Kaip aktyvinti perspėjimo funkciją telefone?

2. Signalai

Ką daryti išgirdus įspėjamuosius garsinius signalus?

3. Pavojus gyvenvietėje

Kaip reikėtų elgtis, jeigu tavo gyvenvietė būtų užpulta?

4. Evakuacija

Jeigu reikėtų evakuotis?

5. Emocijų valdymas

Kaip nusiraminti?

Pabaigai

05 Papildoma informacija



Trukmė: 10 minučių.



Mokymo temos: 5 temos.



Įsitraukimas: didžioji mokymo turinio dalis pateikiama tekstu su asociatyviomis iliustracijomis, nuotraukomis, ikonomis, animacijomis ir paprastomis interaktyviomis užduotimis. Mokymo turinys suskaidytas į temas ir potemes, nuolat matomas meniu juostoje todėl galima ne tik nuosekliai atlikti mokymą, bet greitai rasti aktualią informaciją ir naudotis mokymu kaip žinynu.



Priemonės: Mokymą rekomenduojama žiūrėti naudojantis kompiuteriu / telefonu / planšetiniu kompiuteriu.



Baigiamasis testas: nėra.



Sertifikatas: yra.