

ПАМЯТКА

НАСЕЛЕНИЮ ПО ДЕЙСТВИЯМ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

ОБЯЗАННОСТИ ГРАЖДАН по выполнению мероприятий гражданской обороны, предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

ГРАЖДАНЕ ОБЯЗАНЫ:

1. Активно содействовать выполнению всех мероприятий в области ГОЧС, проводимых руководством, комиссией по предупреждению и ликвидации ЧС и ПБ, управлением (отделом) по делам ГОЧС города, района, организации.

2. Выполнять меры безопасности в быту и повседневной трудовой деятельности, не допускать нарушений производственной, технологической и учебной дисциплины, требований экологической безопасности, которые могут привести к экстремальным ситуациям.

3. Изучать и знать основные способы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций (ЧС), приемы оказания первой медицинской помощи пострадавшим, правила пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты.

Постоянно пополнять и совершенствовать свои знания и практические навыки по вопросам ГОЧС для действий в любых условиях обстановки.

4. Знать сигналы оповещения и порядок действий по ним.

5. Оказывать помощь и содействие в проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ (АСДНР).

6. При угрозе (совершении) террористического акта, пожаре, авариях на соседних предприятиях, имеющих аварийно химически опасные вещества (АХОВ), других стихийных бедствиях – **соблюдать мужество, выдержку, не поддаваться панике.**

О случившемся НЕМЕДЛЕННО сообщить оперативному дежурному Главного управления по делам ГОЧС Томской области по телефону 51-10-11 или по телефону 01.

**В соответствии со статьей 19 Федерального закона
«О гражданской обороне» от 12.02.98 г. № 28-ФЗ
неисполнение должностными лицами и гражданами
РФ обязанностей в области ГО влечет
ответственность в
соответствии с законодательством РФ.**

1. ДЕЙСТВИЯ В УСЛОВИЯХ ВОЗМОЖНОГО ХИМИЧЕСКОГО ЗАРАЖЕНИЯ

Населению необходимо знать:

- √ какой химически опасный объект расположен в районе вашего проживания или предприятия;
- √ какие опасные химические вещества он использует;
- √ какие способы защиты от них наиболее эффективны.

ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ

При аварии на химически опасном объекте могут действовать несколько поражающих факторов – пожары, взрывы, химическое заражение местности и воздуха и др., а за пределами объекта – зараженная окружающая среда.

Наиболее часто на территории России происходит заражение хлором, аммиаком и их производными соединениями.

МЕРЫ ЗАЩИТЫ

Оповещение населения местными органами управления ГОЧС о химической аварии осуществляется сиренами, прерывистыми гудками предприятий и транспортных средств. Это означает сигнал «*Внимание всем!*».

Услышав его, немедленно включите громкоговоритель, радио- или телеприемник и слушайте передаваемые сообщения.

При опасности отравления необходимо быстро выйти из района заражения в направлении, перпендикулярном движению зараженного облака; подняться на верхние этажи зданий (при заражении хлором); загерметизировать помещения; использовать противогазы всех типов, при их отсутствии – ватно-марлевые повязки, смоченные водой или лучше 2-5 %-м раствором питьевой соды (от хлора), уксусной или лимонной кислоты (от аммиака).

Если отсутствуют средства индивидуальной защиты и выйти из района аварии невозможно, останьтесь в помещении, включите радиоточку, ждите сообщений органов управления ГОЧС. Плотнo закройте окна и двери, дымоходы, вентиляционные отдушины (люки). Входные двери зашторьте, используя одеяла и любые плотные ткани. Заклейте щели в окнах и стыки рам пленкой, лейкопластырем или обычной бумагой.

ПОМНИТЕ:

- Надежная герметизация помещения значительно уменьшает возможность проникновения опасных химических веществ в помещение.
- Покидая квартиру (помещение), выключите источники электроэнергии, возьмите с собой личные документы, необходимые вещи, наденьте противогаз или ватно-марлевую повязку, накидку или плащ, резиновые сапоги.
- После выхода из зараженного района обязательны санитарная обработка людей и дегазация (обеззараживание) средств индивидуальной защиты и одежды.
- При подозрении на поражение опасными химическими веществами исключите любые физические нагрузки, примите обильное теплое питье (чай, молоко и т.д.) и обратитесь к медицинскому работнику.

ОСНОВНЫЕ АВАРИЙНО ХИМИЧЕСКИ ОПАСНЫЕ ВЕЩЕСТВА И МЕРЫ ЗАЩИТЫ

Аммиак

Основные характеристики

Бесцветный газ с резким запахом, легче воздуха, хорошо растворим в воде (700 объемов газа в 1 л воды). Температура кипения = -33°C (сжижается). Горюч, горит при наличии постоянного источника огня. Пары образуют с воздухом взрывоопасные смеси. Смесь от 14,5

до 26,8% аммиака в воздухе взрывоопасна. Емкости могут взрываться при нагревании. В порожних емкостях образуются взрывоопасные смеси. При выходе в атмосферу дымит. Транспортируется в сжиженном состоянии.

Поражает органы дыхания человека ингаляционным путем. Непереносимая концентрация – 0,1 мг/л, смертельная концентрация – 7 мг/л при экспозиции 30 мин.

Первые признаки отравления: учащение сердцебиения, нарушение частоты пульса, резь в глазах, слезотечение, насморк, кашель, затрудненное дыхание. При попадании на кожу вызывает обморожение, зуд, жжение и покраснение.

Средства защиты: фильтрующий противогаз (при концентрации 0,02 мг/л в течение 1 ч), изолирующий противогаз, респиратор РПГ-67КД; средства защиты кожи – ОЗК, КЗП.

Необходимые действия

Удалить посторонних, держаться с наветренной стороны. В зону аварии входить только в защитном костюме и противогазе.

Оповестить об опасности местные органы гражданской обороны.

Соблюдать меры пожарной безопасности. Эвакуировать людей из зоны, подвергшейся опасности заражения ядовитым газом. Зона эвакуации 5 км.

При пожаре изолировать опасную зону. Если это не представляет опасности, дать возможность догореть. Не приближаться к горящим емкостям. Охлаждать емкости водой с максимального расстояния.

Тушить мелко распыленной водой, механической пеной с максимального расстояния.

При интенсивной утечке дать газу испариться. Для осаждения газа использовать мелко распыленную воду, для нейтрализации – 1-20 %-е растворы серной, азотной, соляной кислот, а также воду. Норма расхода – 6-20 л на 1 л аммиака.

Для оказания первой помощи вынести пораженного на свежий воздух, дать увлажненный кислород, обеспечить покой, тепло. Кожу и слизистые промыть водой (2 %-м раствором борной кислоты). В глаза закапать альбucid. На кожу – примочки 2 %-м раствором уксусной кислоты, а затем дерматологовую или фурациловую мазь. Пораженного госпитализировать!

Хлор

Основные свойства

При нормальных условиях – газ желто-зеленого цвета с резким раздражающим специфическим запахом. При обычном давлении затвердевает при 101° С и сжижается при 34° С. Тяжелее воздуха примерно в 2,5 раза, поэтому скапливается в низинах, подвалах, тоннелях и колодцах. Не горюч, горит при наличии постоянного источника огня. Емкости могут взрываться при нагревании. При выходе в атмосферу дымит. Заражает водоемы.

Поражает органы дыхания человека ингаляционным путем. Непереносимая концентрация – 0,01 мг/л, смертельная – 0,1 мг/л при экспозиции 1 час. Раздражает кожу и слизистые оболочки.

Первые признаки отравления: резкая загрудинная боль, нарушение координации движений, одышка, резь в глазах, слезотечение, сухой кашель, рвота. Соприкосновение с хлором вызывает ожоги слизистой оболочки дыхательных путей, кожи, глаз.

Средства защиты: фильтрующий противогаз (при концентрации 0,001 мг/л в течение 30 мин); изолирующий противогаз; средства защиты кожи – ОЗК, КЗП.

Необходимые действия

Удалить посторонних, держаться с наветренной стороны. В зону аварии входить только в защитном костюме и противогазе. Оповестить об опасности местные органы гражданской обороны. Избегать низких мест. Эвакуировать людей из зоны, подвергшейся опасности заражения ядовитым газом. Зона эвакуации 10 км.

При пожаре надеть полный комплект защитной одежды. Не приближаться к горящим емкостям. Охлаждать емкости водой с максимального расстояния. Тушить всеми подручными средствами.

При интенсивной утечке для осаждения газа использовать распыленную воду. Для

нейтрализации использовать воду, известковое молоко, растворы соды или каустика (60-80 % и более). Расход – 2 л на 1 кг хлора. Нельзя использовать водные растворы аммиака.

Меры первой помощи: вынести пораженного на свежий воздух, дать увлажненный кислород. При необходимости сделать искусственное дыхание. Кожу, слизистые оболочки промыть 2 %-м содовым раствором.

2. ДЕЙСТВИЯ В УСЛОВИЯХ ВОЗМОЖНОГО БИОЛОГИЧЕСКОГО (БАКТЕРИАЛЬНОГО) ЗАРАЖЕНИЯ

В результате применения биологического оружия возможны массовые заболевания особо опасными инфекционными болезнями людей (чума, холера, натуральная оспа, сибирская язва, птичий грипп) и животных (чума крупного рогатого скота, ящур, сап, сибирская язва, птичий грипп и др.), а также поражение сельскохозяйственных культур на больших площадях. В целях предупреждения распространения биологического заражения и ликвидации возникшего очага поражения проводится комплекс изоляционно-ограничительных мероприятий.

ВОЗБУДИТЕЛИ ИНФЕКЦИЙ

Возбудителями инфекционных заболеваний являются болезнетворные микроорганизмы (бактерии, риккетсии, вирусы, грибки) и вырабатываемые некоторыми из них яды (токсины). Они могут попасть в организм человека при работе с зараженными животными, загрязненными предметами – через раны и трещины на руках, при употреблении в пищу зараженных продуктов питания и воды, недостаточно обработанных термически, воздушно-капельным путем при вдыхании.

МЕРЫ ЗАЩИТЫ

От биологического оружия защищают убежища и противорадиационные укрытия, оборудованные фильтровентиляционными установками, средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, а также специальные средства противэпидемической защиты: предохранительные прививки, сыворотки, антибиотики.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ

Нельзя без специального разрешения покидать место жительства.

Без крайней необходимости не выходите из дома, избегайте мест большого скопления людей.

Дважды в сутки измеряйте температуру себе и членам семьи. Если она повысилась и вы плохо себя чувствуете, изолируйтесь от окружающих в отдельной комнате или отгородитесь ширмой. Срочно сообщите о заболевании в медицинское учреждение.

Если вы не можете сами установить характер болезни, действуйте так, как следует действовать при инфекционных заболеваниях.

Обязательно проводите ежедневную влажную уборку помещения с использованием дезинфицирующих растворов.

Мусор сжигайте. Уничтожайте грызунов и насекомых – возможных переносчиков заболеваний!

Строго соблюдайте правила личной и общественной гигиены. Тщательно мойте руки с мылом, особенно перед приемом пищи.

Воду используйте из проверенных источников и пейте только кипяченую.

Сырые овощи и фрукты после мытья обдавайте кипятком.

При общении с больным надевайте халат, косынку и ватно-марлевую повязку.

Выделите больному отдельную постель, полотенце и посуду. Регулярно их стирайте и мойте.

При госпитализации больного проведите в квартире дезинфекцию; постельное белье и посуду прокипятите в течение 15 мин в 2%-м растворе соды или замочите на 2 ч в 2%-м растворе дезинфицирующего средства. Затем посуду обмойте горячей водой, белье прогладьте, комнату проветрите.

3. ПРИ ОБЪЯВЛЕНИИ ВОЗДУШНОЙ ТРЕВОГИ

Вариант сообщения при возникновении воздушной тревоги: *«Внимание! Внимание! Говорит Главное управление по делам ГОЧС Томской области. Граждане! Воздушная тревога! Воздушная тревога!»*

Отключите свет, газ, воду, погасите огонь в печах. Возьмите средства индивидуальной защиты, документы, запас продуктов и воды. Предупредите соседей, при необходимости окажите помощь больным и престарелым. Как можно скорее дойдите до защитного сооружения или укройтесь на местности. Соблюдайте спокойствие и порядок. Будьте внимательны к сообщениям Главного управления по делам ГОЧС Томской области и информации территориальных отделов защиты населения!».

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ

Отключить свет, газ, воду, погасить огонь в печах. Взять средства индивидуальной защиты (ватно-марлевые повязки, респираторы, противогазы), документы, запас продуктов питания и воды (на 3 дня). Предупредить соседей. Оказать помощь больным и престарелым, выйти на улицу и укрыться в защитных сооружениях (для неработающего населения – в подвалах жилых зданий) или в складках местности.

Вариант сообщения при отбое воздушной тревоги: *«Внимание! Внимание! Говорит Главное управление по делам ГОЧС Томской области. Граждане! Угроза нападения с воздуха миновала. Отбой воздушной тревоги! Всем возвратиться к местам работы или проживания. Окажите помощь больным и престарелым.»*

Находящимся в защитных сооружениях не выходить из них без разрешения постов гражданской обороны (работников милиции). Будьте готовы к возможному повторному воздушному нападению противника. Всегда имейте при себе средства индивидуальной защиты. Будьте внимательны к сообщениям Главного управления по делам ГОЧС Томской области.»

По указанию Главного управления по делам ГОЧС Томской области или представителей служб по поддержанию общественного порядка (работников милиции) выйти из укрытия и возвратиться к местам работы или проживания. Оказать помощь больным и престарелым. Средства индивидуальной защиты снимать по особому распоряжению. В дальнейшем действовать по указаниям Главного управления по делам ГОЧС Томской области.

4. ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

Землетрясение – это подземные толчки и колебания земной поверхности, возникающие в результате внезапных смещений и разрывов в земной коре или верхней мантии и передающиеся на большие расстояния в виде упругих колебаний. Точку в земной коре, из которой расходятся сейсмические волны, называют *гипоцентром* землетрясения. Место на земной поверхности над гипоцентром землетрясения по кратчайшему расстоянию называют *эпицентром*.

Интенсивность землетрясения оценивается по 12-балльной сейсмической шкале, для энергетической классификации землетрясений пользуются магнитудой.

Условно землетрясения подразделяются на слабые (1-4 балла), сильные (5-7 баллов) и разрушительные (8 и более баллов).

При землетрясениях лопаются и вылетают стекла, с полок падают лежащие предметы, шатаются шкафы, качаются люстры, с потолка осыпается побелка, а в стенах и потолках появляются трещины.

Все это сопровождается оглушительным шумом разрушения зданий и сооружений.

Всего десяток сильных сотрясений разрушает все здание. В среднем землетрясение длится 5-20 с.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЮ

Заранее продумайте план действий во время землетрясения при нахождении дома, на работе, в кино, театре, в транспорте и на улице. Разъясните членам своей семьи, что они

должны делать во время землетрясения и обучите их правилам оказания первой медицинской помощи.

Держите в удобном месте документы, деньги, карманный фонарик. Уберите кровати от окон и наружных стен. Закрепите шкафы, полки и стеллажи в квартирах. Не следует ставить тяжелые предметы на верхние полки и антресоли. Опасные вещества (ядохимикаты, легковоспламеняющиеся жидкости) храните в надежном, хорошо изолированном месте.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

Ощувив колебания здания, увидев качание светильников, падение предметов, услышав нарастающий гул и звон бьющегося стекла, не поддавайтесь панике (от момента, когда вы почувствовали первые толчки, до опасных для здания колебаний у вас есть 15-20 с).

Быстро выйдите из здания. Покидая помещение, спускайтесь по лестнице, а не на лифте. Оказавшись на улице, оставайтесь там, но не стойте вблизи зданий, а перейдите на открытое пространство.

Если вы вынуждено остались в помещении, то встаньте в безопасном месте: у внутренней стены, в углу, во внутреннем стенном (дверном) проеме или у несущей стены. Держитесь подальше от окон и тяжелой мебели. Если с вами дети – укройте их собой.

Держитесь в стороне от нависающих балконов, карнизов, парапетов, опасайтесь оборванных проводов.

Если вы находитесь в автомобиле, оставайтесь на открытом месте, но не покидайте автомобиль, пока толчки не прекратятся. Будьте в готовности к оказанию помощи при спасении других людей.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПОСЛЕ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

Окажите первую помощь нуждающимся. Освободите попавших в легкоустраиваемые завалы. Будьте осторожны! Обеспечьте безопасность детей, больных, стариков. Успокойте их. Включите радиотрансляцию (при отсутствии электричества – радио, это единственный способ оповещения населения в помещениях). Подчиняйтесь указаниям местных властей, штаба по ликвидации последствий стихийного бедствия.

Проверьте, нет ли повреждений электропроводки. Устраните неисправность или отключите электричество в квартире. Помните, что при сильном землетрясении электричество в городе отключается автоматически. Спускаясь по лестнице, будьте осторожны, убедитесь в ее прочности. Не подходите к явно поврежденным зданиям, не входите в них.

Будьте готовы к сильным повторным толчкам, так как наиболее опасны первые 2-3 ч после землетрясения. Не входите в здания без крайней нужды. Не выдумывайте и не передавайте никаких слухов о возможных повторных толчках. Пользуйтесь официальными сведениями.

Если вы оказались в завале, оцените обстановку. Постарайтесь установить связь с людьми, находящимися вне завала (голосом, стуком). Экономьте силы. Человек может обходиться без пищи более полумесяца.

5. НАВОДНЕНИЯ

ПРИ МЕДЛЕННОМ ПОДЪЕМЕ ВОДЫ

Что делать при угрозе наводнения в предполагаемой зоне затопления

1. Работу предприятий, организаций, школ и дошкольных учреждений прекратить.
2. Детей отправить по домам или перевести в безопасное место.
3. Домашних животных и скот перегнать на возвышенные места.

Что делать, если ваш дом попал в объявленный район затопления

1. Отключить воду и электричество, погасить огонь в печах.
2. Перенести продовольствие, ценные вещи, одежду, обувь на верхние этажи зданий, на

чердаки, а по мере подъема воды – и на крыши.

3. Постарайтесь собрать все, что может пригодиться: плавсредства, спасательные круги, веревки, лестницы, сигнальные средства.

Если вы получили сигнал предупреждения об эвакуации из зоны затопления:

1. Соберите трехдневный запас питания (возьмите энергетически ценные продукты питания: шоколад, молоко, консервы, галеты, сухари, воду и т.п.).
2. Подготовьте теплую практичную одежду.
3. Подготовьте аптечку первой помощи и лекарства, которыми вы обычно пользуетесь.
4. Заверните в непромокаемый пакет паспорт и другие документы.
5. Возьмите с собой туалетные принадлежности и постельное белье.
6. При наличии времени закройте окна и двери.
7. Возле входа в погреб соорудите земляной вал, препятствующий проникновению воды.
8. При необходимости для эвакуации людей и сельскохозяйственных животных используйте автотранспорт и плавсредства, подручные средства (столы, плоты, шины, спасательные пояса и др.).

ПРИ РЕЗКОМ ПОДЪЕМЕ УРОВНЯ ВОДЫ

Что делать, если начался резкий подъем воды

1. Как можно быстрее занять ближайшее безопасное возвышенное место (верхние этажи здания, крыша здания) и быть готовым к организованной эвакуации по воде с помощью различных плавсредств или пешим порядком по бродам.
2. Не следует поддаваться панике. Не терять самообладание и принять меры, позволяющие спасателям своевременно обнаружить наличие людей, отрезанных водой и нуждающихся в помощи.
3. Применять для самозащиты по воде различные плавсредства (лодки, катера, плоты из бревен и других плавучих материалов, бочки, щиты, двери, обломки деревянных заборов, столбы, автомобильные камеры, пенопласт и др.).
4. Прыгать в воду с подручными средствами спасения можно лишь в самом крайнем случае, когда есть надежда спастись самостоятельно.
5. Оказавшись во время наводнения в поле, лесу, нужно занять наиболее возвышенное место или забраться на дерево.

Что делать, если вы обнаружили пострадавших при наводнении

1. Заметив пострадавших на крышах зданий, возвышенных местах, деревьях, необходимо срочно сообщить органам местного самоуправления или в милицию об этом.
2. При наличии плавсредств принять меры к спасению пострадавших при наводнении.
3. При отсутствии плавсредств необходимо соорудить простейшие плавучие средства из подручных материалов (бревен, досок, автомобильных камер, бочек, бидонов и т.п.) и принять меры к спасению пострадавших.

Смерть от холода – это одна из главных причин, по которой происходит уход из жизни людей, попавших в воду.

Потеря тепла телом при непрерывном охлаждении организма до температуры ниже 35 °C приводит к гипотермии, а если этот процесс оказывается необратимым, то он может привести к смерти. Поскольку вода является проводником тепла, в 25 раз большим, чем воздух, потерпевший, погруженный в воду, охлаждается гораздо быстрее.

Наиболее эффективный способ согревания человека, находящегося в гипотермии, – общий обогрев (теплый душ, сауна, общий электрообогрев, теплая сухая одежда, горячее питье), особенно обогрев области груди и спины.

6. ЛЕСНЫЕ ПОЖАРЫ

ПОЖАРЫ В ЛЕСАХ И НА ТОРФЯНИКАХ

Массовые пожары в лесу и на торфянике могут возникнуть в жаркую и засушливую

погоду от ударов молнии, неосторожного обращения с огнем, очистки поверхности земли выжигом сухой травы и других причин.

Пожары могут вызвать возгорание зданий в населенных пунктах, деревянных мостов, линий электропередач и связи на деревянных опорах, складов нефтепродуктов и других сгораемых материалов, а также поражение людей и сельскохозяйственных животных.

Наиболее часто в лесных массивах возникают *низовые пожары*, при которых горят кустарниковый покров, валежник, корневища деревьев и т. п.

В засушливый период при ветре могут возникнуть *верховые пожары*, при которых огонь распространяется также и по кронам деревьев, преимущественно хвойных пород.

Скорость распространения низового пожара от 0,1 до 3 м/мин, а верхового – до 100 м/мин по направлению ветра.

При горении торфа и корней растений могут возникать *подземные пожары*, распространяющиеся в разные стороны. Торф может самовозгораться и гореть без доступа воздуха и даже под водой. Над горящими торфяниками возможно образование «столбчатых завихрений» горячей золы и горячей торфяной пыли, которые при сильном ветре могут переноситься на большие расстояния и вызывать новые загорания или ожоги у людей и животных.

ПРЕДУПРЕДИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ

Для защиты населения и снижения ущерба при массовых пожарах заблаговременно проводятся мероприятия по прокладыванию и расчистке просек и грунтовых полос шириной 5-10 м в сплошных лесах и до 50 м в хвойных лесах. В населенных пунктах устраиваются пруды и водоемы, емкость которых принимается из расчета не менее 30 м³ на 1 га площади поселка или населенного пункта.

При пожарах в лесах и на торфяниках в населенных пунктах организуется дежурство противопожарных звеньев для наблюдения пожарной обстановки в лесах, вблизи населенных пунктов; проводится расчистка грунтовых полос между застройкой и примыкающими лесными массивами; заполняются пожарные водоемы из расчета не менее 10 л воды на 1 м длины лесной опушки, примыкающей к границам застройки населенных пунктов и дачных поселков; восстанавливаются колодцы и пруды; изготавливаются ватно-марлевые повязки, респираторы и другие средства защиты органов дыхания; ограничивается режим посещения лесов в засушливый период лета (особенно на автомобилях).

ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ ВБЛИЗИ ОЧАГА ПОЖАРА В ЛЕСУ ИЛИ НА ТОРФЯНИКЕ

Если вы оказались вблизи очага пожара в лесу или на торфянике и у вас нет возможности своими силами справиться с его локализацией, предотвращением распространения и тушением пожара, немедленно предупредите всех находящихся поблизости людей о необходимости выхода из опасной зоны.

Организуйте их выход на дорогу или просеку, широкую поляну, к берегу реки или водоема, в поле. Выходите из опасной зоны быстро, перпендикулярно к направлению движения огня. Если невозможно уйти от пожара, войдите в водоем или накройтесь мокрой одеждой.

Выйдя на открытое пространство или поляну дышите воздухом возле земли – там он менее задымлен, рот и нос при этом прикройте ватно-марлевой повязкой или тряпкой.

После выхода из зоны пожара сообщите о месте, размерах и характере пожара в администрацию населенного пункта, лесничество или противопожарную службу, а также местному населению.

Знайτε сигналы оповещения о приближении зоны пожара к населенному пункту и принимайте участие в организации тушения пожаров.

Пламя небольших низовых пожаров можно сбивать, захлестывая его ветками лиственных пород, заливая водой, забрасывая влажным грунтом, затаптывая ногами. Торфяные пожары тушат перекапыванием горящего торфа с поливкой водой. При тушении пожара действуйте осмотрительно, не уходите далеко от дорог и просек, не теряйте из виду других участников, поддерживайте с ними зрительную и звуковую связь.

При тушении торфяного пожара учитывайте, что в зоне горения могут образоваться глубокие воронки, поэтому передвигаться следует осторожно, предварительно проверив глубину выгоревшего слоя. Тушение таких пожаров производят расчетами по 2-3 человека на дистанции зрительной видимости.

7. СНЕЖНЫЕ ЗАНОСЫ

Снежный занос – это гидрометеорологическое бедствие, связанное с обильным выпадением снега, при скорости ветра свыше 15 м/с и продолжительности снегопада более 12 ч.

Метель – перенос снега ветром в приземном слое воздуха. Различают поземок, низовую и общую метель. При поземке и низовой метели происходит перераспределение ранее выпадавшего снега, при общей метели наряду с перераспределением происходит выпадение снега из облаков. Снежные заносы и метели типичны для многих районов России. Их опасность для населения заключается в заносах дорог, населенных пунктов и отдельных зданий. Высота заносов может быть более 1 м, а в горных районах до 5-6 м. Возможно снижение видимости на дорогах до 20-50 м, а также частичное разрушение легких зданий и крыш, обрыв воздушных линий электропередачи и связи.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К МЕТЕЛЯМ И ЗАНОСАМ

Если вы получили предупреждение о сильной метели, плотно закройте окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия. Стекла окон оклейте бумажными лентами, закройте ставнями или щитами. Подготовьте 2-3-суточный запас воды и пищи, топлива, запасы медикаментов, средств автономного освещения (фонари, керосиновые лампы, свечи), походную плитку, радиоприемник на батарейках. Уберите с балконов и подоконников вещи, которые могут быть захвачены воздушным потоком. Включите радиоприемники и телевизоры – по ним может поступить новая важная информация. Подготовьтесь к возможному отключению электроэнергии.

Перейдите из легких построек в более прочные здания. Подготовьте инструмент для уборки снега.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ СИЛЬНОЙ МЕТЕЛИ

Лишь в исключительных случаях выходите из зданий. Запрещается выходить в одиночку. Сообщите членам семьи или соседям, куда вы идете и когда вернетесь.

В автомобиле можно двигаться только по большим дорогам и шоссе. При выходе из машины не отходите от нее за пределы видимости. Остановившись на дороге, подайте сигнал тревоги прерывистыми гудками, поднимите капот или повесьте яркую ткань на антенну, ждите помощи в автомобиле. При этом можно оставить мотор включенным, приоткрыв стекло для обеспечения вентиляции и предотвращения отравления угарным газом.

Если вы потеряли ориентацию, передвигаясь пешком вне населенного пункта, зайдите в первый попавшийся дом, уточните место вашего нахождения и, по возможности, дождитесь окончания метели. Если вас покидают силы, ищите укрытие и оставайтесь в нем. Будьте внимательны и осторожны при контактах с незнакомыми вам людьми, так как во время стихийного бедствия резко возрастает число краж из автомобилей, квартир и служебных помещений.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПОСЛЕ СИЛЬНОЙ МЕТЕЛИ

Если в условиях сильных заносов вы оказались заблокированы в помещении, осторожно, без паники, выясните, нет ли возможности выбраться из-под заносов самостоятельно (используя имеющиеся инструмент и подручные средства). Сообщите в территориальный отдел гражданской защиты района или в администрацию населенного пункта о характере заносов и возможности их самостоятельной разборки.

Если самостоятельно разобрать снежные заносы не удастся, попытайтесь установить связь со спасательными подразделениями. Включите радиотрансляционный приемник (телевизор) и выполняйте указания местных властей. Примите меры к сохранению тепла и

экономному расходованию продовольственных запасов.

8. ДЕЙСТВИЯ В ЛАВИНООПАСНЫХ МЕСТАХ

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ ВЫ НАХОДИТЕСЬ В ЗОНЕ ОПАСНОСТИ

Соблюдайте основные правила поведения в районах схода лавин:

- не выходите в горы в снегопад и непогоду;
- находясь на природе вблизи заснеженных гор, следите за изменением погоды;
- выходя в окрестности гор, знайте в районе своего пути или прогулки места возможного схода снежных лавин;
- избегайте мест возможного схода лавин. Они чаще всего сходят со склонов крутизной более 30°, если склон без кустарника и деревьев – при крутизне более 20°. При крутизне более 45° лавины сходят практически при каждом снегопаде.

Помните, что наиболее опасный период схода снежных лавин – весна, с 10 ч утра до захода солнца.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ СХОДЕ ЛАВИНЫ

Если лавина срывается достаточно высоко, ускоренным шагом или бегом уйдите с ее пути в безопасное место или укройтесь за выступом скалы, в выемке (нельзя прятаться за молодыми деревьями). Если от лавины невозможно уйти, освободитесь от вещей, примите горизонтальное положение, поджав колени к животу и сориентировав тело по направлению движения лавины.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ ВАС НАСТИГЛА ЛАВИНА

Закройте нос и рот рукавицей, шарфом, воротником; двигаясь в лавине, плавательными движениями рук старайтесь держаться на поверхности лавины, перемещаясь к краю, где скорость ниже. Когда лавина остановилась, попробуйте создать пространство около лица и груди, оно поможет дышать. Если представится возможность, двигайтесь в сторону верха (верх можно определить с помощью слюны). Оказавшись в лавине, не кричите – снег полностью поглощает звуки, а крики и бессмысленные движения только лишают вас сил, кислорода и тепла. **Не теряйте самообладания**, не давайте себе уснуть, помните, что вас ищут (известны случаи, когда из-под лавины спасали людей на 5-е и даже 13-е сутки).

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПОСЛЕ СХОДА ЛАВИНЫ

Если вы оказались вне зоны схода лавины, сообщите любыми способами о происшедшем в администрацию любого населенного пункта и приступайте к поиску и спасению пострадавших. Выбравшись из-под снега самостоятельно, осмотрите свое тело и при необходимости окажите себе помощь. Добравшись до ближайшего населенного пункта, сообщите о происшедшем в местную администрацию. Обратитесь в медпункт или к врачу. Сообщите родным.

9. ГОЛОЛЕД

Гололед – это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на предметах (деревьях, проводах и т.д.) при намерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Обычно гололед наблюдается при температуре воздуха от 0 до минус 3°С. Корка намерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

Гололедица – это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ГОЛОЛЕДУ (ГОЛОЛЕДИЦЕ)

Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности получения травмы. Подготовьте малоскользкую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, можете натереть подошвы песком (наждачной бумагой).

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ГОЛОЛЕДЕ (ГОЛОЛЕДИЦЕ)

Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву, при этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны. Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами. Если вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю.

Гололед зачастую сопровождается обледенением. В этом случае особое внимание обращайте на провода линий электропередач, контактных сетей электротранспорта.

Если вы увидели оборванные провода, сообщите администрации населенного пункта о месте обрыва.

10. ДЕЙСТВИЯ ЧЕЛОВЕКА НА ЛЬДУ

КАК ОПРЕДЕЛИТЬ СОСТОЯНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ЛЬДА

Один из опознавательных признаков прочности льда – его цвет. Во время оттепели или дождей лед становится белым (матовым), а иногда и желтоватым (значит он непрочен). Надежный ледяной покров имеет синеватый или зеленоватый оттенок.

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ПРАВИЛА ДЛЯ ЛЮБИТЕЛЕЙ ПОДЛЕДНОГО ЛОВА

- Не пробивать рядом много лунок.
- Не собираться большими группами в одном месте.
- Не пробивать лунки на переправах.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ПРОВАЛИВАНИИ ЛЮДЕЙ И ТЕХНИКИ ПОД ЛЕД

Если вы провалились под лед:

1. Широко раскиньте руки по кромке льда и постарайтесь удержаться от погружения с головой. Действуйте решительно, не паникуйте: и до вас многие попадали в такую ситуацию.
2. Старайтесь не обламывать кромку, без резких движений выбраться на лед, наполняя грудью и поочередно выталкивая на поверхность ноги. Главное – занять как можно большую площадь опоры. Выбравшись из пролома, откатитесь, а затем ползите в сторону, откуда шли (и где прочность льда, таким образом, проверена).
3. Несмотря на то, что от сырости и холода вам хочется побежать и согреться, будьте осторожны до самого берега.
4. На берегу в безопасном месте некоторое время катайтесь на снегу в мокрой одежде, так как сухой снег впитывает влагу как губка. Действуя по обстановке, найдите место для обогрева и просушки одежды.

Если на ваших глазах человек провалился под лед:

1. Немедленно крикните, что идете на помощь.
2. К полынье приближайтесь только ползком, широко раскинув руки. По возможности положите под себя лыжи, доску, фанеру (для увеличения площади опоры) и ползите на них. Не подползайте к самому краю льда – провалитесь сами. Не доходя до полыньи, протяните пострадавшему шест, ремни, шарфы, любую доску или жердь, санки, лыжи и т.п. Бросать связанные ремни, шарфы или доски нужно за 3-4 м до кромки льда.

Если вы с машиной провалились под лед:

1. Некоторое время машина может держаться на плаву и у вас есть несколько секунд, чтобы из нее выскочить.
2. Если вы не успели покинуть автомобиль и он погрузился под воду, не открывайте двери, так как тут же вода хлынет внутрь и машина начнет резко погружаться.
3. При погружении на дно с закрытыми окнами и дверьми воздух в салоне автомобиля держится несколько минут. Это немало. Есть возможность оценить обстановку, активно провентилировать легкие (глубокие вдохи и выдохи позволяют наполнить кровь кислородом «впрок»), избавиться от лишней одежды, мысленно представить себе путь вверх.

4. Выбирайтесь через дверь или окно (если сможете – через опущенное стекло), протиснетесь наружу, взявшись руками за крышу, подтянитесь, а затем резко плывите вверх. Выбирайтесь наружу, когда машина наполнится водой наполовину, так как если резко распахнуть дверь и попытаться тут же выбраться, вам будет мешать поток воды, идущий в салон. Выбравшись из машины, имейте в виду, что у вас есть 30-40 с для всплытия.

КАК СЕБЯ ВЕСТИ ПРИ ОТРЫВЕ ЛЬДИНЫ С ЛЮДЬМИ

При отрыве льдины с находящимися на ней людьми следует:

1. Сосредоточиться на середине льдины, а лучше – на ледяном торосе (торос имеет наибольшую толщину); все имеющиеся вещи распределите равномерно по льдине. Ни в коем случае не находитесь и не подходите к ее краям.

2. Используйте имеющиеся полиэтиленовые пленки, чехлы, мешки, плащи, палатки для защиты тела от переохлаждения.

3. Среди группы людей, находящихся на льдине, старшим выберите человека, трезво мыслящего, обладающего хладнокровием, умеющего разговаривать с людьми.

4. Имеющиеся продукты питания, воду сосредоточьте в одном месте, выбрав ответственного за их хранение.

5. Не теряйте рассудок, не поддавайтесь страху и паническим настроениям. Помощь обязательно придет!

6. Для подачи сигнала бедствия можно использовать:

- зеркало (в солнечную погоду);

- флаг изготовленный из подручных средств.

Махать им над головой при визуальном наблюдении людей на берегу и при появлении различного вида транспорта (корабль, вертолет, самолет);

- изготовьте импровизированный факел или разожгите костер из имеющегося материала, предварительно изготовив решетку.

Если вы увидели льдину и людей на ней, следует:

- При наличии плавательных средств – использовать их для снятия потерпевших с льдины с соблюдением мер безопасности.

- Если плавательные средства отсутствуют, запомнить время, направление ветра, место нахождения льдины и сообщить срочно оперативному дежурному МЧС (в милицию) по телефону.

11. УРАГАНЫ, БУРИ

Ураган – это атмосферный вихрь больших размеров со скоростью ветра до 120 км/ч, а в приземном слое – до 200 км/ч.

Буря – длительный, очень сильный ветер со скоростью более 20 м/с. Наблюдается обычно при прохождении циклона и сопровождается сильным волнением на море и разрушениями на суше.

Опасность для людей при таких природных явлениях заключается в разрушении дорожных и мостовых покрытий, сооружений, воздушных линий электропередачи и связи, наземных трубопроводов, а также поражении людей обломками разрушенных сооружений, осколками стекол, летящими с большой скоростью. Кроме того, люди могут погибнуть и получить травмы в случае полного разрушения зданий. При снежных и пыльных бурях опасны снежные заносы и скопления пыли («черные бури») на полях, дорогах и населенных пунктах, а также загрязнение воды.

Основными признаками возникновения ураганов и бурь являются усиление скорости ветра и резкое падение атмосферного давления; ливневые дожди и штормовой нагон воды; бурное выпадение снега и грунтовой пыли. Если вы проживаете в районе, подверженном воздействию ураганов, ознакомьтесь с:

- сигналами оповещения о возможном стихийном бедствии;

- способами защиты людей и повышения устойчивости зданий (сооружений) к

воздействию ураганного ветра и штормового нагона воды;

- правилами поведения людей при наступлении ураганов, снежных и песчаных бурь;
- способами и средствами ликвидации последствий ураганов, штормового нагона воды, снежных и песчаных бурь, а также приемами оказания помощи пострадавшим, оказавшимся в завалах разрушенных зданий и сооружений;
- местами укрытия в ближайших подвалах, убежищах или наиболее прочных и устойчивых зданиях;
- путями выхода и районами размещения при организованной эвакуации из зон повышенной опасности;
- адресами и телефонами органов управления МЧС, администрации, комиссии по чрезвычайным ситуациям и ПБ вашего населенного пункта.

После получения сигнала о штормовом предупреждении приступайте к:

- укреплению крыш, печных и вентиляционных труб;
- заделыванию окон в чердачных помещениях (ставнями, щитами из досок или фанеры);
- освобождению балконов и территории двора от пожароопасных предметов;
- сбору запасов продуктов и воды на 2-3-е сут на случай эвакуации в безопасный район, а также автономных источников освещения (фонарей, керосиновых ламп, свечей);
- переходите из легких построек в более прочные здания или в защитные сооружения гражданской обороны.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ УРАГАНА, БУРИ

Если ураган (буря) застал вас в здании, отойдите от окон и займите безопасное место у стен внутренних помещений, в коридоре, у встроенных шкафов, в ваннных комнатах, туалете, кладовых, в прочных шкафах, под столами. Погасите огонь в печах, отключите электроэнергию, закройте краны на газовых сетях. В темное время суток используйте фонари, лампы, свечи; включите радиоприемник для получения информации органов управления МЧС и комиссии по чрезвычайным ситуациям и ПБ; по возможности, находитесь в заглубленном укрытии, в убежищах, погребах и т.п.

Если ураган или буря застали вас на улицах населенного пункта, держитесь как можно дальше от легких построек, зданий, мостов, эстакад, линий электропередачи, мачт, деревьев, рек, озер и промышленных объектов. Для защиты от летящих обломков и осколков стекла используйте листы фанеры, картонные и пластмассовые ящики, доски и другие подручные средства.

Старайтесь быстрее укрыться в подвалах, погребах и противорадиационных укрытиях, имеющихся в населенных пунктах. Не заходите в поврежденные здания, так как они могут обрушиться при новых порывах ветра.

При снежной буре укрывайтесь в зданиях.

Если вы оказались в поле или на проселочной дороге, выходите на магистральные дороги, которые периодически расчищаются, и где большая вероятность оказания вам помощи. При пыльной буре закройте лицо марлевой повязкой, платком, куском ткани, а глаза – очками.

12. ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОДОЗРИТЕЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ В ПОЧТОВЫХ ОТПРАВЛЕНИЯХ

ПРИЗНАКИ ПИСЕМ (БАНДЕРОЛЕЙ), КОТОРЫЕ ДОЛЖНЫ ВЫЗЫВАТЬ ПОДОЗРЕНИЕ:

- корреспонденция неожиданна;
- не имеет обратного адреса, неправильный адрес, неточности в написании адреса, неверно указан адресат;
- отправления нестандартны по весу, размеру, форме, неровные по бокам, заклеены липкой лентой;
- помечены ограничениями типа «Лично» и «Конфиденциально»;
- имеют странный запах, цвет, в конвертах прощупывается вложения, не характерные для почтовых отправлений (порошок и т.д.);

- не соответствующие марки или штампы почтовых отделений.

В случае обнаружения подозрительных отправок, содержащих неизвестные вещества(в порошкообразном, жидком или аэрозольном состоянии), рекомендуется:

- √ не пытаться самостоятельно вскрыть емкость, пакет, контейнер и др.;
- √ по возможности, не брать в руки подозрительное письмо или бандероль;
- √ сообщить об этом факте территориальным органам Госсанэпиднадзора, органам управления МЧС;
- √ убедиться, что повреждения или подозрительная почта отделена от других писем и бандеролей, а ближайшая к ней поверхность ограничена;
- √ в тех случаях, когда в помещении, где обнаружена подозрительная корреспонденция и при этом нарушена целостность упаковки, имеется система вентиляции, предпринять меры, исключающие возможность попадания неизвестного вещества в вентиляционную систему здания;
- √ до приезда специалистов поместить подозрительные отправления и контактировавшие с ними предметы в герметичную тару (стеклянный сосуд с плотно прилегающей крышкой или многослойные пластиковые пакеты). При этом следует пользоваться подручными средствами индивидуальной защиты кожи (резиновые перчатки, полиэтиленовые пакеты), дыхательных путей (респиратор, марлевая повязка);
- √ до приезда специалистов герметично закрытую тару хранить в недоступном для детей и домашних животных месте;
- √ составить список всех лиц, кто непосредственно контактировал с подозрительной корреспонденцией (их адреса, телефоны);
- √ лицам, контактировавшим с подозрительной корреспонденцией, неукоснительно выполнять мероприятия личной гигиены (вымыть руки с мылом, по возможности принять душ);
- √ выполнять рекомендации медицинских работников по предупреждению возможного заболевания.

ПОМНИТЕ:

Твердые практические навыки, умение предвидеть опасность, оказывать первую помощь в чрезвычайных ситуациях сохранят здоровье и жизнь вам и вашим близким, предотвратит трагедию!

13. ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОДОЗРИТЕЛЬНОГО ПРЕДМЕТА, КОТОРЫЙ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ ВЗРЫВНЫМ УСТРОЙСТВОМ, ПОЛУЧЕНИИ ПИСЬМЕННОГО СООБЩЕНИЯ ИЛИ СООБЩЕНИЯ ПО ТЕЛЕФОНУ С УГРОЗОЙ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА

- Немедленно сообщить об этом директору, а при его отсутствии – заместителю или любому педагогу и в милицию (тел. **02**) или в местное отделение ФСБ.
- Не предпринимать никаких действий со взрывчатыми устройствами или подозрительными предметами – это может привести к взрыву, человеческим жертвам и разрушениям.

- Отойти на безопасное расстояние (не менее 100 м).
- По возможности, не подпускать никого к опасной зоне.
- При получении команды на эвакуацию убыть в район сбора.

При получении по телефону сообщения, содержащего угрозу, надо постараться дословно запомнить разговор и зафиксировать его на бумаге, отметить точное время начала разговора и его продолжительность, запомнить особенности речи звонившего. Все это сообщить в милицию (тел. **02**) или в местное отделение ФСБ.

В дальнейшем действовать по рекомендациям педагогов или прибывших работников органов МВД (ФСБ).

При получении угрозы в письменном виде надо обращаться с полученным документом предельно осторожно: поместить в полиэтиленовый пакет все – сам документ,

конверт, все вложения и упаковку. Постараться не оставлять на документе отпечатков своих пальцев.

Сообщить о случившемся преподавателям, а при их отсутствии – в МВД (ФСБ) и действовать по их указаниям.

Рекомендуемые зоны эвакуации и оцепления при обнаружении взрывного устройства или подозрительных предметов

1. Граната РГД-5	- не менее 50 м
2. Граната Ф-1	- не менее 200 м
3. Тротиловая шашка 200 г	- 45 м
4. Тротиловая шашка 400 г	- 55 м
5. Пивная банка 0,33 л	- 60 м
6. Мина МОН-50	- 85 м
7. Чемодан (кейс)	- 230 м
8. Дорожный чемодан	- 350 м
9. Автомобиль типа «Жигули»	- 460 м
10. Автомобиль типа «Волга»	- 580 м
11. Микроавтобус	- 920 м
12. Грузовая автомашина (фургон)	- 1240 м

14. АВАРИИ СО ВЗРЫВОМ И РАЗРУШЕНИЯМИ

ПРИ АВАРИИ СО ВЗРЫВОМ И РАЗРУШЕНИЯМИ НЕОБХОДИМО:

- √ оповестить учащихся и проживающее вблизи население;
- √ вызвать пожарную охрану, скорую помощь, милицию, спасательные службы;
- √ помочь тем, кто оказался в горящих и задымленных помещениях, придавлен обломками и конструкциями;
- √ вывести людей в безопасное место;
- √ использовать первичные средства пожаротушения, предотвратить распространение огня;
- √ оказать первую помощь пострадавшим.

Если возможны повторные взрывы и обрушения, то оцепить район аварии и не допускать туда посторонних. Если вы оказались в завале, голосом и стуками привлечь внимание спасателей; по возможности, установкой подпорок укрепить завал. Освободившись из завала – зарегистрироваться в штабе проведения АСДНР и пройти медицинский осмотр у врача.

15. ЭВАКУАЦИЯ

ПРИ ЭВАКУАЦИИ ГОТОВЯТ И БЕРУТ С СОБОЙ:

- Средства индивидуальной защиты (обязательно средства защиты органов дыхания), продукты, воду, вещи, документы и деньги.
- Из вещей – самое необходимое – одежда, обувь, белье. В комплекте одежды желательно иметь плащ и спортивный костюм; обувь предпочтительно должна быть резиновой или на резиновой основе. Эти виды одежды и обуви наиболее пригодны для использования в качестве средств защиты кожи в случае радиоактивного, химического или бактериологического заражения. Обязательно следует взять теплые (шерстяные) вещи, даже если эвакуация проводится летом. Одежда – по времени года.
- Продукты питания берутся не менее чем на 3 сут; лучше не скоропортящиеся: удобно хранимые и не требующие длительной подготовки перед употреблением – в виде консервов, галет, сухарей и пр. Воду целесообразно хранить во фляжке.

Количество вещей и продуктов питания должно быть рассчитано на то, что человеку

придется нести их самому, т.е. 25-30 кг. Все вещи и продукты питания должны быть упакованы в рюкзаки и вещевые мешки.

К каждому месту с вещами и продуктами питания прикрепляется бирка с обозначением на ней фамилии, имени и отчества, адреса постоянного места жительства и конечного пункта эвакуации их владельца.

• Из документов необходимо взять свидетельство о рождении, паспорт, взрослым также военный билет, трудовую книжку или пенсионное удостоверение, диплом (аттестат) об окончании учебного заведения, свидетельства о браке и рождении детей.

***Помните! Ваша безопасность –
в ваших руках!***

16. ЗАХВАТ ЛЮДЕЙ В ЗАЛОЖНИКИ

ПРИ ЗАХВАТЕ ЛЮДЕЙ В ЗАЛОЖНИКИ НЕОБХОДИМО:

√ о сложившейся на объекте ситуации незамедлительно сообщить по телефонам:

МЧС – 01;

МВД – 02;

ФСБ – 433-730;

√ самостоятельно не вступать в переговоры с террористами;

√ принять меры к беспрепятственному проходу (проезду) на объект сотрудников правоохранительных органов, скорой медицинской помощи, МЧС;

√ по прибытии сотрудников специальных подразделений ФСБ и МВД оказать им помощь в получении интересующей их информации;

√ при необходимости, выполнять требования преступников, если это не связано с причинением ущерба жизни и здоровью людей;

√ не допускать действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОВЕДЕНИЮ ЛЮДЕЙ

В СЛУЧАЕ ИХ ЗАХВАТА В КАЧЕСТВЕ ЗАЛОЖНИКОВ:

• Возьмите себя в руки, успокойтесь и не паникуйте.

• Если вас связали или закрыли глаза, попытайтесь расслабиться, дышите глубже.

• Подготовьтесь к тяжелым физическим и моральным нагрузкам. Помните, что в большинстве случаев заложники оставались живыми. Будьте уверены, что уже принимаются меры по вашему освобождению!

• Не пытайтесь бежать, если нет полной уверенности в успехе побега.

• Запомните как можно больше информации о террористах (численность, вооружение, особенности внешности, имена, акцент, манера поведения).

• По различным признакам постарайтесь определить место своего заточения.

• Располагайтесь вдали от взрывных устройств или прикрывайтесь предметами обстановки (столы, шкафы, сейфы, стулья и др.).

• Не оказывайте агрессивного сопротивления, не провоцируйте террористов.

• По возможности, избегайте прямого зрительного контакта с похитителями, выполняйте все их приказы и распоряжения (особенно первые полчаса).

• Займите позицию пассивного сотрудничества. Разговаривайте спокойным голосом.

Избегайте выражения презрения, враждебного тона и поведения.

• Ведите себя спокойно, с достоинством. Не бойтесь обращаться с просьбами о том, в чем остро нуждаетесь, но избегайте категорических требований. Постепенно можно повышать уровень просьб.

- Сохраняйте умственную активность, думайте и вспоминайте о приятных вещах, постоянно находите себе занятие. Для поддержания сил ешьте все, что дают. Делайте доступные физические упражнения. Поочередно напрягайте все мышцы тела. Аутотренинг, медитация, молитва помогут держать психику под контролем. Вспоминайте прочитанные книги, стихи, последовательно обдумывайте отвлеченные проблемы, если есть возможность – читайте или пишите.

Страх, депрессия и апатия – ваши враги

- Старайтесь относиться к происходящему как бы со стороны, не принимая случившегося близко к сердцу. До конца надейтесь на благополучный исход.
- При штурме здания рекомендуется лечь лицом вниз, сложив руки на затылке. Не делайте резких движений – вас могут принять за террориста.

***Помните, что шансы на спасение
со временем возрастают***

17. ДЕЙСТВИЯ ПРИ БЫТОВЫХ ОТРАВЛЕНИЯХ, ПОЖАРНОЙ ОПАСНОСТИ И ДРУГИХ СИТУАЦИЯХ

РАЗЛИВ РТУТИ ИЗ ПОВРЕЖДЕННЫХ БЫТОВЫХ ПРИБОРОВ (градусник и т.п.)

- Удалить всех посторонних из помещения.
- Открыть двери, окна для проветривания.
- Надеть ватно-марлевую повязку, резиновые перчатки.
- Провести демеркуризацию: собрать ртуть (скребком, щеткой, пылесосом, спринцовкой), очищенное от ртути место промыть горячей мыльной жидкостью (растворить в воде стиральный порошок) или концентрированным раствором марганцовки.
- После уборки руки вымыть с мылом горячей водой.
- При ухудшении состояния здоровья обратиться к врачу.

ОТРАВЛЕНИЕ БЫТОВЫМИ ПРЕПАРАТАМИ (аммиачная вода, нашатырный спирт, стиральный порошок, препараты для мытья посуды, ванн, стекол и т.д.)

- Сообщить врачу и вывести пострадавшего на свежий воздух, снять загрязненную одежду, тепло одеть его в незараженную одежду.
- При попадании на кожу препаратов бытовой химии смыть их обильной струей воды в течение 5-7 мин.
- При попадании в глаза промыть их струей воды в течение 10-30 мин, закапать 30%-м раствором альбуцида или чайной заварки.
- При попадании препарата внутрь дать выпить 1-2 стакана молока или холодной воды, употребить в пищу растительное масло.

ОТРАВЛЕНИЕ РАСТИТЕЛЬНЫМИ ЯДАМИ (ядовитые грибы, ягоды, растения и т.п.)

- Дать пострадавшему выпить 1-2 стакана воды (на стакан воды добавить 1/2 чайной ложки поваренной соли).
- Вызвать рвоту.
- Повторить эту процедуру 5-6 раз, после чего пострадавший должен съесть 100 г черных

сухарей или принять 3-4 таблетки активированного угля.

- Принять слабительное (серноокислый натрий или серноокислую магнезию (30-50 г), разведенные в 1/2 стакане воды).
- При возбуждении наложить на голову холодный компресс, остаться в постели.
- При обмороке положить пострадавшего (если он сидит, то опустить голову вниз), ноги приподнять. Дать выпить крепкого теплого чая.
- При остановке дыхания и сердца делать искусственное дыхание и немедленно сообщить врачу.

ОТРАВЛЕНИЕ УГАРНЫМ ГАЗОМ

- Немедленно открыть окна, двери или вывести пострадавшего из помещения на свежий воздух.
- Положить холодный компресс на голову.
- Спрыснуть лицо холодной водой.
- Сообщить врачу и, по возможности, дать пострадавшему понюхать нашатырный спирт.

ПРИ ПОЖАРЕ

Если очаг незначителен:

- сообщить преподавателям и в пожарную охрану;
- приступить к немедленному его тушению водой, использовать также плотную мокрую ткань, мешковину, брезент и т.п.;
- горящие занавески, гардины, шторы сорвать и тушить на полу;
- при пожаре не открывать окна и двери.

При сильном пожаре:

- сообщить в пожарную охрану и преподавателям;
- эвакуировать всех людей из здания.

ЗАГОРЕЛСЯ ТЕЛЕВИЗОР

- Выключить телевизор из сети.
- Накрыть телевизор плотной тканью.
- Всем покинуть помещение.
- При необходимости вызвать пожарную охрану.

Запрещается тушить горящий телевизор водой!

18. ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ В ЛЕСУ

Немедленно остановитесь и тщательно продумайте, как выбраться к тому месту, откуда начинается знакомый путь (маршрут).

Выйти к людям помогают:

- солнце – днем (тень в полдень показывает направление на север; Полярная звезда ночью на севере);
- звуки (работа трактора, движение автотранспорта, лай собаки);
- запах дыма;
- муравейник (к югу от дерева, к югу – более пологий склон);
- мох, лишайники (более развиты на северной стороне деревьев, пней, камней);
- годовые кольца на спиле пня (с южной стороны толще).

Если вы не можете определить свое местоположение – громко зовите на помощь.

19. ПРИ ЖАЖДЕ

- Воду из реки, ручья или озера внимательно проверить (просмотреть) на отсутствие

посторонних включений, запахов, цвета.

- Прокипятить 10 мин (или бросить несколько кристаллов марганцовки, пить через 10-15 мин; или добавить йод – две чайные ложки настойки на ведро воды – и три щепотки соли, пить через 20 мин).

20. ОЖОГИ ХИМИЧЕСКИМИ ВЕЩЕСТВАМИ

- Промыть пораженный участок тела большим количеством чистой воды.
- Вызвать врача («Скорую помощь»).
- Обработать пораженный участок кожи нейтрализующими растворами: при ожогах щелочами – борной кислотой (на 1 стакан воды – 1 чайная ложка); при ожогах кислотами – пищевой содой (на 1 стакан воды – 1 чайная ложка).

***Ваши знания, умения и навыки –
залог уверенности и эффективности действий
в опасных ситуациях!***

21. КРИМИНАЛЬНЫЕ СИТУАЦИИ

КАКИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НУЖНО ПРЕДПРИНЯТЬ

- Не посещать криминогенные места без острой необходимости, тем более в ночное время.
- Соблюдать дистанцию от подозрительного лица 3-4 м. При угрозе громким голосом приказать отойти, закричать (завизжать), засвистеть в свисток, убежать; не ходить темной и безлюдной дорогой; быстро вернуться в место, где находятся люди и ждать попутчика; вызвать по телефону провожатых.
- Овладеть и смело применять приемы самообороны и средства самозащиты: газовый баллончик, электрошокер, подручные средства (палка, камень) и т.д.
- При уверенности в своих силах оказать действенное физическое сопротивление: удар пальцев в глаза (нос), удар коленом в пах, солнечное сплетение, печень, удары ногой по конечностям нападающего и др.
- При неуверенности не оказывать сопротивления, показать свою немощность, болезненность, имитировать рвоту, потерю сознания и т.д. При первой возможности спастись бегством. Немедленно сообщить о случившемся в милицию, описав приметы нападавшего.
- Не провоцируйте нечестных людей! При расчетах у кассы никогда не показывайте все деньги, приготовьте необходимую сумму заранее, посмотрите, кто за вами наблюдает или делает вид, что не наблюдает. Крупные деньги и ценные бумаги (банковские карточки) разложите по нескольким скрытым глубоким карманам, не носите их вместе в бумажнике или кошельке. Будьте бдительны и осмотрительны!

22. ПРИ НАПАДЕНИИ СОБАКИ

- Необходимо защитить горло, прижав подбородок к груди и выставив вперед локти.
- Не смотреть собаке в глаза. Это провоцирует ее на нападение.
- Не кричать, не махать руками и предметами, не кидать ничего в собаку. Не убегать от нее.
- Встать к собаке боком и несколько раз дать команды: «нельзя!», «Фу!», «Сидеть!».
- Если вблизи хозяин, позвать его и потребовать взять собаку на поводок.
- В отсутствии помощи уходить от собаки спокойным шагом, не делая резких движений.

ДЛЯ ИЗБЕЖАНИЯ НАПАДЕНИЯ СОБАКИ:

- не подходите к ней, когда она ест;
- не замахивайтесь на хозяина и его родственников;
- не подходите к собаке, имеющей щенков;

- не пугайтесь и не кричите, если к вам бежит собака;
- не трогайте и не гладьте чужих собак;
- не подходите к собаке, находящейся на привязи.

Если вас укусила собака, немедленно сообщите о случившемся в милицию и обратитесь к врачу

23. АВАРИИ НА АВТОТРАНСПОРТЕ

ПРИ АВАРИИ НЕОБХОДИМО:

- остановиться и включить аварийную сигнализацию (выставить знак аварийной остановки);
- вытащить пострадавших из машины и оказать им первую медицинскую помощь;
- остановить кровотечение, используя автомобильную медицинскую аптечку;
- зафиксировать подручными материалами переломы конечностей;
- вызвать «Скорую помощь» или отправить пострадавших в лечебное учреждение на попутном транспорте, записав его номер, фамилию, имя и отчество водителя;
- записать очевидцев ДТП (адрес, фамилию, имя и отчество);
- вызвать работников ГИБДД (милиции);
- оформить документы страхового свидетельства;
- до прибытия сотрудников ГИБДД не покидать места ДТП и не трогать транспортных средств, участвовавших в аварии.

24. ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ

Первая помощь – это временная мера, осуществляемая для того, чтобы спасти жизнь, предотвратить дополнительные травмы и облегчить страдания до оказания квалифицированной медицинской помощи специалистами.

ОБЩИЕ ПРАВИЛА

- Вызовите «Скорую помощь».
- Убедитесь в том, что ни пострадавшему, ни вам не угрожает опасность.
- По возможности, оставьте потерпевшего лежать там, где он находится, пока его не осмотрят. Если придется его перемещать, делайте это с особой осторожностью.
- Если у потерпевшего рвота, положите его на бок, чтобы не задохнулся.
- Если пострадавший не дышит, сделайте ему искусственное дыхание.
- Накройте потерпевшего, чтобы он не замерз, защитите его от дождя и снега.
- перевяжите и зафиксируйте травмированный орган.
- Выберите наиболее подходящий способ транспортировки.

ПОТЕРЯ СОЗНАНИЯ

- Убедитесь в том, что пострадавший потерял сознание.
- Если он без сознания, убедитесь в том, дышит ли он.
- Если он не дышит, освободите ему носоглотку. Вытяните вперед его нижнюю челюсть. Наклоните ему голову назад так, чтобы подбородок был выше носа. Вытяните его язык вперед, чтобы он не закрывал собой носоглотку.
- Если пострадавший не начал дышать, применяйте искусственное дыхание.

ОСТАНОВКА КРОВОТЕЧЕНИЯ

- Положите потерпевшего так, чтобы рана была выше уровня сердца, если рана на голове или шее, приподнимите голову и плечи.
- Почти любое кровотечение можно остановить, приложив свернутую в несколько слоев чистую ткань. Наложите повязку на рану и затяните ее покрепче.

- Если кровотечение продолжается, надо прижать артерию к кости выше раны: на руке – посередине между локтем и подмышкой, на ноге – в складке между торсом и бедром.

Остановка артериального кровотечения (самого опасного) наложением жгута:

1) сделайте жгут из куска ткани шириной не менее 5 см (не используйте веревку, нейлон, женский чулок, провод);

2) поместите жгут на поврежденную часть конечности непосредственно над раной так, чтобы он не сползал при затягивании;

3) оберните ткань дважды вокруг поверхности и наложите один конец ткани на другой, а затем пропустите один под другой;

4) возьмите короткую крепкую палку, положите ее поперек полуузла на ткани и завяжите оба конца поверх палки на узел;

5) поверните палку так, чтобы жгут затянулся. Поворачивайте его, пока кровотечение не прекратится;

б) привяжите кусок ткани вокруг палки и закрепите ее вокруг конечности так, чтобы жгут был хорошо зафиксирован.

Под жгут подкладывают записку с указанием даты, часа и минут его наложения. *Жгут можно применять в течение 1,5-2 ч.* Иначе произойдет отмирание конечности. За это время пострадавший должен быть доставлен в лечебное учреждение.

ПРОНИКАЮЩЕЕ РАНЕНИЕ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ

- Если пуля или острый предмет пробили грудную клетку, слышится свистящий звук при входе и выходе, чтобы не наступил коллапс легких, отверстие необходимо закрыть. Это можно сделать рукой, полиэтиленовым пакетом, лейкопластырем или чистой тканью, сложенной в несколько слоев.

- Независимо от того, находится ли пострадавший в сознании или нет, его кладут на бок травмированной стороной вниз.

РАНЕНИЯ БРЮШНОЙ ПОЛОСТИ

- Наложите на рану чистую тканевую повязку. Если кишечник или другие внутренние органы вывалились наружу, не пытайтесь вернуть их на место.

- Придайте пострадавшему наиболее удобное положение. Под согнутые в коленях ноги подложите свернутое одеяло, это снизит давление на стенку брюшной полости.

- Не давайте пострадавшему пить, даже если он требует воды. Нельзя также есть или курить.

ПОРАЖЕНИЕ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ

- Отключите электрический ток (работайте с электричеством только сухими руками; никогда не пользуйтесь электроприборами на мокром полу, скамейке или столе).

- Если невозможно отключить ток, уберите контактный провод от пострадавшего безопасным предметом (он должен быть из материала, не проводящего или плохо проводящего электрический ток). Палка, сложенная газета, обувь на резиновой подошве, кеды, одежда – все эти предметы можно использовать, если они сухие.

- Никогда не прикасайтесь к потерпевшему, пока вы не отключили ток или не убрали провод.

- Посмотрите, дышит ли пострадавший. Убедитесь в том, что дыхательные пути свободны. При необходимости применяйте искусственное дыхание.

- Если потерпевший находится без сознания, но дышит, придайте ему безопасное положение.

ОЖОГИ

- Ожоги можно только орошать холодной чистой водой. Дайте ей течь минут десять, пока боль не ослабнет.

- Никогда не прорывайте волдырь, образовавшийся над обожженным участком кожи.

- Никогда не отрывайте одежду, прилипшую к ожогу.

- Наложить стерильную повязку на пораженный участок тела.
- На обожженные глаза сделать примочки раствора борной кислоты (на 1 стакан воды – половина чайной ложки борной кислоты).
- Завернуть пострадавшего в чистую простыню, укутать потеплее, дать выпить 2 таблетки анальгина, создать покой.
- Если ожог, покрытый волдырями, занимает площадь, большую, чем ладонь, доставьте потерпевшего в медпункт или вызовите «Скорую помощь».
- Дайте пострадавшему обильное питье: чай с сахаром, фруктовый сок, воду с разбавленной в ней солью (2 чайные ложки на 1 л).
- Никогда не давайте пить человеку, потерявшему сознание.

ОТМОРОЖЕНИЯ

- Пострадавшего вносят в теплое помещение, протирают пораженные участки спиртом (водкой) и растирают чистыми руками до покраснения кожи.
- При отморожении значительного большего участка конечностей делают теплую ванну из слабого (бледно-розового) раствора марганцово-кислого калия температурой 32-36°C или прикладывают нагретые предметы.
- В случае общего отморожения проводят возможно быстрое отогревание пострадавшего (вносят в помещение с температурой 20-22°C) и дают горячий чай, кофе, водку.

ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ

- Промывание желудка в домашних условиях: пострадавшему дают пить большое количество воды (1-2 л) и вызывают искусственную рвоту – глубоко закладывая в рот пальцы, надавить на корень языка. Затем процедуру повторяют. Всего для промывания желудка требуется 10-12 л воды.
- Последние порции промывных вод должны быть прозрачными и не содержать остатков пищи.

ОБМОРОКИ

- Пострадавшего укладывают на кушетку (голова ниже ног) и дают нюхать нашатырный спирт.

СОЛНЕЧНЫЕ И ТЕПЛОВЫЕ УДАРЫ

- Пострадавшего укладывают в тень и охлаждают – прикладывают холод к голове и на область сердца, обтирают кожу мокрым полотенцем.
- При жалобах на боли в сердце дают под язык валидол или нитроглицерин.

ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ УГАРНЫМ ГАЗОМ

Угарный газ (оксид углерода – CO) – продукт неполного сгорания органических веществ. Высокотоксичный газ, без цвета, иногда имеющий запах гари. Приводит организм к острому кислородному голоданию.

Отравление может произойти на пожаре, при работе бензиновых двигателей, сгорании природного газа и т.д. Обычно смерть наступает в результате отравления CO в закрытых помещениях с неудовлетворительной вентиляцией.

Отравление в зависимости от концентрации CO в воздухе, длительности его воздействия и состояния человека может быть постепенным или мгновенным.

Возможна внезапная потеря сознания, в т.ч. и за рулем.

Признаки отравления

а) при легкой степени:

- появление ощущения тяжести и пульсаций в голове;
- боль в височной области и лба («сжатие обручем»);
- потемнение и мелькание «мушек» в глазах, шум в ушах;

б) при более тяжелой степени:

- головокружение, поверхностное дыхание, учащение пульса, расширение зрачков, нарастающая мышечная слабость;

- сонливость, путаное сознание, затем потеря сознания;
- непроизвольное опорожнение мочевого пузыря и кишечника;
- появление на лице розовых пятен или синюшности.

При отсутствии помощи, поверхностном дыхании, сердечной аритмии, глухом сердцебиении возможны судороги и смерть пострадавшего из-за острого кислородного голодания.

Первая помощь

- Вынести на свежий воздух и положить на спину.
- Расстегнуть одежду и открыть грудную клетку.
- Охладить лицо и грудь холодной водой, снегом, льдом.
- Обвязать тряпкой, смоченной холодной водой, голову.

Если пострадавший не приходит в себя:

- заставить его чихать, вызвав раздражение в носу;
- растирать грудь пострадавшего варежкой, шарфом, другим предметом до появления дыхания;
- сделать искусственное дыхание;
- доставить пострадавшего в лечебное учреждение или вызвать врача.

25. СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ

Если у вас отсутствуют средства индивидуальной защиты, необходимо прибыть на пункт выдачи средств индивидуальной защиты и получить их.

Выдаются средства индивидуальной защиты (СИЗ) в соответствующем порядке, согласно графикам и правилам работы пунктов выдачи СИЗ.

Неработающему населению необходимо прибыть в домоуправление по месту прописки, где также как и на предприятиях будет развернут пункт выдачи средств индивидуальной защиты.

ПАМЯТКА ПО ПОДБОРУ ПРОТИВОГАЗОВ

Рост лицевой части противогаза определяется:

ГП-5 (противогазы для взрослых) – по измеренной окружности головы (измерение производится через макушку головы и подбородок с помощью матерчатого швейного сантиметра).

<i>Результаты измерений, см</i>	<i>Требуемый размер</i>
До 63,0	0
63,5-65,5	1
66,0-68,0	2
68,5-70,5	3
71,0 и более	4

ПДФ-7 (детские противогазы) – измерение по высоте лица от подглазья до подбородка.

<i>Высота лица, мм</i>	<i>Требуемый размер</i>
До 78	1
79-87	2
88-95	3
96-103	4

Для детей, у которых высота лица больше 103 мм, подбирают лицевые части противогазов ШМ-62. Измерения делаются как для взрослых.

Помните! Защищает только правильно подобранный противогаз

ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОТИВОГАЗОМ

Противогаз может быть в трех положениях: походном, наготове и боевом.

В походном положении противогаз носиться, когда нет непосредственной угрозы нападения противника (АХОВ). Чтобы привести противогаз в походное положение, необходимо надеть сумку с противогазом через правое плечо так, чтобы она находилась на левом боку и клапан ее был обращен от себя; подогнать с помощью передвижной пряжки длину ляжки так, чтобы верхний край сумки был на уровне поясного ремня; сдвинуть противогаз немного назад, чтобы при ходьбе он не мешал движению руки. При необходимости противогаз может быть закреплен на туловище с помощью тесьмы.

В положении наготове противогаз переводят по сигналу «*Воздушная тревога*» или по команде «*Противогазы готовы!*». При этом необходимо: расстегнуть клапан противогазной сумки; закрепить поясной тесьмой на поясе.

В боевое положение (лицевая часть надета на лицо и голову) противогаз переводят по сигналам «Радиационная опасность», «Химическая тревога» или по команде «Газы», а также самостоятельно при обнаружении признаков заражения ОВ, РВ и БС (АХОВ). Для перевода противогаза в боевое положение необходимо:

- затаить дыхание, закрыть глаза, снять головной убор, зажав, держать его коленями;
- вынуть из сумки противогаз;
- взять обеими руками за утолщенные края нижней части шлем-маски так, чтобы большие пальцы рук были снаружи;
- приложить нижнюю часть шлем-маски под подбородок и резким движением рук вверх и назад натянуть шлем-маску на голову;
- устранить перекося и складки, если они образовались при надевании;
- сделать полный выдох, открыть глаза, возобновить дыхание.