

Справочный материал для населения при опасностях мирного и военного времени

Гражданский тревожный чемоданчик

Что такое «тревожный чемоданчик»?

«Тревожным чемоданчиком» - принято называть базовый набор вещей для выживания в экстремальных ситуациях до прибытия спасателей или до безопасной эвакуации из зоны чрезвычайной ситуации, будь то землетрясение, наводнение, пожар и т.п. Правильно укомплектованный «тревожный чемоданчик» может обеспечить автономное существование человека в экстремальных ситуациях, когда поблизости нет воды, еды, тепла, крыши над головой.

Минимальное количество запасов, необходимое для автономного пребывания, рассчитывается исходя из времени, за которое чрезвычайные службы смогут отреагировать и вмешаться в ситуацию. Период автономного пребывания в ожидании помощи спасателей зависит от вероятности возникновения природной или техногенной чрезвычайной ситуации в данной местности, а также удаленности от крупных населенных пунктов. Таким образом, в каждом конкретном случае «тревожный чемоданчик» комплектуется в соответствии с местом его проживания и индивидуальными особенностями человека.

Как правильно укладывать вещи

Строгих рекомендаций на этот счет нет, но лучше следовать туристическому правилу: легкие предметы и предметы первой необходимости - аптечка, фонарик, нож и т.п. - сверху и в карманах, сменное белье, еда - на дно.

Чтобы защитить содержимое от влаги - используйте вакуумные пакеты с зажимом. Также, перед укладкой вещи можно упаковать в обычные полиэтиленовые пакеты, предварительно обмотав скотчем.

Обязательно ли иметь «тревожный чемоданчик»?

Наличие «тревожного чемоданчика» зависит от отношения к окружающей действительности, жизненного опыта. Многие люди, пережившие Великую отечественную войну, делают запасы продуктов и всего необходимого на месяц вперед. Важно объективно учитывать необходимость наличия дома или на работе «тревожного чемоданчика», а также возможность его использования. Например, вероятность использования «тревожного чемоданчика» в мегаполисе и не в сейсмоопасном регионе - низка. В таком случае при себе желательно иметь комплект «первой необходимости» - легкий и компактный набор, который удобно с собой носить.

Комплект «первой необходимости» может включать в себя следующие предметы:

- фонарик;
- мини радиоприемник (многие мобильные телефоны с радиоприемником);
- универсальный нож с набором инструментов;
- спички (охотничьи) или зажигалка;
- еда из расчета на сутки (любые калорийные, занимающие немного места, легкие продукты);
- деньги, документы (паспорт или его копия);
- набор средств первой медицинской помощи: индивидуальные перевязочные пакеты, набор бактерицидных пластырей; клей БФ - используется вместо йода и зеленки, образует на ране защитную пленку; препараты, снижающие болевой синдром (зубная и головная боль, боль при травмах, ожогах, лихорадочное состояние); лекарства, применяемые при аллергии; набор прописанных врачом лекарств, принимаемых периодически или постоянно.

Перечисленные выше предметы не занимают много места, а их наличие поможет избежать многих затруднений.

Если вы живете в крупном населенном пункте, то обеспечение предметами первой необходимости и продуктами питания на 2-3 суток скорее всего не будет большой проблемой.

В каких случаях особенно рекомендуется иметь «тревожный чемоданчик»?

Перечислим случаи, когда «тревожный чемоданчик» особенно рекомендуется держать дома.

Если вы живете:

- а) в районе (зоне) возможных землетрясений (и/или цунами);
- б) в районе (зоне) повторяющихся серьезных наводнений (половодье);
- в) в районе (зоне) серьезных площадных лесных пожаров;
- г) в районе (зоне) проживания в пределах предприятий, работающих с вредными веществами;
- д) в зоне проживания, где есть вероятность возникновения вооруженных конфликтов;
- е) в других проблемных регионах.

Выбор «тревожного чемоданчика»

«Тревожный чемоданчик», как правило, представляет собой укомплектованный на случай чрезвычайной ситуации рюкзак, или сумку объемом около 30 литров. Содержимое рюкзака: необходимый минимум одежды, предметов гигиены, медикаментов, инструментов, средств индивидуальной защиты и продуктов питания.

Выбирайте рюкзак яркой расцветки со светоотражающими полосами – в случае чрезвычайной ситуации это должно привлечь внимание спасателей. Следует отказаться от камуфляжного цвета, т.к. в случае вооруженного конфликта человека с таким рюкзаком могут принять за участника боевых действий.

Предпочтителен рюкзак из непромокаемых, легких, но в то же время плотных, прочных материалов, так как содержимое должно быть защищено от возможных повреждений. Необходимо примерить и подогнать лямки рюкзака - вам должно быть удобно носить его длительное время.

Собирая «тревожный чемоданчик», помните: он должен быть компактным и не очень тяжелым.

Возможный базовый набор для «тревожного чемоданчика»:

- аптечка первой помощи;
- фонарик ручной и налобный (желательно диодный) и запас батареек к ним (можно инерционный с функцией подзарядки сотового телефона);
- мини радиоприемник с запасом батареек (или сотовый телефон с функцией радио);
- универсальный нож (с набором инструментов);
- охотничий нож;
- запас еды и воды (минимум на трое суток);
- смена нижнего белья и носков;
- свисток (потребуется, чтобы звать на помощь);
- охотничьи спички, сухой спирт, газовые зажигалки (2-3 шт.);
- ремонтный комплект (нитки, иголки и пр.);
- одноразовая посуда;
- средства гигиены.

Если позволяет место и средства - положите спальный мешок, палатку (сейчас в специализированных магазинах представлен огромный их выбор), - газовую туристическую горелку с баллончиком 200-400 г. – этого вполне хватит на первое время для приготовления еды и обогрева.

Может пригодиться маленький блокнот и карандаш, который в отличие от шариковой ручки пишет всегда.

В зависимости от местности, в которой вы проживаете, будет меняться и содержимое «тревожного чемоданчика». Например, в сельской местности, понадобится компас, складная пила, а в городских условиях эти предметы вряд ли будут востребованы.

Рекомендуется протестировать уже собранный «тревожный чемоданчик», например, на даче, а затем скорректировать его содержимое.

Строгих рекомендаций на этот счет нет, но лучше следовать туристическому правилу: легкие предметы и предметы первой необходимости - аптечка, фонарик, нож и т.п. - сверху и в карманах, сменное белье, еда - на дно.

Как правильно укладывать вещи?

Чтобы защитить содержимое от влаги - используйте вакуумные пакеты с зажимом. Также, перед укладкой вещи можно упаковать в обычные полиэтиленовые пакеты, предварительно обмотав скотчем.

Продукты

Собирая продуктовый запас в «тревожный чемоданчик», можно приобрести туристический продуктовый набор длительного срока хранения (в магазинах для туристов и охотников), который содержит необходимый рацион на сутки. Или собрать продуктовый набор самостоятельно.

Основное правило - продукты должны быть компактными, легкими, калорийными и иметь длительный срок хранения. Выбирайте продукты в легких и крепких упаковках.

Рекомендуется взять сухофрукты (сушеные бананы, инжир, курага), орехи, орехово-фруктовые смеси, шоколад. Эти продукты очень калорийны и помогут Вам «продержаться» несколько дней, при этом они не тяжелые и занимают мало места.

Несмотря на то, что шоколад хорошо утоляет голод, будьте аккуратны: слишком сладкие, так же как и соленые продукты вызывают жажду. Обязательно возьмите галеты - они легкие и питательные, могут храниться длительное время в защищенном от влаги месте.

Для маленьких детей необходимо подготовить детское питание, сухое молоко и смеси.

И для детей, и для взрослых рекомендуется взять поливитамины - из расчета 1 шт. в день на одного. Положите их к продуктам.

Не рекомендуется для рациона «тревожного чемоданчика» выбирать консервированные продукты – железные банки весят много, а питательная ценность консервов не выше, чем у перечисленных выше продуктов.

Огонь

На тот случай, когда во время чрезвычайной ситуации возникнет необходимость обогрева и приготовления пищи, пригодятся следующие средства для розжига огня:

- спички - лучше взять охотничьи спички, они не промокают и горят на сильном ветру;
- сухой спирт - это альтернативный источник огня, а также средство для розжига костра;
- зажигалка - в рюкзаке необходимо иметь несколько газовых зажигалок.

Документы

Обязательно сделайте цветные или черно-белые копии всех необходимых документов: паспорта, военного билета или приписного свидетельства, удостоверения, а также документов, устанавливающих право на собственность и т.д. Если есть возможность, то копии лучше заверить нотариально. Желательно, чтобы документы были записаны на электронный носитель и упакованы в водонепроницаемую упаковку.

Документы всегда лучше хранить при себе – в нагрудных или внутренних карманах.

Одежда

Чрезвычайная ситуация может произойти в любое время года и при любых погодных условиях. Поэтому целесообразно подобрать одежду и на лето, и на зиму. Но, даже планируя летний комплект одежды, не стоит забывать о теплых вещах: куртке или свитере.

Оптимальный вариант: легкая непромокаемая куртка с капюшоном и ветровой юбкой, штаны-полукомбинезон. Желательно, чтобы на куртке и штанах было много карманов.

Собирая одежду для «тревожного чемоданчика», отдавайте предпочтение вещам, способным обеспечить максимальный комфорт, созданным из дышащих, непромокаемых и износостойчивых тканей.

Если позволяют средства, можно купить специально разработанную для туристов одежду и термобелье.

Как и в случае с рюкзаком, выбирая одежду, избегайте камуфляжной расцветки.

Подготовьте шапку и перчатки, сменные комплекты белья и носков.

Особенно серьезно следует подбирать обувь. Проверьте, комфортно ли вам будет находиться в ней длительное время, и проходить большие расстояния. Лучше выбрать вариант с непромокаемой подошвой и дышащим верхом.

Позаботьтесь о дождевике, который защитит от дождя и влаги не только вас, но и тревожный чемоданчик.

Одежду храните рядом с «тревожным чемоданчиком» - так, в случае чрезвычайной ситуации, будет удобно быстро переодеться, взять рюкзак и покинуть помещение.

Питьевая вода

Основная проблема в зоне чрезвычайной ситуации - дефицит чистой питьевой воды. Поэтому, обязательно в «тревожном чемоданчике» должен быть запас чистой питьевой воды из расчета минимум пол-литра на сутки. Расходовать ее нужно экономно и стараться пополнять запас при каждом удобном случае.

Если чрезвычайная ситуация застала вас в крупном городе, запасы воды можно будет найти на складах и в магазинах.

Пригодна для использования вода из водоемов, но в этом случае необходимо иметь специальные таблетки для обеззараживания воды. Но не забывайте, что кипячение является наиболее надежным способом для обеззараживания воды.

Медикаменты

Аптечка для «тревожного чемоданчика» собирается индивидуально, в зависимости от предписаний врача, особенностей здоровья. Как показывает практика, наиболее часто в чрезвычайных ситуациях применяют следующие препараты:

- Против приступов стенокардии и тахикардии, неврозов, бессонницы.
- Применяемых при аллергических реакциях.
- Противовоспалительные, жаропонижающие и анальгезирующие препараты.
- Антибиотики широкого спектра действия.
- Препараты, используемые при различных интоксикациях и отравлениях, диарее, дизентерии, аллергических реакциях, например активированный уголь.
- Средства для лечения острой и хронической диареи.
- Противомикробные средства для лечения дизентерии, гастроэнтеритов, энтероколитов, колита и других инфекционно-воспалительных заболеваний желудочно-кишечного тракта.
- Препаратов для снятия болевого синдром при зубной и головной боли, при травмах, ожогах.
- Аэрозоли или мази, улучшающие регенерацию тканей, при плохо заживающих ранах и язвах.

Средства перевязки:

- вата медицинская в рулоне 50 г – 1 шт.;
- бинт стерильный (7х14 см) – 1-2 шт.;
- салфетки дезинфицирующие – 10 шт.;
- салфетки стерильные – 1 уп.;
- лейкопластырь бактерицидный - упаковка или 20 шт.;
- лейкопластырь рулонный – 1 катушка;
- индивидуальный перевязочный пакет – 1-2 шт.

Средства антисептические:

- клей БФ – используется вместо йода и зеленки, образует на ранах защитную пленку;
- перекись водорода – способствует быстрой свертываемости крови и тормозит развитие инфекций на раневой поверхности;
- калия перманганат (марганцовка) – используется для полоскания горла, промывания ран, обработки ожогов, а также в качестве рвотного средства для приема внутрь.

Помимо этого, положите в аптечку кровоостанавливающий жгут (ознакомьтесь с правилами применения жгута), ножнички или универсальный нож, детские лекарства.

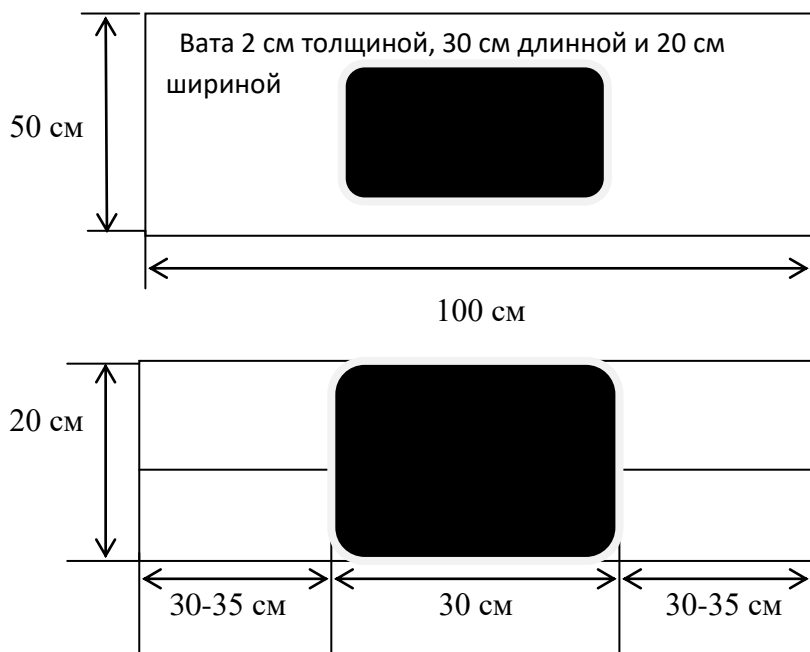
Многие из вышеперечисленных препаратов и средств содержатся в автомобильной аптечке, которую можно взять за основу, добавив медикаменты согласно индивидуальным особенностям здоровья и рекомендациям врача.

Ватно-марлевая повязка: правила изготовления и использования

При отсутствии противогаза можно использовать простейшее средство защиты органов дыхания – ватно-марлевую повязку, которую можно изготовить самому. Для этого необходимо взять кусок марли длиной 100 см, шириной 50 см (для детей 80 см х 30-40см). На середину куска положить слой ваты толщиной 2 см, длиной 30 см и шириной 20 см. Свободные от ваты концы марли по всей длине куска с обеих сторон завернуть, закрывая вату. Концы марли (30-35 см)

с обеих сторон разрезать посередине ножницами, образуя две пары завязок. Завязки закрепить стежками ниток (обшить).

Если имеется марля, но нет ваты, можно сделать просто марлевую повязку. В ней вместо ваты укладывают 5-6 слоев марли.



Ватно-марлевую (марлевую) повязку при использовании накладывают на лицо так, чтобы нижний край ее полностью закрывал подбородок, а верхний – доходил до глазных впадин. При этом она должна плотно прилегать ко рту и к носу. Нижние разрезанные концы повязки завязываются на темени, верхние – на затылке. Для защиты от хлора ватно-марлевую повязку предварительно смачивают в 2% растворе пищевой соды, для защиты от аммиака – в 5% растворе лимонной или уксусной кислоты.



ПАМЯТКА ПО ДЕЙСТВИЯМ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ СИГНАЛА ОПОВЕЩЕНИЯ «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА» ДЛЯ ЖИЛЬЦОВ ДОМА, РАСПОЛОЖЕННОГО ПО АДРЕСУ:

(наименование населенного пункта, адрес дома)

Сигнал оповещения «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА» подается для предупреждения населения о непосредственной угрозе поражения противником объекта, расположенного на территории населённого пункта, с воздуха и предусматривает включение электросирен, которые подают продолжительный (в течение 3 минут) звуковой сигнал – сигнал гражданской обороны «Внимание всем!».

Услышав предупредительный сигнал гражданской обороны «Внимание всем!», необходимо включить телевизор или радиоприемник (в случае нахождения на улице, – подойти к уличному громкоговорителю), посредством которых в течение 2-5 минут будет транслироваться сообщение – «Внимание! Говорит оперативный дежурный Республики Коми! Граждане, воздушная тревога!» – с последующим доведением информации о сложившейся ситуации и порядке действий населения.

После прослушивания сообщения действовать необходимо быстро, без паники и выполнить в течение 15 минут следующие действия:

1. Обесточить помещение (отключить электроприборы, перекрыть газ и воду).
2. Плотно закрыть двери и окна.
3. Взять с собой личные документы, средства связи, необходимые лекарственные препараты, фонарик с запасными батарейками, минимальный запас продуктов питания (из расчета на 1-2 приема пищи на одного человека), по возможности – складной стул, надеть вещи в зависимости от погодных условий (рекомендуется заранее определить место, где будет храниться перечисленное имущество, и периодически проверять имущество на исправность и срок годности).
4. Быстрым шагом перейти в заранее определенное защитное сооружение гражданской обороны, предусмотренное для укрытия. При необходимости оказать помощь детям и гражданам пожилого возраста.

Адрес защитного сооружения гражданской обороны, определенного для укрытия:

Ответственный за размещение в защитном сооружении гражданской обороны:

(Ф.И.О. номер телефона)

ВНИМАНИЕ!!! – если сигнал оповещения «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА» был получен на улице, необходимо укрыться в ближайшем подземном пространстве (подвал дома, цокольный этаж магазина или административного здания).

ПРИ ПОЛУЧЕНИИ СИГНАЛА ОПОВЕЩЕНИЯ «ОТБОЙ ВОЗДУШНОЙ ТРЕВОГИ»

Сигнал оповещения «ОТБОЙ ВОЗДУШНОЙ ТРЕВОГИ» подается для информирования населения о том, что угроза непосредственного нападения противника миновала.

Доводится по уличным громкоговорителям системы оповещения, радио- и телевизионным сетям, а также посредством СМС-сообщений от операторов сотовой связи. При доведении сигнала дикторы повторяют через каждые 3 минуты текст: «Внимание! Внимание! Граждане! Отбой воздушной тревоги!», на сотовые телефоны приходят СМС-сообщения аналогичного содержания.

Сигнал дублируется по местным радиотрансляционным сетям и при помощи передвижных громкоговорящих устройств.

После объявления сигнала необходимо покинуть защитное сооружение и вернуться домой, визуально проверить состояние жилого помещения и при необходимости вызвать аварийные и экстренные службы.

ВНИМАНИЕ!!! – до прибытия экстренных служб **категорически запрещается** трогать подозрительные предметы, обнаруженные при визуальном осмотре жилого помещения.

**ПАМЯТКА ПО ДЕЙСТВИЯМ НАСЕЛЕНИЯ
ПРИ ПОЛУЧЕНИИ СИГНАЛА ОПОВЕЩЕНИЯ
«О НАЧАЛЕ ПРОВЕДЕНИЯ ЭВАКУАЦИИ»
ДЛЯ ЖИЛЬЦОВ ДОМА, РАСПОЛОЖЕННОГО ПО АДРЕСУ:**

(наименование населенного пункта, адрес дома)

Сигнал оповещения «О НАЧАЛЕ ПРОВЕДЕНИЯ ЭВАКУАЦИИ» подается для заблаговременного выполнения комплекса мероприятий по организованному вывозу (выводу) населения из зон возможных опасностей и размещению его в безопасных районах.

Сигнал оповещения «О НАЧАЛЕ ПРОВЕДЕНИЯ ЭВАКУАЦИИ» доводится до населения через региональную автоматизированную систему централизованного оповещения Республики Коми (уличные громкоговорители), а также с использованием теле- и радиовещания, через органы местного самоуправления республики.

Услышав сигнал оповещения «О НАЧАЛЕ ПРОВЕДЕНИЯ ЭВАКУАЦИИ», необходимо включить телевизор или радиоприемник (в случае нахождения на улице, – подойти к уличному громкоговорителю), посредством которых в течение 2-5 минут будет транслироваться сообщение – «Внимание! Говорит оперативный дежурный Республики Коми! Граждане, объявлена эвакуация из зон возможных опасностей!» – с последующим доведением информации о сложившейся ситуации и порядке действий населения.

После прослушивания сообщения действовать необходимо быстро, без паники, в следующем порядке:

1. Обесточить помещение (отключить электроприборы, перекрыть газ и воду).

2. Плотно закрыть двери и окна.

3. Взять с собой личные документы, средства связи с зарядными устройствами, деньги, аптечку первой помощи и необходимые лекарственные препараты, средства личной гигиены, комплект одноразовой посуды, фонарик с запасными батарейками, запасной комплект нательного и нижнего белья, минимальный запас продуктов питания (из расчета на 2-3 приема пищи на одного человека), комплект для ремонта одежды (иголки, нитки и т.д.), надеть вещи в зависимости от погодных условий, при эвакуации малолетних детей – взять запасные вещи по сезону (рекомендуется заранее определить место, где будет храниться перечисленное имущество, и периодически проверять имущество на исправность и срок годности).

4. Прибыть через _____ часа на сборный эвакуационный пункт.

Адрес сборного эвакуационного пункта:

(наименование населенного пункта, адрес, телефон)

5. Действовать строго в соответствии с указаниями администрации сборного эвакуационного пункта.

6. По указанию администрации сборного эвакуационного пункта убыть на приемный эвакуационный пункт, расположенный в безопасном районе.

Адрес приемного эвакуационного пункта:

(наименование населенного пункта, адрес, телефон)

7. По прибытию на приемный эвакуационный пункт действовать согласно указаниям администрации пункта.

8. Получить документы на размещение в жилых помещениях и убыть к месту размещения.

ВНИМАНИЕ!!! – при возникновении проблемных вопросов по размещению и первоочередному жизнеобеспечению в безопасном районе необходимо без паники и лишней суеты обращаться в эвакуационную комиссию органа местного самоуправления, расположенную в здании администрации.

ПАМЯТКА ПО ДЕЙСТВИЯМ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ СИГНАЛА ОПОВЕЩЕНИЯ «ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА» ДЛЯ ЖИЛЬЦОВ ДОМА, РАСПОЛОЖЕННОГО ПО АДРЕСУ:

(наименование населенного пункта, адрес дома)

Сигнал оповещения «ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА» подается в зонах возможного химического заражения для заблаговременного выполнения комплекса мероприятий по своевременной защите населения, попадающего в данные зоны. Зоны возможного химического заражения, т.е. территории вблизи химически опасных объектов, определяются заблаговременно.

Сигнал оповещения «ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА» доводится до населения через региональную автоматизированную систему централизованного оповещения Республики Коми (уличные громкоговорители), а также с использованием теле- и радиовещания, через органы местного самоуправления республики.

Услышав сигнал оповещения «ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА», необходимо включить телевизор или радиоприемник (в случае нахождения на улице, – подойти к уличному громкоговорителю), посредством которых в течение 2-5 минут будет транслироваться сообщение – «Внимание! Говорит оперативный дежурный Республики Коми! Граждане, объявлена химическая тревога!» – с последующим доведением информации о сложившейся ситуации и порядке действий населения.

После прослушивания сообщения действовать необходимо быстро, без паники, в следующем порядке:

1. Строго выполнять действия, указанные в сообщении (особое внимание обратить на направление выхода из зоны заражения, порядка укрытия и т.д.).

2. В случае нахождения в жилом помещении (здании) и отсутствии возможности своевременно выйти из возможной зоны заражения, – плотно закрыть двери и окна, обязательно отключить вентиляцию и закрыть подручными средствами вентиляционные входы (выходы) в жилом помещении (здании).

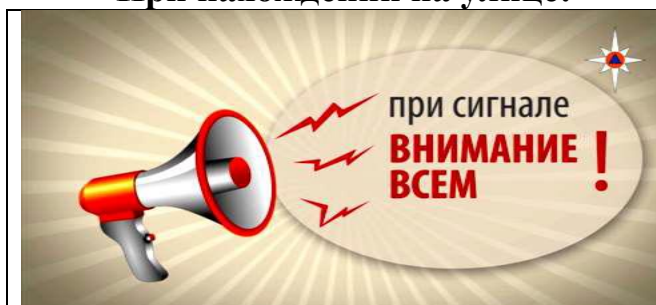
3. Использовать средства индивидуальной защиты, которые заблаговременно в установленном порядке можно получить в пункте выдачи средств индивидуальной защиты по адресу:

(наименование населенного пункта, адрес и телефон пункта выдачи СИЗ)

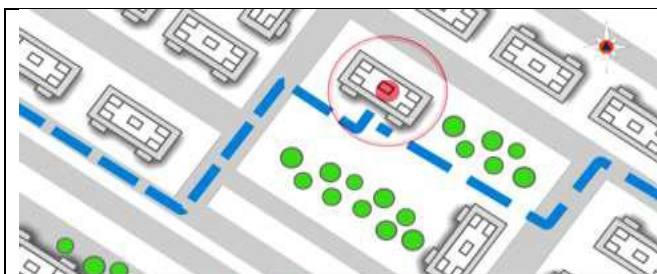
4. До выдачи в установленном порядке средств индивидуальной защиты использовать простейшие средства защиты органов дыхания, изготавливаемые самостоятельно в соответствии с рекомендациями, которые можно получить в органе местного самоуправления, специально уполномоченном на решение задач в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций на территории муниципального образования.

Действия населения при получении сигналов оповещения

При нахождении на улице:



Внимательно прослушать экстренное сообщение через уличные громкоговорители или другие средства оповещения. Сообщение дублируется многократно не менее двух- трех раз, с периодическим включением сирен.



Действовать по указанию представителей органов государственной власти.

Соблюдать спокойствие и порядок.

Проследовать в ближайшее укрытие.

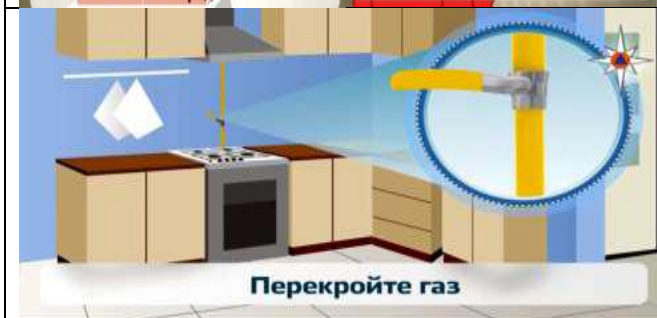
При нахождении в квартире дома:



Через уличные громкоговорители или другие средства оповещения будет передан звуковой сигнал оповещения. Непрерывное звучание сирены в течение трех минут или прерывистые гудки промышленных предприятий, организаций означают сигнал «**Внимание всем!**»



После сигнала необходимо включить радиоретрансляционную сеть или телевизор. По местному радиовещанию и телевидению будет передано **сообщение**. Полученную информацию передайте соседям, а затем действуйте согласно полученной информации.



Для того, чтобы исключить возможный взрыв газа в ваше отсутствие. Необходимо перекрыть газ. Для этого необходимо повернуть газовый вентиль в положение «Закр^ыто». Газовый вентиль находится на кухне, рядом с прибором учета газа.



Для того чтобы исключить возможность возникновения пожара. Необходимо отключить электричество. Для отключения электричества необходимо установить тумблеры автоматов в нижнее положение. Автоматы находятся в электрическом щите около входа в квартиру либо на лестничной клетке.



Для того чтобы исключить возможность затопления. Необходимо отключить горячую и холодную воду. Для этого необходимо повернуть краны в положение «Закр^ыто». Краны горячей и холодной воды обычно находятся в туалете, но могут быть в ванной комнате, или в прихожей.



Плотно закройте окна и форточки

Для того чтобы исключить попадания влаги и пыли с улицы необходимо закрыть окна и форточки.



Примите меры по защите продуктов, воды и пищи от возможного заражения

Для сохранения продуктов питания примите меры по их защите. Упакуйте продукты в полиэтиленовые пакеты и уберите в шкафы, столы, тумбы, расположенные на полу.

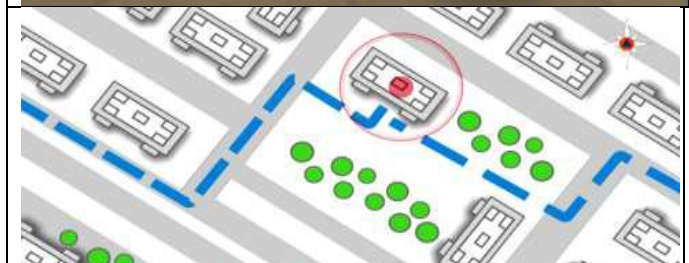


Одеть детей.
Закреть квартиру.
Оставьте на двери (прикрепите скотчем или другим способом) записку, в которой будет указано:
дата и время, когда Вы вышли из помещения;
список людей (фамилия, имя, отчество);
адрес укрытия, куда Вы направились (например, в подвал дома);
номера телефонов для связи с Вами.



ВАЖНО: ВЕС ВЕЩЕЙ НЕ ДОЛЖЕН ПРЕВЫШАТЬ 50 КГ НА ЧЕЛОВЕКА ЛИБО ДАВАТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ДЛЯ ПЕРЕНОСКИ ПРИ ЭВАКУАЦИИ ПЕШИМ ПОРЯДКОМ.

Взять тревожный набор и другие необходимые принадлежности. С составом тревожного набора и других необходимых принадлежностей можно ознакомиться в приложении.



По пути к укрытию и при входе в него надо соблюдать строгий порядок:
не толпиться;
не обгонять впереди идущих.

Постановление Правительства РФ от 29 ноября 1999 г. № 1309 «О Порядке создания убежищ и иных объектов гражданской обороны» (выписка)

Убежище - защитное сооружение гражданской обороны, предназначенное для защиты укрываемых в течение нормативного времени от расчетного воздействия поражающих

факторов ядерного и химического оружия и обычных средств поражения, бактериальных (биологических) средств и поражающих концентраций аварийно химически опасных веществ, возникающих при аварии на потенциально опасных объектах, а также от высоких температур и продуктов горения при пожарах;

противорадиационное укрытие - защитное сооружение гражданской обороны, предназначенное для защиты укрываемых от воздействия ионизирующих излучений при радиоактивном заражении (загрязнении) местности и допускающее непрерывное пребывание в нем укрываемых в течение нормативного времени;

укрытие - защитное сооружение гражданской обороны, предназначенное для защиты укрываемых от фугасного и осколочного действия обычных средств поражения, поражения обломками строительных конструкций, а также от обрушения конструкций вышерасположенных этажей зданий различной этажности.

Убежища создаются:

- для максимальной по численности работающей в военное время смены работников организации, имеющей мобилизационное задание (заказ) (далее - наибольшая работающая смена организации) и отнесенной к категории особой важности по гражданской обороне, независимо от места ее расположения, а также для наибольшей работающей смены организации, отнесенной к первой или второй категории по гражданской обороне и расположенной на территории, отнесенной к группе по гражданской обороне, за исключением наибольшей работающей смены метрополитена, обеспечивающего прием и укрытие населения в сооружениях метрополитена, используемых в качестве защитных сооружений гражданской обороны, и медицинского персонала, обслуживающего нетранспортабельных больных;
- для работников максимальной по численности работающей в мирное время смены организации, эксплуатирующей ядерные установки (атомные станции), включая работников организации, обеспечивающей ее функционирование и жизнедеятельность и находящейся на ее территории в пределах периметра защищенной зоны.

Противорадиационные укрытия создаются:

- для наибольшей работающей смены организации, отнесенной к первой или второй категории по гражданской обороне, расположенной в зоне возможного радиоактивного заражения (загрязнения) за пределами территории, отнесенной к группе по гражданской обороне;
- для нетранспортабельных больных и обслуживающего их медицинского персонала, находящегося в учреждении здравоохранения, расположенном в зоне возможного радиоактивного заражения (загрязнения).

Укрытия создаются:

- для наибольшей работающей смены организации, отнесенной к первой или второй категории по гражданской обороне, расположенной за пределами территории, отнесенной к группе по гражданской обороне, вне зоны возможного радиоактивного заражения (загрязнения);
- для нетранспортабельных больных и обслуживающего их медицинского персонала, находящегося в учреждении здравоохранения, расположенном на территории, отнесенной к группе по гражданской обороне, вне зоны возможного радиоактивного заражения (загрязнения).

Для укрытия населения используются имеющиеся защитные сооружения гражданской обороны и (или) приспособляются под защитные сооружения гражданской обороны в период мобилизации и в военное время заглубленные помещения и другие сооружения подземного пространства, включая метрополитены.

Что укрываемый должен взять с собой при укрытии в заглубленных и других помещениях подземного пространства

При подготовке к укрытию в заглубленных и других помещениях подземного пространства рекомендовано укрываемым иметь с собой «Тревожный набор», который должен

обеспечить безопасное пребывание в заглубленном или другом помещении подземного пространства в течение одних или двух суток.

В «тревожном наборе» должны быть средства индивидуальной защиты, основные документы, продукты питания, вода, аптечка, сменная одежда, одеяло, телефон и некоторые другие необходимые принадлежности.



«Тревожный набор» должен храниться в рюкзаках или сумках, которые могут быть распределены для переноски между членами семьи. Раз в год «тревожный набор» проверяется и обновляется.

Вес «тревожного набора» и других необходимых принадлежностей должен составлять не более:

для мужчин – 30 кг;

для женщин – 10 кг;

для юношей и девушек в возрасте:

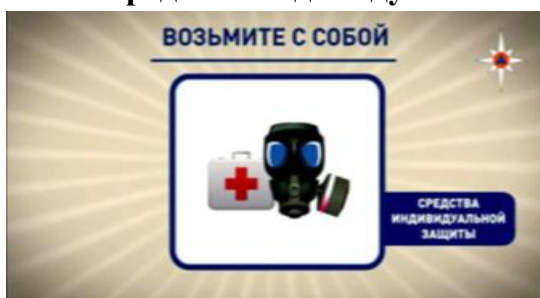
14 лет – 12 и 4 кг;

15 лет – 15 и 5 кг;

16 лет – 20 и 7 кг;

17 лет – 24 и 8 кг соответственно.

Средства индивидуальной защиты.



Каждому укрываемому настоятельно рекомендуется иметь с собой самоспасатель, но могут быть и другие индивидуальные средства защиты, такие как противогаз, респиратор.

Аптечка.

Состав аптечки: бинты, лейкопластырь, йод, а также медицинские препараты (средства), которые члены семьи вынуждены принимать постоянно.

Основные документы.



Паспорт, военный билет, трудовая книжка, пенсионное удостоверение, свидетельство о браке, свидетельство о рождении детей, документы об образовании, свидетельство о государственной регистрации права собственности, страховое свидетельство Государственного пенсионного фонда, свидетельство о постановке на учет физического лица в налоговом органе, банковские пластиковые карты, денежные знаки и особо ценные вещи.

Продукты питания и запасы воды.



Продукты питания и запасы воды необходимо взять на срок:

- до одних суток, на период действия обычных средств поражения;
- до двух суток, в случае, если помещение для укрытия расположено в зоне возможного радиоактивного загрязнения.

Из продуктов питания нужно брать такие, которые могут долго храниться без холодильника. Предпочтительнее продукты без острых запахов и в защитной упаковке (в пергаментной бумаге, целлофане, различного вида консервы).

Рекомендуется следующий набор:

для взрослого человека - сухари, печенье, галеты в бумажной или целлофановой упаковке, мясные или рыбные консервы с консервным ножом и готовые к употреблению, высококалорийные продукты (шоколад, печенье), чай, конфеты, сахар-рафинад, соль и т.д.;

для детей, учитывая их возраст и состояние здоровья, - специальное детское питание (по возрасту), сгущенное молоко, сухое молоко, фруктовые напитки и т.д.

Необходимо взять с собой не менее 4,5 литров воды на сутки на каждого человека. В жару потребность воды увеличивается вдвое. Вода должна храниться в пластиковой или эмалированной таре. Ни в коем случае не используйте стеклотару, которая может разбиться.

Правила пребывания (поведения) укрываемых в заглубленных и других помещений подземного пространства

Укрываемые в заглубленных и других помещениях подземного пространства обязаны строго соблюдать основные правила поведения:

- спокойно сидеть на своих местах,
- выполнять распоряжения дежурных;
- поддерживать чистоту и порядок в помещениях;
- содержать в готовности средства индивидуальной защиты;
- оказывать помощь больным, инвалидам, детям;
- соблюдать спокойствие, не допускать случаев паники и нарушений общественного порядка;

оставаться на местах в случае отключения освещения;

соблюдать установленный порядок приёма пищи (2-3 раза в сутки при выключенной вентиляции);

соблюдать правила техники безопасности.

При частичных разрушениях заглубленного и другого помещения подземного пространства (завал выходов, разрушение стены и т. п.) необходимо сохранять спокойствие, ожидая указаний старшего по укрытию. В случае необходимости, укрывающиеся должны оказывать им посильную помощь в выполнении работ по разборке заваленных выходов, вскрытию лазов и пр.

Если в помещении будет внезапно выключено освещение, нужно спокойно оставаться на местах и ждать, когда будет включен свет или по распоряжению старшего по укрытию будут зажжены фонари и свечи. При пользовании источниками света с открытым пламенем (керосиновыми лампами, свечами) их следует ставить ближе к вытяжным отверстиям.

Укрываемым в заглубленных и других помещениях подземного пространства запрещено:



– курить



– употреблять
спиртные напитки



– применять источники
освещения с открытым
пламенем, пользоваться
открытым огнем



– ходить без
надобности по
помещению



– шуметь, громко
разговаривать



– громко слушать без
наушников
радиоприёмники,
магнитофоны и другие
радиосредства



– открывать и
закрывать входные
двери без разрешения
старшего по укрытию

А также:

самостоятельно включать и выключать освещение;
брать и пользоваться инструментом, инженерными агрегатами без указания дежурных;
входить в технические помещения, включать (выключать) рубильники и др.
оборудование, прикасаться к электрооборудованию, к запорной арматуре систем
водоснабжения, канализации, теплоснабжения, к дверным затворам и другому оборудованию);
самостоятельно выходить из помещений.

Обеспечение населения средствами индивидуальной защиты (СИЗ)

В соответствии с Приказом МЧС России от 1 октября 2014 г. № 543 «Об утверждении Положения об организации обеспечения населения средствами индивидуальной защиты»:

Обеспечению СИЗ подлежит население, проживающее и (или) работающее на территориях в пределах границ зон:

– защитных мероприятий, устанавливаемых вокруг комплекса объектов по хранению и уничтожению химического оружия;

- возможного радиоактивного и химического загрязнения (заражения), устанавливаемых вокруг радиационно, ядерно и химически опасных объектов.

Обеспечение населения СИЗ осуществляется:

- федеральными органами исполнительной власти - работников этих органов и организаций, находящихся в их ведении;
- органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации - работников этих органов, работников органов местного самоуправления и организаций, находящихся в их ведении соответственно, а также неработающего населения соответствующего субъекта Российской Федерации;
- организациями - работников этих организаций.

Накопление запасов (резервов) СИЗ осуществляется:

- для работников организаций и населения, проживающего и (или) работающего на территориях в пределах границ зон возможного химического заражения, - СИЗ органов дыхания от аварийно химически опасных веществ, в результате распространения которых может возникнуть данная зона возможной опасности, из расчета на 100% их общей численности. Количество запасов (резервов) СИЗ увеличивается на 5% от их потребности для обеспечения подбора по размерам и замены неисправных;
- для работников организаций и населения, проживающего и (или) работающего на территориях в пределах границ зон возможного радиоактивного загрязнения, - респираторы из расчета на 100% их общей численности. Количество запасов (резервов) респираторов увеличивается на 1% от их потребности для обеспечения замены неисправных;
- для работников организаций и населения, проживающего и (или) работающего на территориях в пределах границ зон химического и радиоактивного заражения, - медицинские средства индивидуальной защиты из расчета на 30% от их общей численности.

При этом органы исполнительной власти субъектов Российской Федерации увеличивают количество запасов СИЗ не менее чем на 10% от их потребности для обеспечения населения, которое может временно находиться на территориях в пределах границ зон химического и радиоактивного заражения. Исправные противогазы фильтрующие с не истекшими сроками хранения, накопленные ранее в запасах (резервах), могут использоваться вместо респираторов на территориях в пределах границ зон возможного радиоактивного загрязнения, устанавливаемых вокруг радиационно- и ядерно опасных объектов.

Защита от аварийно химически опасных веществ (хлор и аммиак)

В Республике Коми химически опасные объекты используют в своей деятельности хлор и аммиак.

Хлор. Используется для обеззараживания питьевой и сточных вод.

Хлор – зеленовато-жёлтый газ с резким раздражающим запахом. Тяжелее воздуха в 2,5 раза и вследствие этого скапливается в низких участках местности, подвалах, на первых этажах зданий.

В случае выброса в атмосферу образуется белый туман, стелющийся по земле (испаряется даже зимой).

Гражданские противогазы (ГП-7, ГП-9, ГП-21) защищают органы дыхания от хлора в течение 20-40 минут, а если их нет, то нос и рот необходимо закрыть ватно-марлевой повязкой, смоченной 2%-ным раствором соды.




При выбросе хлора в атмосферу при аварии на химически опасном предприятии населению целесообразно оставаться в домах, предварительно все окна, двери, вентиляционные отверстия и дымоходы герметизировать простынями, одеялами, смоченными раствором соды или водой, по возможности следует подняться выше 3-го этажа. Если до начала заражения есть



время, проводят срочную эвакуацию. Пешая эвакуация в средствах индивидуальной защиты осуществляется перпендикулярно направлению движения воздуха, на возвышенность.

Указ Президента РФ от 14 июня 2012 г. № 851 «О порядке установления уровней террористической опасности, предусматривающих принятие дополнительных мер по обеспечению безопасности личности, общества и государства»

В целях своевременного информирования населения о возникновении угрозы террористического акта и организации деятельности по противодействию его совершению могут устанавливаться следующие уровни террористической опасности на отдельных участках территории Российской Федерации (объектах):

№ п/п	Уровни террористической опасности	Основание для установления уровня террористической опасности
1.	 повышенный («синий»)	при наличии требующей подтверждения информации о реальной возможности совершения террористического акта
2.	 высокий («желтый»)	при наличии подтвержденной информации о реальной возможности совершения террористического акта
3.	 критический («красный»)	при наличии информации о совершенном террористическом акте либо о совершении действий, создающих непосредственную угрозу террористического акта

Уровень террористической опасности может устанавливаться на срок не более 15 суток.

В соответствии с установленным уровнем террористической опасности могут приниматься следующие дополнительные меры по обеспечению безопасности личности, общества и государства:

При установлении повышенного («синего») уровня террористической опасности:

внеплановые мероприятия по проверке информации о возможном совершении террористического акта;

дополнительный инструктаж нарядов полиции и отдельных категорий военнослужащих, а также персонала и подразделений потенциальных объектов террористических посягательств, осуществляющих функции по локализации кризисных ситуаций, с привлечением в зависимости от полученной информации специалистов в соответствующей области;

выставление на улицах, площадях, стадионах, в скверах, парках, на транспортных магистралях, вокзалах, в аэропортах, морских и речных портах, местах проведения публичных и массовых мероприятий, в других общественных местах усиленных патрулей, в том числе с привлечением специалистов кинологической службы;

усиление контроля в ходе проведения досмотровых мероприятий в аэропортах, морских и речных портах, на объектах метрополитена, железнодорожных вокзалах и автовокзалах с использованием специальных технических средств;

проведение проверок и осмотров объектов инфраструктуры, теплопроводов, газопроводов, газораспределительных станций, энергетических систем в целях выявления возможных мест закладки взрывных устройств;

проведение инженерно-технической разведки основных маршрутов передвижения участников публичных и массовых мероприятий, обследование потенциальных объектов террористических посягательств и мест массового пребывания граждан в целях обнаружения и обезвреживания взрывных устройств;

своевременное информирование населения о том, как вести себя в условиях угрозы совершения террористического акта;

При установлении высокого («желтого») уровня террористической опасности:

реализация внеплановых мер по организации розыска на воздушном, водном, автомобильном, железнодорожном транспорте, а также на наиболее вероятных объектах террористических посягательств лиц, причастных к подготовке и совершению террористических актов;

усиление контроля за соблюдением гражданами Российской Федерации, в том числе должностными лицами, порядка регистрации и снятия с регистрационного учета граждан Российской Федерации по месту их пребывания и по месту жительства в пределах участка территории Российской Федерации, на котором установлен уровень террористической опасности, а также за соблюдением иностранными гражданами и лицами без гражданства порядка временного или постоянного проживания, временного пребывания в Российской Федерации, въезда в Российскую Федерацию, выезда из Российской Федерации и транзитного проезда через территорию Российской Федерации;

уточнение расчетов имеющихся у федеральных органов исполнительной власти и органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации сил и средств, предназначенных для ликвидации последствий террористических актов, а также технических средств и специального оборудования для проведения спасательных работ;

проведение дополнительных тренировок по практическому применению сил и средств, привлекаемых в случае возникновения угрозы террористического акта;

проверка готовности персонала и подразделений потенциальных объектов террористических посягательств, осуществляющих функции по локализации кризисных ситуаций, и отработка их возможных действий по пресечению террористического акта и спасению людей;

определение мест, пригодных для временного размещения людей, удаленных с отдельных участков местности и объектов, в случае введения правового режима контртеррористической операции, а также источников обеспечения их питанием и одеждой;

перевод соответствующих медицинских организаций в режим повышенной готовности;

оценка возможностей медицинских организаций по оказанию медицинской помощи в неотложной или экстренной форме, а также по организации медицинской эвакуации лиц, которым в результате террористического акта может быть причинен физический вред;

При установлении критического («красного») уровня террористической опасности:

приведение в состояние готовности группировки сил и средств, созданной для проведения контртеррористической операции;

перевод соответствующих медицинских организаций в режим чрезвычайной ситуации;

усиление охраны наиболее вероятных объектов террористических посягательств;

создание пунктов временного размещения людей, удаленных с отдельных участков местности и объектов, в случае введения правового режима контртеррористической операции, обеспечение их питанием и одеждой;

принятие неотложных мер по спасению людей, охране имущества, оставшегося без присмотра, содействие бесперебойной работе спасательных служб;

приведение в состояние готовности: транспортных средств - к эвакуации людей, медицинских организаций - к приему лиц, которым в результате террористического акта может быть причинен физический и моральный ущерб, центров экстренной психологической помощи - к работе с пострадавшими и их родственниками;

усиление контроля за передвижением транспортных средств через административные границы субъекта Российской Федерации, на территории которого установлен уровень террористической опасности, проведение досмотра транспортных средств с применением технических средств обнаружения оружия и взрывчатых веществ.

Памятка населению по действиям при угрозе биологического террористического акта

- 1) Без специального разрешения не покидайте местожительства. Без крайней необходимости не выходите из дома, избегайте места большого скопления людей;
- 2) дважды в сутки измеряйте температуру себе и членам своей семьи. Если она повысилась и Вы плохо себя чувствуете, изолируйтесь от окружающих в отдельной комнате. Срочно сообщите о заболевании в медицинское учреждение;
- 3) если Вы не можете сами установить характер болезни, действуйте так, как следует действовать при инфекционных заболеваниях;
- 4) обязательно проводите ежедневную влажную уборку помещения с использованием дезинфицирующих растворов. Мусор сжигайте;
- 5) уничтожайте грызунов и насекомых - возможных переносчиков заболеваний;
- 6) строго соблюдайте правила личной и общественной гигиены.
- 7) воду используйте из проверенных источников и пейте только кипяченую;
- 8) сырые овощи и фрукты после мытья обдайте кипятком;
- 9) при общении с больным надевайте халат, косынку и ватно-марлевую повязку. Выделите больному отдельную постель, полотенце и посуду. Регулярно их стирайте и мойте;
- 10) при госпитализации больного проведите в квартире дезинфекцию, постельное белье и посуду прокипятите в течение 15 мин. в 2% растворе соды или замочите на 2 часа в 2% растворе дезинфицирующего средства. Затем посуду обмойте горячей водой, белье прогладьте, комнату проветрите.

Действия граждан при получении подозрительного почтового отправления

- 1) не вскрывать и не встряхивать конверт;
- 2) не передавать другим лицам;
- 3) положить конверт в пластиковый пакет и герметично запечатать;
- 4) предварительно закрыв окна, выключив вентиляцию и кондиционер (если они работали), покинуть помещение и не допускать туда других лиц;
- 5) вымыть руки с мылом;
- 6) позвонить по телефону «112» и ожидать приезда полиции в другом помещении.

При подозрении на наличие биологически опасного объекта после вскрытия почтового отправления:

- 1) не высыпать содержимое конверта, не прикасаться к нему;
- 2) закрыть окна, выключить вентиляцию и кондиционер и как можно быстрее покинуть помещение, закрыть его на ключ;
- 3) сообщить в полицию;
- 4) выполнять все указания и рекомендации прибывших сотрудников Управления Роспотребнадзора.

Правила и порядок действий населения при угрозе или совершении террористического акта

При нахождении в своем доме (квартире) в случае получения информации об угрозе террористического акта:

- уберите пожароопасные предметы: старые запасы красок, лаков, и т.п.;
- уберите с окон горшки с цветами (поставьте их на пол);

- отключите электричество, воду и газ;
- подготовьте аварийные источники освещения (фонари и т. п.);
- создайте запас медикаментов и 2-3-суточный запас питьевой воды и питания;
- задерните шторы на окнах - это защитит Вас от повреждения осколками стекла.

Сложите в сумку необходимые Вам документы и предметы первой необходимости для случая экстренной эвакуации. Получив сообщение о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте команды. Окажите помощь в эвакуации пожилых людей и женщин.

Не допускайте паники, истерик и спешки. Окажите психологическую поддержку пожилым людям. Продвигайтесь осторожно, не трогайте поврежденные конструкции и оголившиеся провода.

В разрушенном или поврежденном помещении из-за опасности взрыва скопившихся газов не пользуйтесь открытым пламенем (спичками, свечами, факелами и т.п.).

При загорании одежды оберните пострадавшего плотной тканью (мокрым пальто, одеялом) или облейте водой. Предотвратите движение человека, вплоть до применения подножки. Приложите влажную ткань на место ожогов. Не смазывайте ожоги. Не трогайте ничего, что прилипло к ожогам. Отправьте пострадавшего в ближайший медицинский пункт

Если в поврежденном здании лестница задымлена - откройте на лестничной клетке окна (выбейте стекла), выпустите дым и дайте приток свежего воздуха, а двери помещений, откуда проникает на лестницу дым, плотно прикройте. При задымлении защитите органы дыхания смоченным водой платком или полотенцем.

Не пытайтесь выйти через задымленный коридор (дым очень токсичен), горячие газы могут обжечь легкие. Выйдите на балкон (подойдите к окну) и подавайте сигналы о помощи, предварительно уплотнив дверь мокрой тканью.

Спасание следует выполнять по балконам, наружным стационарным, приставным и выдвижным лестницам. Спускаться по водопроводным трубам и стоякам, а также с помощью связанных простыней крайне опасно и эти приемы возможны лишь в исключительных случаях. Недопустимо прыгать из окон здания, начиная с третьего этажа, т.к. неизбежны травмы. Выходите из зоны пожара перпендикулярно направлению движения ветра.

Помните: правильные и грамотные действия помогут сохранить Вашу жизнь и жизнь Ваших близких.

Памятки

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ И ЗАЩИТА ОТ ГРОЗЫ

Основными травмами при поражении молнией являются: электротравма, паралич, ожог, потеря зрения и слуха. Нередко к ним добавляются сопутствующие травмы: ушибы, переломы, депрессия, страх. Несмотря на кратковременное воздействие молнии, у человека может быть парализована работа мозга и сердца, нередко сильные ожоги. После прямого попадания человек мгновенно теряет сознание и падает. Молния воспламеняет одежду.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПОРАЖЕНИИ МОЛНИЕЙ

- Быстро определите состояние пострадавшего.
- Незамедлительно проведите реанимационные мероприятия: искусственное дыхание, непрямой массаж сердца.
- Согрейте пострадавшего.
- Обработайте места ожогов и сопутствующие раны.



– Срочно доставьте пострадавшего в лечебное учреждение.

Существует ошибочное мнение, что пораженного молнией человека необходимо на время закопать в землю. **НЕ ДЕЛАЙТЕ ЭТОГО НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ.** Такие действия ухудшают состояние пострадавшего и могут привести к его гибели.

МОЛНИЕЗАЩИТА - это комплекс мер, направленных на предупреждение ударов молнии. Основным техническим средством защиты от ударов молнии является молниеотвод. Он должен быть выше защищаемого объекта, иметь заземляющий элемент и металлический проводник, соединяющий верхний стержень молниеотвода с заземлением.

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

Для уменьшения вероятности поражения молнией тело человека должно иметь как можно меньший контакт с землей. Наиболее безопасной позой считается следующая: присесть, ступни поставит вместе, опустить голову и грудь на колени и предплечья, руками обхватить колени.

Можно сесть или встать на изоляционный материал: бревно, доску, камень, палатку, спальный мешок, рюкзак.

Не располагайтесь рядом с железнодорожным полотном, у водоема, у высотного объекта без молниеотвода.

Не касайтесь головой, спиной или другими частями тела скал, стволов деревьев, металлических конструкций.

Во время грозы постарайтесь сохранить одежду и тело сухими.

Не находитесь рядом с включенными электроприборами, проводкой, металлическими предметами, не касайтесь их руками, не располагайтесь вблизи молниезащитного заземления.

В зоне безопасности займите сухое место на расстоянии 1,5-2 метра от высоких объектов.

Обойдите участок земли, куда попала молния, или переждите несколько минут, пока электричество рассеется.

Незамедлительно вызовите пожарных при возникновении пожара, постарайтесь ликвидировать его сами.

При необходимости окажите помощь пострадавшим.

МОЛНИЯ – атмосферное явление, связанное с развитием мощных кучево-дождевых облаков возникновением электрических разрядов, сопровождающихся громом, шквалистым усилением ветра, ливнем, градом, понижением температуры воздуха.

Гроза относится к быстротекущим, бурным и чрезвычайно опасным атмосферным явлениям. Основным поражающим фактором грозы является молния. Молния представляет собой высокоэнергетический электрический разряд, возникающий вследствие установления разности потенциалов между поверхностями облаков и земли. Иногда эта разность достигает несколько миллионов вольт. За одну грозу может образоваться несколько десятков молний. У молнии есть свои «излюбленные» места, куда она чаще всего попадает. Это высокое отдельно стоящее дерево, стог сена, печная труба, высотное строение, горные вершины. В лесу молния часто поражает дуб, сосну, ель, реже березу, клен. Молния может вызвать пожар, взрыв, разрушение строений и конструкций, травмирование и гибель людей и животных.

Молния поражает человека в следующих случаях:

- в результате прямого попадания;
- при прохождении электрического разряда в непосредственной близости (около 1 м) от человека;
- при распространении электричества в сырой земле или в воде.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ГРОЗЕ

В квартире, доме, здании: ликвидируйте сквозняки, плотно закройте окна, воздухопроводы, отсоедините электроприборы от питания, отключите наружную антенну,



прекратите телефонные разговоры, не располагайтесь у окна, печи, камина, массивных металлических предметов, на крыше и на чердаке.

В лесу: лучше встретить грозу на поляне, не ищите защиты под кронами высоких или отдельно стоящих деревьев, не прислоняйтесь к их стволам, не влезайте на деревья, не располагайтесь у костра, так как столб горячего дыма является хорошим проводником электричества.

На открытом месте: следите за тем, чтобы вы не оказались самой высокой точкой в окрестности. Не располагайтесь на возвышенностях, у металлических заборов, опор и линий электропередач, не ходите босиком, не прячьтесь в стоге сена или соломы, не поднимайте над головой токопроводящие предметы: лопаты, тяпки, косы. Прекратите спортивные игры, не стойте плотной группой в потенциально опасном месте.

В палатке. Установите палатку не менее 2 м от ствола дерева, накройте ее водонепроницаемой пленкой, плотно закройте все отверстия, наденьте сухую одежду и лягте. В конёк палатки можно вплести медную ленту и заземлить ее. Металлические предметы разместите на расстоянии 15-20 м от палатки.

У воды: не купайтесь в грозу, не плавайте на лодке, не ловите рыбу. Не располагайтесь в непосредственной близости от водоема.

В машине: прекратите движение, не стойте на высоком месте и в открытом поле, переждите грозу в салоне. Не заправляйте машину во время грозы, не располагайтесь между машинами или в кузове, не сидите на металлических предметах, не прячьтесь под машину.

ПЕРЕДВИЖЕНИЕ ПО ЛЬДУ

В целях обеспечения безопасности при передвижении по льду необходимо исключить случаи возникновения сосредоточенной нагрузки. Это достигается путем соблюдения безопасного расстояния между людьми и техникой. Длительная остановка на льду крайне опасна.

Наибольшую опасность ледовые переправы представляют весной, осенью и в период длительной оттепели. Безопасность в эти периоды осуществляется ведением постоянного контроля за состоянием ледовых переправ и запрещением их использования в случае возникновения опасности.

Дополнительную опасность представляет проламывание льда для человека, который несёт тяжелый груз. Переносимый груз увеличивает нагрузку на лёд, способствует падению, препятствует быстрому принятию вертикального положения, мешает выбраться из воды на лёд. Перед выходом на лёд нужно ослабить лямки рюкзака и быть готовым к быстрому сбрасыванию его в случае внезапного проламывания льда.

В период весеннего таянья лёд становится пористым и слабым, покрывается талой водой и размягчается, приобретает беловатый цвет. Выходить на такой лёд очень опасно.

Чрезвычайную опасность представляет отрыв прибрежного льда С ЛЮДЬМИ во время отдыха, похода, подлёдной рыбалки. Наибольшая опасность в подобной ситуации связана с длительным пребыванием людей на холоде, их переохлаждением, попаданием в воду. Все усилия пострадавших должны быть направлены на профилактику переохлаждения организма, предотвращение паники и действий, способствующих переворачиванию или раскалыванию льдины.

ЧТОБЫ НЕ СЛУЧИЛОСЬ БЕДЫ

– Прежде, чем выйти на лёд, убедитесь в его прочности.



- Используйте найденные тропы по льду. При их отсутствии, стоя на берегу, наметьте маршрут движения, обходите подозрительные места.
- В случае появления признаков непрочности льда, немедленно вернитесь на берег, идите с широко расставленными ногами, не отрывая их от поверхности льда. В крайнем случае - ползите.
- Не допускайте скопления людей и грузов в одном месте на льду.
- Исключите случаи пребывания на льду в туман, снегопад, дождь, а также ночью.
- Не катайтесь на льдинах, обходите перекаты, полыньи, проруби, край льда.

ПОМНИТЕ! Человек может погибнуть в воде в результате утопления, холодового шока, а также от переохлаждения через 15-20 минут после попадания в ледяную воду.

ОСНОВНЫМ УСЛОВИЕМ БЕЗОПАСНОГО ПРЕБЫВАНИЯ НА ЛЬДУ ЯВЛЯЕТСЯ СООТВЕТСТВИЕ ЕГО ТОЛЩИНЫ ПРИЛАГАЕМОЙ НАГРУЗКЕ.

Для одного человека безопасной является толщина льда 7 см, для устройства катка - не менее 12 см, пешие переправы - 15 см, для легковых автомашин - не менее 30 см.

Разведку прочности льда надо проводить при соблюдении требований безопасности. Для выхода на лёд надо выбрать безопасное и удобное место спуска с берега. Следует постучать по льду палкой, чтобы проверить его прочность.

ЕСЛИ ЛЁД ПРОЛОМИЛСЯ

- Не паникуйте, сбросьте тяжелые вещи, удерживайтесь на плаву, зовите на помощь.
- Держите голову высоко над водой, постоянно зовите на помощь.
- Старайтесь не обламывать кромку льда, навалитесь на неё грудью, поочередно поднимите и вытащите ноги на льдину.
- Обопритесь на край льдины широко расставленными руками, при наличии сильного течения согните ноги, снимите обувь.
- После выхода из воды на лёд нужно двигаться к берегу ползком или перекатываясь.
- Вставать и бежать нельзя, поскольку можно снова провалиться.
- В случае падения в воду одновременно нескольких человек надо по очереди выбраться на лёд, помогая друг другу. На льду нужно находиться только в позе лёжа.
- Можно образовать живую цепочку, лечь на лёд и передвигаться ползком к берегу.



СПАСЕНИЕ ПОСТРАДАВШИХ

- Сообщите пострадавшему, что идёте ему на помощь, это придаст ему уверенность и силу.
- Если беда произошла недалеко от берега и пострадавший способен к активным действиям, ему нужно бросить шарф, веревку, подать длинную палку, доску, лестницу.
- Можно взять длинный шест за оба конца, сориентировать его середину над пострадавшим и вы тащить его из воды.
- Можно подползти к пострадавшему, подать ему руку или вытащить его за одежду. В этом могут участвовать несколько человек. Не подползайте близко к пролому, держите друг друга за ноги.
- Для обеспечения безопасности необходимо использовать подручные средства: доску, щит, шест, верёвку.

- Действовать нужно быстро, смело, решительно, поскольку пострадавший теряет силы и может погрузиться под воду.
- После извлечения пострадавшего из воды, его нужно незамедлительно отогреть.
- Если пострадавший скрылся под водой, его надо постараться быстрее вытащить и оказать первую помощь.

ЗАПОМНИ!

В холодной воде замедляются функции всех систем организма. Известны случаи, когда удавалось спасти человека, который находился под водой 30 минут и более.

При этом оптимальные результаты могут быть достигнуты в лечебном учреждении, куда необходимо оперативно доставить пострадавшего.



НАВОДНЕНИЕ. ЕСЛИ ВЫ ПОПАЛИ В ВОДНЫЙ ПОТОК

НАВОДНЕНИЕ - это значительное затопление местности вследствие подъема уровня воды в результате ливней, таяния снега, ветровых нагонов воды, при заторах, зажорах и т.п.

Наводнения могут возникать внезапно и продолжаться от нескольких часов до 2 - 3 недель.

В случае попадания в бурный водный поток **необходимо:**

- удерживаться на поверхности воды;
- снять обувь, тяжелую верхнюю одежду и стараться добраться до берега, строения или плавательного средства и здесь ждать спасателей;
- использовать плавающие предметы, чтобы задержаться на поверхности воды;
- избегать водоворотов, стремнин, препятствий в воде;
- экономить силы, плыть по течению, приближаться к берегу.

Допустимое время пребывания человека в воде:

Температура воды, °С	Время пребывания в воде, мин.
24	420-450
10-15	210-270
2-3	10-15
-2	5-8

ДЕЙСТВИЯ ПОСЛЕ НАВОДНЕНИЯ

- Перед тем, как войти в здание проверьте, не угрожает ли оно обрушением или падением какого-либо предмета.
- Проветрите здание (для удаления накопившихся газов).
- Не включайте электроосвещение, не пользуйтесь источниками открытого огня, не зажигайте спичек до полного проветривания помещения и проверки исправности системы газоснабжения.
- Проверьте исправность электропроводки, трубопроводов газоснабжения, водопровода и канализации. Не пользуйтесь ими до тех пор, пока не убедитесь в их исправности с помощью специалистов.
- Для проветривания помещений откройте все окна и двери, уберите грязь с пола и стен, откачайте воду из подвалов, осушите колодцы.
- Не употребляйте в пищу продукты, которые были в контакте с водой.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К НАВОДНЕНИЮ

Если в районе Вашего проживания не исключено возникновение наводнения, изучите и запомните границы возможного затопления, а также возвышенные, редко затапливаемые места, расположенные в непосредственной близости от места проживания, кратчайшие пути движения к ним.

Ознакомьте членов семьи с правилами поведения при организованной и индивидуальной эвакуации, а также в случае внезапного и бурно развивающегося наводнения.

Заранее составьте перечень документов, имущества и медикаментов, вывозимых при эвакуации.

Уложите в специальный чемодан или рюкзак ценности, необходимые теплые вещи, запас продуктов, воды и медикаменты.

ПРИ ЗАБЛАГОВРЕМЕННОМ ОПОВЕЩЕНИИ О НАВОДНЕНИИ

Услышав сигнал «**Внимание всем!**», передаваемый сиренами, прерывистыми гудками предприятий и транспортных средств:

- Включите телевизор, радио, прослушайте рекомендации о порядке ваших действий.
- Отключите воду, газ, электричество, погасите огонь в печи.
- Запасите пищу и воду в герметичной таре.
- Укрепите (забейте) окна, двери нижних этажей.
- Перенесите на верхние этажи ценные вещи.
- Возьмите необходимые вещи и документы, деньги, медицинскую аптечку, трехдневный запас продуктов, постельное белье и туалетные принадлежности, комплект верхней одежды и обуви.
- Следуйте на сборный эвакуационный пункт для регистрации и отправки в безопасный район.

В зависимости от сложившейся обстановки население эвакуируется специально выделенным для этих целей транспортом или в пешем порядке.

По прибытии в конечный пункт производится регистрация и организуется отправка населения в места размещения для временного проживания.

При внезапном наводнении:

- Эвакуируйтесь в ближайшее безопасное место.
- Находитесь на верхних этажах и крышах зданий, на деревьях или других возвышающихся предметах. Оставайтесь там до спада воды.
- В ночное время подавайте световые сигналы, в дневное время вывесите белое или цветное полотнище.
- При подходе спасателей без паники и суеты, с соблюдением мер предосторожности, переходите в плавательное средство. При этом неукоснительно соблюдайте требования спасателей, не допускайте перегрузки плавсредств, не покидайте установленных мест, не садитесь на борта.
- Самостоятельно выбираться из затопленного района рекомендуется только при наличии таких серьезных причин, как необходимость оказания медицинской помощи пострадавшим, продолжающийся подъем уровня воды, при угрозе затопления верхних этажей, чердака.
- При этом необходимо иметь надежное плавательное средство и знать направление движения. В ходе самостоятельного выдвижения не прекращайте подавать сигнал бедствия.
- Оказывайте помощь людям, плывущим в воде и утопающим.



ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВОЗНИК ЛЕСНОЙ ПОЖАР?

Захлестывание кромки пожара - самый простой и достаточно эффективный способ тушения слабых и средних пожаров.

Для этого используют пучки ветвей длиной 1-2 м или небольшие деревья, преимущественно лиственных пород. Группа из 3-5 человек за 40-50 минут может погасить захлестыванием кромку пожара протяженностью до 1000 м.

В тех случаях, когда захлестывание огня не дает должного эффекта, можно **забрасывать кромку пожара рыхлым грунтом**. Безусловно, лучше, когда это делается с помощью техники.

Для того, чтобы огонь не распространялся дальше, на пути его движения устраивают **земляные полосы и широкие канавы**.

Если огонь приближается к населенному пункту, расположенному в лесу, следует эвакуировать основную часть населения, особенно детей, женщин и стариков.

Вывоз или вывод людей производят в направлении, перпендикулярном распространению огня.

Двигаться следует не только по дорогам, а также вдоль рек и ручьев, а порой и по самой воде. Рот и нос желательно прикрыть мокрой ватно-марлевой повязкой, платком, полотенцем.

Не забудьте взять с собой документы, деньги и крайне необходимые вещи.

