**ПАМЯТКА**

**по действиям в чрезвычайных ситуациях**

Наша Земля - не просто кусок камня в бескрайнем космосе, а организм, живущий по своим законам. Люди должны знать их и учитывать, чтобы по возможности избежать многих опасностей. А опасности для человека и окружающей среды, связанные прежде всего с неожиданными проявлениями сил природы, авариями и катастрофами, - это наша действительность. И если вы не готовы, не знаете, как защитить себя, свой дом и имущество от стихийных бедствий, техногенных проявлений, бытовых проблем, может возникнуть чрезвычайная ситуация, реально угрожающая вам и вашим близким.

*В настоящей памятке в сжатой форме даны рекомендации, которые помогут*

*справиться с бедой, сохранить здоровье, а главное - жизнь.*

**Оповещение населения о стихийных бедствиях, авариях и катастрофах**

Звучание сигнала сирен и прерывистых гудков предприятий и транспортных средств означают "Внимание всем!" Услышав этот сигнал, немедленно включите радио-, телеприемник, прослушайте сообщение, предаваемое местным органом управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям.

**Безопасность при пожаре**

- Сообщите в пожарную охрану.

- Выведите на улицу детей и престарелых.

- Попробуйте водой, плотной тканью и т.п. потушить пожар.

- Отключите электрощитки.

- Закройте окна и форточки. При сильном задымлении немедленно покиньте

помещение, прикрыв за собой дверь.

- При выходе из помещения защитите глаза и органы дыхания от дыма

респиратором, ватно-марлевой повязкой, смоченным водой куском ткани или

полотенцем.

Рекомендуем:

- Храните документы и деньги в месте, известном всем членам семьи на случай

внезапной эвакуации при пожаре.

- Двигайтесь пригнувшись или ползком (внизу меньше дыма).

- Накройте голову и тело мокрой тканью.

- При невозможности выбежать по лестничным маршам используйте балконную

лестницу; если ее нет, выйдите на балкон, закрыв плотно за собой дверь, и кричите:

"Пожар!".

- По возможности укажите пожарным место пожара.

**Безопасность при химических авариях**

***При оповещении о химической аварии***

- Наденьте средства защиты органов дыхания и кожи (при наличии).

- Закройте окна и форточки.

- Отключите газ, воду, электричество, погасите огонь в печи.

- Укройтесь в ближайшем убежище или покиньте район аварии.

- Возьмите трехдневный запас непортящихся продуктов.

- Возьмите необходимые вещи и документы.

***При отсутствии убежища и средств защиты***

Если невозможно покинуть зону аварии:

- включите радио, телевизор, выслушайте сообщения и рекомендации;

- плотно закройте окна и двери;

- входные двери завесьте плотной тканью;

- герметизируйте жилище.

***Последовательность герметизации помещений***

- Закрыть входные двери, окна (в первую очередь с наветренной стороны).

- Заклеить вентиляционные отверстия плотным материалом или бумагой.

- Уплотнить двери мокрыми простынями, одеялами.

- Неплотности в оконных проемах заклеить (скотчем, пластырем, бумагой или

уплотнить ватой, поролоном и т.п.).

Направление выхода населения из зоны заражения, как правило, указывают представители местных органов по делам ГО и ЧС или милиции. Если их вблизи не окажется, нужно выходить в сторону перпендикулярную направлению движения воздуха (ветра), желательно на возвышенный и хорошо проветриваемый участок местности.

**Безопасность в очаге инфекционного заболевания**

Объявляется карантин и проводится обсервация.

Необходимо:

-не покидать места жительства без специального разрешения;

- носить ватно-марлевую повязку;

- ежедневно проводить влажную уборку помещения с использованием

дезинфицирующих растворов;

- сжигать мусор;

- не выходить из дома без крайней надобности, избегать скоплений людей;

- дважды в сутки каждому измерять температуру;

- при симптомах заболевания срочно сообщить в медицинское учреждение, больного изолировать от окружающих в отдельной комнате или отгородить ширмой;

- тщательно, особенно перед едой, мыть руки с мылом;

- воду (из проверенных источников) пить только кипяченой;

- мыть сырые овощи, а фрукты обдавать кипятком.

Строго соблюдайте правила личной и общественной гигиены.

**Безопасность при землетрясениях**

От первых толчков (звенит посуда, падают предметы, осыпается побелка) до

последующих, от которых начинается разрушение при сильном землетрясении, у вас есть 15-20 с., чтобы покинуть здание, либо относительно безопасно укрыться в нем.

**Во время землетрясения**

В доме - относительно безопасны:

- проемы дверные и в капитальных стенах;

- углы, образованные капитальными внутренними стенами;

- места у колонн, под прочными столами.

На улице - самое главное не поддаваться панике.

-отойдите на открытое место, чтобы защититься от возможных падающих обломков, стекол, тяжелых предметов;

-передвигайтесь, используя свободное пространство, удаленное от зданий, водохранилищ, башен;

-следите за опасными предметами, которые могут оказаться на земле.

**Заблаговременно**

Необходимо:

- заранее составить план действий, оговорить место сбора после землетрясения;

- следить за исправным состоянием электропроводки, водопроводных и газовых

труб;

- знать, где и как отключать электричество, газ и воду в квартире, подъезде,

доме;

- хранить в месте, известном всем членам семьи, документы, радиоприемник на

батарейках, запас консервов и питьевой воды на 3-5 суток, аптечку первой

медицинской помощи, электрический фонарь, ведро с песком, огнетушитель;

- надежно закрепить светильники;

- не загромождать вход в квартиру, коридоры и лестничные площадки;

- хранить емкости с легковоспламеняющимися веществами и препаратами бытовой химии так, чтобы они не могли упасть и разбиться при колебании здания;

- заранее определить наиболее безопасные места в квартире, где можно переждать

толчки.

**Безопасность при наводнении**

Оказавшись в зоне затопления, оставайтесь на верхнем этаже или крыше здания, на дереве или другом возвышенном месте.

***При внезапном наводнении***

- Быстро займите ближайшее возвышенное место.

- Днем вывесьте белое (или цветное) сигнальное полотнище, в темноте – подавайте световые сигналы.

При вынужденной самоэвакуации (вода у порога!) спасайтесь на плоту из подручных средств.

Самостоятельно из затопленного района можно выбираться лишь в безвыходных

ситуациях.

***После спада воды***

- Остерегайтесь порванных и провисших электропроводов.

- Не используйте воду без соответствующей санитарной проверки и не употребляйте продукты питания, попавшие в нее.

**В доме**

- Как только войдете в дом, распахните окна и двери.

- Не зажигайте огонь до полного проветривания.

- Не включайте освещение и электроприборы до проверки исправности электросети.

**Безопасность при ураганах, бурях**

С получением информации о приближении урагана или сильной бури спрячьтесь в надежном здании или укрытии.

**В доме**:

- отойдите от окон;

**Относительно безопасны**:

ниши, дверные проемы, встроенные шкафы.

**На улице**:

- переждав порыв ветра, укройтесь в более надежном месте.

Естественные безопасные укрытия: овраг, ров, канава, кювет дороги.

**После урагана, бури**

- Будьте осторожны, обходя оборванные провода. Опасайтесь поваленных деревьев, раскачивающихся ставен, вывесок, транспарантов, в доме - утечки газа, нарушений в электросети (до проверки пользуйтесь электрическими фонарями).

- Пользоваться электрическими приборами можно только после того, как они будут просушены и проверены.

- Если буря сопровождается грозой, избегайте поражения электрическими

разрядами.

**При урагане, буре недопустимо**

- Находиться на возвышенных местах, мостах, около трубопроводов, ЛЭП, вблизи

столбов и мачт, объектов с ядовитыми и легковоспламеняющимися веществами.

- Укрываться под деревьями.

- Заходить в поврежденные здания.

- В доме пользоваться электроприборами, газовыми плитами.

- Прикасаться к оборванным электропроводам, трубам.

**Безопасность при оползнях**

**При сообщении об угрозе стихийного бедствия**

- Выйдите из дома, предупредив соседей.

- Быстро уходите в безопасное место.

- При торможении оползня остерегайтесь скатывающихся с его тыльной части глыб, камней, осыпей.

**Безопасность при лесных пожарах**

**Выход из леса**: определив направление ветра и распространения огня, бегите из леса навстречу ветру по возможности параллельно фронту пожара.

**В зоне пожара**

- Окунитесь в ближайший водоем или хотя бы смочите одежду, дышите через

мокрый платок.

- Пригнувшись, бегите в наветренную сторону по возможности параллельно фронту

огня.

- Пошлите курьера в ближайшее жилище.

**Пожароопасный сезон в лесу**

Недопустимо:

- пользоваться открытым огнем (бросать горящие спички, окурки, вытряхивать

горячую золу);

- использовать пыжи из легковоспламеняющихся или тлеющих материалов;

- оставлять промасленный или пропитанный бензином, керосином и иными

горючими веществами обтирочный материал;

- заправлять топливные баки, использовать машины с неисправной системой

питания горючим, курить или пользоваться открытым огнем вблизи машин;

- оставлять на освещаемых солнцем местах бутылки или осколки стекла, которые

могут стать зажигательными линзами;

- выжигать траву;

- разводить костры.

**Безопасность при террористических актах**

**Вас украли, взяли в заложники**

- Не конфликтуйте с похитителями и террористами.

- Постарайтесь установить с ними нормальные отношения.

- Не делайте резких движений. На всякое действие спрашивайте разрешение.

- При угрозе применения оружия ложитесь на живот, защищая голову руками,

дальше от окон, застекленных дверей, проходов, лестниц.

- При ранении меньше двигайтесь - это уменьшит кровопотерю.

- В присутствии террористов не выражайте неудовольствие, воздерживайтесь от

крика и стонов.

- Используйте любую возможность для спасения.

- Если произошел взрыв, примите меры к недопущению пожара и паники, окажите первую медицинскую помощь пострадавшим.

- Запомните приметы террористов (лица, одежду, оружие - все, что может помочь

спецслужбам).

- Во время освобождения выберите место за укрытием, не высовывайтесь до

окончания стрельбы, выполняйте требования работников спецслужб.

**Захватили ваш самолет (автобус)**

- Не привлекайте к себе внимание террористов.

- Осмотрите салон, отметьте места возможного укрытия в случае стрельбы.

- Успокойтесь, попытайтесь отвлечься от происходящего, если возможно, читайте.

- Снимите ювелирные украшения. Не смотрите в глаза террористам, не

- Не реагируйте на провокационное или вызывающее поведение.

- При попытке штурма ложитесь на пол между креслами и оставайтесь там до его

окончания.

- После освобождения немедленно покиньте самолет (автобус): не исключены его

минирование и взрыв.

**При перестрелке**

**Вы на улице**:

- сразу же лягте и осмотритесь, выберите ближайшее укрытие и проберитесь к нему, не поднимаясь в полный рост (автомобиль - не лучшая защита во время

перестрелки, его металл тонок, а горючее взрывоопасно);

- при первой возможности спрячьтесь в подъезде жилого дома, подземном переходе и т.д.;

- примите меры по спасению детей, прикройте их собой;

- по возможности сообщите о происшедшем сотрудникам милиции.

**Вы в доме**:

- немедленно отойдите от окна;

- задерните шторы (палкой, шваброй или за нижний край, сидя на корточках);

- укройте домашних в ванной комнате;

- передвигайтесь по квартире, пригнувшись или ползком.

**При угрозе взрыва**

Заметив подозрительные предметы, запретите окружающим прикасаться к ним и

сообщите в милицию.

В помещении - опасайтесь падения штукатурки, арматуры, шкафов, полок. Держитесь в стороне от окон, зеркал, светильников. На улице - отбегите от зданий, сооружений, столбов и ЛЭП.

При заблаговременном оповещении об угрозе покиньте здание, отключив электричество и газ, взяв необходимые вещи, документы, запас продуктов и медикаментов.

**Взрыв рядом с вашим домом**

- Успокойте близких. Позвоните в милицию.

- При эвакуации возьмите документы и предметы первой необходимости.

- Продвигаясь к выходу, не касайтесь проводов и поврежденных конструкций.

- В разрушенном или поврежденном помещении не пользуйтесь спичками, свечами, факелами и т.п.

- Действуйте в соответствии с указаниями прибывших на место взрыва спасателей, сотрудников милиции.

**Признаки взрывного устройства**

- Натянутые проволока, шнур.

- Провода или изолирующая лента, свисающая из-под машины.

- "Бесхозные" сумка, портфель, коробка, сверток и т.п.

**Вы - в завале**

**Завалило помещение**:

- отключите электричество, газ, воду;

- убедитесь, что рядом нет пострадавших;

- если есть раненые, окажите им посильную помощь;

- сообщите о случившемся "наружу" по телефонам: 01,02,03,04, а также голосом,

громким частым стуком;

- если нет угрозы обрушения или пожара - устройтесь в относительно безопасном

месте (дверном проеме в несущих стенах, ванной, рядом с массивной деревянной

мебелью).

**Завалило вас**:

- дышите глубоко и ровно; осмотрите и осторожно ощупайте себя;

- постарайтесь остановить кровотечение (платком, ремнем, поясом перетяните, но не очень сильно, артерию на руке/ноге выше раны; "жгут" можно оставить не более

чем на час);

- расчистите вокруг себя пространство, отодвиньте твердые и острые предметы;

- отползите в безопасное место;

- придавило чем-то тяжелым руку/ногу - постарайтесь наложить "жгут" выше места сдавливания;

- если есть возможность пить - пейте любую жидкость и побольше;

- голосом и стуком привлекайте внимание людей;

- находясь глубоко под обломками здания, перемещайте влево - вправо любой

металлический предмет (кольцо, ключи и т.п.) для обнаружения вас эхопеленгатором;

- не зажигайте огонь.

Иногда можно самому выбраться из завала. Делать это надо очень осторожно, стараясь не вызвать нового обвала. Если выбраться удалось - обязательно найдите штаб спасательных работ и зарегистрируйтесь.

**Безопасность в быту**

**Ваш дом - крепость**

- Установите:

а) охранную сигнализацию;

б) замки (с секретами, не менее двух) на входные двери;

в) цепочку и "глазок" на входную (или главную) дверь;

г) оконные решетки на двух нижних и верхнем этажах;

д) переключатели с таймером для включения - выключения света в целях создания

впечатления присутствия хозяев в их отсутствие;

е) в отдельном доме - освещение по его периметру, особенно подъезда и входных дверей;

ж) инфракрасные датчики (желательно), реагирующие на движение, подсоединенные к основной сигнализации.

- Имейте список и фотографии наиболее ценных вещей с их серийными номерами.

- Вечерами зашторивайте окна.

- Никогда не оставляйте открытым гараж, особенно если через него можно

- Живя на первом этаже, не допускайте разрастания густого кустарника под окнами.

**Запах газа в квартире**

- Отключите газ, распахните окна.

- Удалите из квартиры всех.

- Обесточьте ее.

- Выдерните телефонный шнур из розетки.

- Закрыв за собой дверь квартиры, по телефону вызовите аварийную газовую

службу.

- Дождитесь ее прибытия на улице.

**Погасло пламя в газовой горелке**

- Заметив это, не пытайтесь зажечь горелку - это может привести к взрыву

накопившегося газа. Перекройте кран его подачи, откройте окна и проветрите

помещение.

- Подождите, пока горелка остынет (при необходимости очистите ее от остатков

пищи и жира, продуйте отверстия подачи газа) и затем вновь зажгите газ,

предварительно закрыв окна и ликвидировав сквозняк.

- Если концентрация газа велика и его подачу перекрыть невозможно, немедленно

эвакуируйте всех соседей по лестничной площадке, вызовите аварийную газовую

службу и пожарную охрану; окажите помощь пострадавшим от отравления газом.

ПОМНИТЕ: при аварийных ситуациях на газовых магистралях могут внезапно перекрыть газ, а потом вновь подать его без предупреждения!

**Запах газа в подъезде**

- Позвоните по таксофону в аварийную газовую службу.

- Сообщите в диспетчерскую ЖЭУ о необходимости отключения лифта.

- Проветрите лестничную клетку.

- Выйдя из подъезда и оставив входную дверь открытой, предупредите жильцов и

входящих в подъезд людей об опасности.

**Меры безопасности при запахе газа**

Недопустимо:

- пользоваться открытым огнем;

- курить;

- пользоваться лифтом;

- нажимать на кнопку электрозвонка;

- звонить по телефону;

- включать/выключать свет;

- включать/выключать электроприборы.

**Паника в толпе**

ЧТО ДЕЛАТЬ?

- Сохраняйте твердую выдержку и хладнокровие. Старайтесь не дать панике разрастись.

- Двигаясь в толпе, пропускайте вперед детей и стариков, успокаивайте

обезумевших от страха людей. Разговаривайте внятно и громко.

- Оказавшись в давке, согните руки в локтях и прижмите их к бокам, защищая бока от сдавливания, пальцы сожмите в кулаки. Попытайтесь сдерживать напор спиной.

- Помогайте подняться сбитым с ног.

- Если сбили вас, встаньте на колено и, упираясь в пол руками, резко оттолкнитесь, рывками выпрямляя тело.

**При возникновении ЧС не забудьте взять:**

**- документы и деньги;**

**- аптечку;**

**- продукты питания и воду;**

**- комплект белья;**

**- ложку, миску, кружку;**

**- фонарь, радиоприемник и запасные батарейки;**

**- письменные принадлежности;**

**- чемодан (сумку).**