

## **Памятка по правилам поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций**

### **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПО СИГНАЛУ ОПОВЕЩЕНИЯ О ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ**

Для оповещения населения об угрозе возникновения или возникновении чрезвычайной ситуации, а также в военное время, при возникновении воздушной, химической или радиационной опасности в системе ГОЧС установлен единый сигнал "Внимание всем!" Сигнал этот передается звуком сирен, прерывистыми гудками предприятий или подвижными средствами (автомобили, автобусы), оборудованными устройствами подачи сигнала.

Услышав звуки сирен (гудки), необходимо немедленно включить радиоприемник, телевизор, репродуктор радиотрансляционной сети и слушать сообщение о случившемся органа управления по делам ГОЧС или местного самоуправления. То есть, не бежать сразу из дома (квартиры), а спокойно ждать сообщения (речевой информации) о том, что случилось и как действовать в дальнейшем.

### **ДЕЙСТВИЯ ПРИ АВАРИЯХ НА ТРАНСПОРТЕ С ВЫБРОСОМ АХОВ**

В результате аварии на транспорте с выбросом АХОВ в атмосферу, возможны заражение окружающей среды и массовые поражения людей.

Об аварии, и о том, что необходимо делать в каждом конкретном случае, вы узнаете из сообщения, передаваемого по радио или с помощью передвижных громкоговорящих установок.

**ПОМНИТЕ!** Опасная зона устанавливается в радиусе 200 м от места утечки жидкости (газа).

Она ограждается специальными знаками.

Приближаться к этой зоне и входить в нее категорически запрещено.

Основной способ защиты - своевременно покинуть опасную зону, защитив при этом органы дыхания подручными средствами - носовым платком, рукавом одежды, шарфом, меховым воротником.

Выходить из зоны химического заражения нужно в сторону, перпендикулярную направлению ветра, желательно на возвышенный, хорошо проветриваемый участок местности.

Избегайте переходов через тоннели, овраги, лощины - в низких местах возможно скопление АХОВ в опасных концентрациях.

Окажите посильную помощь пострадавшим - защитите органы дыхания, вынесите из опасной зоны, вызовите скорую помощь.

Если вы находитесь в помещении, оказавшемся в зоне заражения АХОВ, не спешите его покинуть, оставайтесь в помещении, загерметизируйте окна, двери, вентиляционные отверстия. Наденьте средства индивидуальной защиты органов дыхания, если у вас их не оказалось,

используйте для этого подручный материал (плотную ткань, вату, марлю, меховые изделия).

О возможности возвращения к месту жительства (работы) вам объявят после ликвидации заражения органы управления ГОЧС.

Вход в жилые и другие помещения, подвалы разрешается только после контрольной проверки на содержание АХОВ в воздухе.

### **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА УЛИЦЕ**

На улице необходимо неукоснительно соблюдать установленные правила поведения.

При пользовании общественным транспортом не высовывайтесь из окна и держитесь за поручни. При ожидании автобуса (трамвая, троллейбуса) на остановке не приближайтесь к транспорту ближе 0,5м., чтобы не быть задетым выступающими частями.

На улице и в общественных местах человек подвержен всяким неожиданностям криминогенного характера. Поэтому, находясь среди людей, нужно всегда быть наблюдательным, уметь видеть прохожих, а не замыкаться в себе, в своих делах и заботах.

В зимний период замерзшие тротуары и лед представляют серьезную опасность получить травму при движении. Чтобы избежать несчастья, обратите внимание на свою походку на скользкой улице. Ступать надо на всю подошву, не торопиться, ноги слегка расслабить в коленях. Руки должны быть свободны. Важно уметь падать. Если падение неизбежно, присядьте и сгруппируйтесь. Это позволит не удариться головой.

### **ЕСЛИ ВАС ЗАХВАТИЛИ В ЗАЛОЖНИКИ**

Возьмите себя в руки, успокойтесь, не паникуйте. Разговаривайте спокойным голосом.

Не высказывайте ненависть и пренебрежение к террористам.

В первые часы захвата выполняйте все указания бандитов.

Не привлекайте внимания террористов своим поведением, не оказывайте активного сопротивления - это может усугубить Ваше положение.

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

Запомните как можно больше информации о террористах (количество, вооружение, как выглядят, особенности внешности, акцент, тематика разговора).

Постарайтесь определить место своего нахождения (заточения).

Не пренебрегайте пищей. Это поможет сохранить силы и здоровье.

Расположитесь подальше от окон, дверей и самих террористов.

При штурме здания ложитесь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке.

После освобождения не делайте скоропалительных заявлений.

### **ДЕЙСТВИЯ ПРИ ЗАХВАТЕ ТЕРРОРИСТАМИ**

Любой человек или группа людей при стечении обстоятельства может оказаться в заложниках у бандитов.

Захват может произойти в транспорте, в учреждении (в т.ч. образовательном), в театре, на улице, в квартире.

Захват всегда происходит неожиданно, поэтому для избежания этой опасности каждому человеку необходимо хорошо знать и применять на практике меры, уменьшающие риск похищения или захвата в заложники, правил поведения во время нахождения в заложниках и во время освобождения.

Чтобы уменьшить риск похищения на улице необходимо:

- хорошо знать местность возле своего дома и учреждения образования, в которых учишься, или организации, в которой работаешь, их уединенные, наиболее опасные участки;
- как можно чаще менять время и маршрут передвижения;
- выбирать маршрут передвижения, проходящий через оживленные и хорошо освещенные улицы, избегать при этом путей через глухие парки, пустыри, свалки и т.д.;
- двигаясь по маршруту, стараться двигаться на расстоянии от подъездов, подворотен, а также от незнакомых людей, вызывающих подозрение;
- если почувствуешь, что кто-то тебя преследует, надо не стесняться повернуться и проверить свои подозрения.

В случае, если эти подозрения подтвердились, изменить направление движения, а если необходимо, то и убежать.

Если вы подверглись нападению с целью похищения, поднимайте как можно больше шума и постарайтесь отбиться от нападающих.

Для уменьшения вероятности захвата в учреждении должностным лицам необходимо разработать меры предупредительного характера:

- ужесточение пропускного режима при входе и въезде на территорию учреждения;
- осуществление более тщательного подбора и проверки кадров (охранники, сторожа, дворники и др.);
- запрещение или ограничение деятельности на территории учреждений сомнительных коммерческих фирм;
- организация и проведение совместно с сотрудниками правоохранительных органов инструктажей и практических занятий по действиям в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

При захвате заложников, руководителям и должностным лицам необходимо:

- о сложившейся в учреждении ситуации незамедлительно сообщить в правоохранительные органы;
- принять меры беспрепятственного прохода (проезда) на территорию учреждения сотрудников ФСБ, МВД, МЧС, машин скорой медицинской помощи;
- по прибытии сотрудников спецподразделений оказывать им помощь в получении интересующей их информации;

- без необходимости не противоречить преступникам, выполнять их требования (если это не связано с причинением ущерба жизни и здоровью людей);
- не допускать действий, которые могут спровоцировать бандитов к применению оружия и привести к человеческим жертвам.

Оказавшись заложником, необходимо придерживаться следующих правил поведения:

- не вести себя вызывающе, переносить оскорбления и унижения;
- вести себя спокойно и по возможности миролюбиво;
- выполнять требования преступников, не противоречить им, не рисковать жизнью окружающих и своей собственной;
- на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивать разрешения;
- при ранении стараться не двигаться и тем самым сократить потерю крови;
- не падать духом и в случае удобной и безопасной возможности уходить от бандитов;
- помнить, что, получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимые для освобождения меры.

Во время проведения спецслужбами операции по освобождению заложников необходимо неукоснительно соблюдать следующие требования:

- лежать на полу лицом вниз, закрыв голову руками, не двигаться и ни в коем случае не бежать навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как можно принять заложника за преступника;
- держаться подальше от дверных и оконных проемов, и самих террористов.

### **БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ТОЛПЕ**

Оказавшись в месте проведения массового культурно-зрелищного, спортивного или политического мероприятия, не стремитесь попасть в наиболее плотное скопление людей на ограниченном пространстве. Никакое зрелище не компенсирует возможные неудобства, травмы, кражи, сдавливание в толпе;

Если вы столкнулись с плохой организацией движения масс народа, теснотой проходов, нарушением правил пожарной безопасности и общественного порядка, несанкционированными действиями групп людей, рекомендуем покинуть данное мероприятие или принимать в нем участие в качестве наблюдателя со стороны, отойдя на безопасное расстояние;

Постарайтесь покинуть скопление людей при серьезных нарушениях объявленной программы, которые могут вызвать конфликты (на сцене, на поле), массовое недовольство окружающих. Пути своей возможной эвакуации изучите заранее, во время следования к месту массового мероприятия. Не оставляйте без внимания заборы, лестницы, дворы, окна, запасные выходы и маршруты;

Если вы оказались в движущейся толпе, придерживайтесь общей скорости движения, не толкайтесь, не напирайте на впереди идущих. Толчки сзади и сбоку сдерживайте согнутыми в локтях и прижатыми к телу руками.

Наиболее беспокойных соседей попросите соблюдать порядок или пропустите их вперед;

При сильной давке не хватайтесь за выступающие предметы, старайтесь их обойти, держитесь дальше от стеклянных витрин, сетчатых оград, турникетов, сцены. Зонт, сумку прижмите плотно к телу. Длинный шарф лучше переместить с шеи на поясицу, превратив этот источник опасности удушения в средство защиты от толчков;

При падении не думайте о своей одежде или сумке, согните руки и ноги, защищайте голову руками и живот сгибанием и подтягиванием ног к туловищу (поза колобка). Затем быстро попытайтесь упереться руками и одной ногой в землю и резко выпрямиться по ходу движения людей. Если не получится сразу, не отчаивайтесь, повторите свои попытки. Помогайте другим упавшим людям, предупредив идущих сзади;

Если вас остановит милиция, солдаты, пикетчики, не грубите, не обсуждайте происходящее, выскажите свой нейтралитет и готовность выполнять указания организаторов движения или блюстителей порядка.

Ведите себя спокойно и миролюбиво, не делайте резких движений.

## **ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ УГРОЗЕ И ВОЗНИКНОВЕНИИ УРАГАНОВ, БУРЬ, СМЕРЧЕЙ**

Включите радио, телевизор, прослушайте рекомендации;

Закройте и укрепите двери, окна, чердачные блоки и вентиляционные отверстия;

С наветренной стороны оклейте стекла окон бумагой, окна закройте ставнями или щитами;

Откройте окна и двери с подветренной стороны (для выравнивания внутреннего давления);

Подготовьте запасы продуктов питания и питьевой воды;

Уберите с подоконников, балконов и лоджий вещи, которые могут быть подхвачены воздушным потоком;

Отключите газ, воду, электричество, погасите огонь в печи;

Возьмите необходимые вещи и документы;

Выйдите из дома, укройтесь в подвале или защитном сооружении.

## **КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ПОЖАРЕ**

Как действовать, как вести себя внутри помещения, охваченного пожаром?

Конечно, выбрать вариант поведения можно только с учетом конкретной обстановки, однако рекомендации по наиболее распространенным ситуациям могут оказаться полезными.

Развеемся, следует знать опасные факторы пожара: открытый огонь и искры, повышенная температура воздуха, токсичные продукты горения и недостаток кислорода, падающие предметы, потеря видимости, возрастает опасность поражения электрическим током, реальной становится возможность падения людей с высоты, нередки и случаи, когда люди, теряя

рассудок, толпой пробиваются к выходу из помещения, перекрывая проходы и т.п.

Итак, первый опасный фактор - открытый огонь. Для ликвидации очагов возгорания, предотвращения распространения пламени применяются различные средства, в т.ч. и подручные. Обычно наиболее доступным подручным средством оказывается вода. Ее можно применять при горении обычных материалов, но водой нельзя тушить электроаппаратуру и проводку под напряжением, горящие горючие жидкости, вещества, выделяющие при реакции с водой токсичные и горючие газы. Хороший эффект дает использование любой несинтетической накидки, которая прекращает доступ воздуха. Песок пригоден для тушения небольших пожаров, но не подходит для тушения горящих жидкостей. Для борьбы с огнем можно использовать мокрые тряпки и любые другие подходящие средства.

При невозможности ликвидировать очаг горения своими силами следует немедленно покинуть помещение, прикрыв за собой дверь.

В условиях пожара эта акция также требует следования определенным рекомендациям. Открытый огонь преодолевается с предварительным укрытием максимально возможной поверхности тела (пальто, шапка, одеяло, смачивание всей одежды водой), бегом, с задержкой дыхания на вдохе.

Не надо пытаться воспользоваться лифтом - он может внезапно остановиться да и отравиться в нем продуктами горения можно за считанные секунды. Преодоление небольших задымленных участков на пути к выходу производится также с задержкой дыхания, пригнувшись, на четвереньках или ползком - внизу меньше дыма.

При плохой видимости направление движения определяется по стенам или направлению досок пола в помещении.

Следующий опасный фактор - дым, продукты горения. В задымленных помещениях без огня, если там находятся люди, рекомендуется открыть окна и двери для проветривания. В горящем помещении окна и двери открывать не следует, т.к. приток кислорода лишь усилит горение. По этой же причине надо открывать дверь в помещение, в котором что-то горит, осторожно, так как пламя может выбросить навстречу.

Соблюдение этих правил очень важно, т.к. вдыхание горячего (свыше 70°) воздуха представляет серьезную опасность для жизни (несколько вдохов бывает достаточно для потери сознания). При отравлении дымом человек нередко теряет способность рассуждать, становится равнодушным, у него наступает оцепенение, головокружение и при остановке дыхания - смерть. Поэтому защита от дыма должна производиться всеми доступными способами. Необходимо помнить, что обычные способы и средства (мокрые повязки, противогазы, респираторы) лишь частично защищают от опасностей пожара.

Если дым в подъезде, необходимо выяснить, что происходит. Выходя из квартиры, прикройте двери. Если дым мешает дышать, следует вернуться. Нужно уплотнить дверь мокрыми тряпками, заткнуть все щели в квартире,

выключить электричество, газ, снять с окон занавески, отодвинуть подальше сгораемые предметы, наполнить ванну и другие емкости водой.

Следует иметь в виду, что эти меры оправданы в домах без деревянных перегородок, стен, перекрытий и т.п. Дом, где есть такие детали, надо немедленно покинуть (для этого предусмотрены пожарные лестницы). Если в квартиру проник дым, стаю трудно дышать, нужно выйти на балкон и привлечь внимание прохожих криками, взмахами рук, размахиванием одеждой и т.п. Следует знать, что на балконах есть зоны, где можно отдалиться от окон и дверей, угрожающих выбросом огня.

Жителям многоэтажных домов должно быть известно, что в зданиях более 10 этажей имеются незадымляемые лестничные клетки, с проходом через открытую зону, в 9-этажных - на балконах и лоджиях есть эвакуационные лестницы и люки, в бетонных перегородках между ними имеются тонкие безарматурные участки, которые можно легко пробить и перейти из одной квартиры в другую.

#### О помощи пострадавшим

Если на человеке горит одежда, его надо остановить любым способом и погасить пламя (водой, снегом, набрасыванием плотной ткани, катанием пострадавшего по земле). После выноса на свежий воздух с пострадавшего снимается обгоревшая одежда, на пораженные места накладывается повязка. При обширных ожогах пострадавшего следует завернуть в чистую простынь, вызвать «скорую помощь» или доставить в больницу.

Боль может быть уменьшена таблеткой анальгина или аспирина.