



# СИГНАЛЫ ОПОВЕЩЕНИЯ ГО И ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ ПО НИМ

## СРЕДСТВА ОПОВЕЩЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПО СИГНАЛАМ ГО



**СИСТЕМА ОПОВЕЩЕНИЯ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ** — организационно-техническое объединение оперативно-дежурных служб, специальной аппаратуры управления и средств оповещения, обеспечивающих передачу сигналов гражданской обороны и речевой информации.

### СИГНАЛЫ ОПОВЕЩЕНИЯ ГО:

- «ВНИМАНИЕ ВСЕМ» с информацией о воздушной тревоге;
- «ВНИМАНИЕ ВСЕМ» с информацией о химической тревоге;
- «ВНИМАНИЕ ВСЕМ» с информацией о радиационной опасности;
- «ВНИМАНИЕ ВСЕМ» с информацией об угрозе катастрофического затопления;
- «ВНИМАНИЕ ВСЕМ» с информацией об отбое воздушной тревоги, химической тревоги, радиационной опасности, угрозы катастрофического затопления.



## Порядок действий по сигналам оповещения ГО

Поддаваемый сигнал	Действия должностных лиц	Действия населения (персонала)
<b>ВНИМАНИЕ ВСЕМ</b>	Немедленно привести в готовность все расположенные на оповещаемой территории узлы проводного вещания, радио- и телевизионные станции, включая сети наружной звукофикации.	<b>Если сигнал застал Вас на работе или дома:</b> 1. Включить радио, радиотрансляционное и телевизионные приборы. 2. Внимательно прослушать сообщение о сложившейся ситуации и порядке действий. 3. Действовать в соответствии с переданным сообщением. <b>Если сигнал застал Вас на улице:</b> 1. Прослушать сообщение, передаваемые уличными громкоговорителями и подвижными средствами оповещения. 2. Прочитать информационное сообщение на уличных световодных экранах, плакатных панелях, расположенных в местах массового пребывания людей. 3. Действовать в соответствии с переданным сообщением.
<b>ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА</b>	Вести режим световой маскировки. Выполнить мероприятия в соответствии с Инструкцией, разработанной в соответствии со спецификой производства и специальностями персонала. Отдать команду «Закрыть защитное сооружение» (после истечения времени, определенного на затопление ЭС ГО).	Отключить свет, газ, нагревательные приборы, воду. Вынуть средства индивидуальной защиты, аптечку, документы, необходимые вещи, запасы продуктов и воды. Препаровать сосисей (колбас по работе), окаты, при необходимости, помочь престарелым в выходе на улицу. Укрыться в закрепленном (ближайшем) ЭС или в складках местности. При укрытии в негерметизированном ЭС или на местности, необходимо надеть СИЗ. Соблюдать спокойствие и порядок. Выполнять все требования руководителя звена (группы) по обслуживанию ЭС ГО.
<b>ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА</b>	Отдать команду на введение режимов защиты персонала № 1 или № 2. Отдать, при необходимости, распоряжение на применение личным составом формирований и населением (персоналом) медицинских препаратов из КИМГЗ.	Немедленно надеть противогазы, имеющуюся защитную одежду, укрыть детей в возрасте до 1,5 лет в камерах защитных детских. Вынуть аптечку, документы, необходимые вещи, запасы продуктов и воды. Препаровать сосисей (колбас по работе), окаты, при необходимости, помочь престарелым в выходе на улицу. Укрыться в закрепленном (ближайшем) ЭС. Соблюдать спокойствие и порядок. Выполнять все требования руководителя звена (группы) по обслуживанию ЭС ГО. Все граждане, находящиеся вне убежища, должны немедленно надеть противогазы, имеющуюся защитную одежду и быстро покинуть зону заражения, руководствуясь указаниями, отглагольными по средствам наружной звукофикации. При бактериальном заражении территории принять из комплекса КИМГЗ по указанию медицинского работника противобактериальные средства для взрослых и детей до 12 лет.
<b>РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ</b>	Отдать команду на проведение экстренной йодной профилактики. Вести соответствующий режим радиационной защиты населения, персонала, личного состава формирований. Отдать, при необходимости, распоряжение на применение личным составом формирований и населением (персоналом) медицинских препаратов из КИМГЗ.	Отключить свет, газ, нагревательные приборы, воду. Вынуть средства индивидуальной защиты, аптечку, документы, необходимые вещи, запасы продуктов и воды. Загерметизировать запасы продуктов питания и воды, проверить герметичность помещений, укрыть сельскохозяйственных животных. Препаровать сосисей (колбас по работе), окаты, при необходимости, помочь престарелым в выходе на улицу. Укрыться в закрепленном (ближайшем) ЭС или в заглубленных помещениях (подвалах и т.д.). Соблюдать спокойствие и порядок. Выполнять все требования руководителя звена (группы) по обслуживанию ЭС ГО. При укрытии в негерметизированном ЭС или заглубленном помещении необходимо надеть СИЗ. Принять из комплекса КИМГЗ по указанию медицинского работника противорадиационные средства для взрослых и детей до 12 лет.
<b>УГРОЗА КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ЗАТОПЛЕНИЯ</b>	Отдать распоряжение об экстренной эвакуации.	Вынуть аптечку, документы, необходимые вещи, запасы продуктов и воды. Препаровать сосисей (колбас по работе), окаты, при необходимости, помочь престарелым в выходе на улицу. Укрыться в закрепленном (ближайшем) специальном ЭС ГО, имеющем гидрозащиту. Соблюдать спокойствие и порядок. Выполнять все требования руководителя звена (группы) по обслуживанию ЭС ГО. Все граждане, находящиеся вне районов расположения убежищ, должны немедленно покинуть зону катастрофического затопления, руководствуясь указаниями, отглагольными по средствам наружной звукофикации. При невозможности быстрого покидания зоны ЭЗ необходимо занять ближайшее возвышенное место, забраться на крупное дерево или верхний этаж устойчивого здания.
<b>ОТБОЙ ВОЗДУШНОЙ, ХИМИЧЕСКОЙ ТРЕВОГИ, РАДИАЦИОННОЙ ОПАСНОСТИ, УГРОЗЫ КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ЗАТОПЛЕНИЯ</b>	Отменить режим световой маскировки. Уточнить обстановку на объекте экономики и территории. Отдать распоряжение на проведение общей, инженерной, радиационной, химической и биологической разведки. Отменить после получения данных разведки режимы защиты населения и персонала и отдать команду на снятие средств защиты.	Посквидать защитные сооружения (заглубленные помещения, склады местности). Провести осмотр используемых средств индивидуальной защиты, привести их в готовность к повторному использованию. Быть в готовности к действиям по сигналам ГО.



## ЭВАКУАЦИЯ ПЕРСОНАЛА

**ЭВАКУАЦИЯ В ВОЕННОЕ ВРЕМЯ** включает в себя непосредственно эвакуацию населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы из городов и иных населенных пунктов, отнесенных к группам по ГО, из населенных пунктов, имеющих организации, отнесенные к категории особой важности по ГО и железнодорожные станции первой категории, и населенных пунктов, расположенных в зонах возможного катастрофического затопления в пределах 4-часового добегания волны прорыва при разрушении гидротехнических сооружений, а также расщедоточение работников организаций, продолжающих в военное время производственную деятельность в указанных населенных пунктах.

**ЭВАКУАЦИЯ В МИРНОЕ ВРЕМЯ** заключается в комплексе мероприятий по организованному выводу и (или) вывозу населения из зон чрезвычайной ситуации или вероятной чрезвычайной ситуации, а также жизнеобеспечении эвакуированных в районе размещения.

### ЭВАКУАЦИОННАЯ КОМИССИЯ



### СХЕМА ОРГАНИЗАЦИИ СБОРНОГО ЭВАКУАЦИОННОГО ПУНКТА



# КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ПРИ БЕСПИЛОТНОЙ, АВИАЦИОННОЙ ИЛИ РАКЕТНОЙ АТАКЕ

## Если вы в здании



- 1 СПУСТИТЕСЬ В ЗАЩИТНОЕ СООРУЖЕНИЕ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ, ПОДВАЛ ИЛИ В ПОДЗЕМНЫЙ ПАРКИНГ ЗДАНИЯ, В КОТОРОМ НАХОДИТЕСЬ

## Если нет защитного сооружения гражданской обороны, подвала или паркинга

- 1 ДЕРЖИТЕСЬ ПОДАЛЬШЕ ОТ ОКОН
- 2 ЗАЙДИТЕ В ПОМЕЩЕНИЕ С НЕСУЩИМИ СТЕНАМИ ИЛИ ПОМЕЩЕНИЕ БЕЗ ОКОН (В КВАРТИРЕ ЭТО, КАК ПРАВИЛО, ВАННАЯ КОМНАТА)
- 3 СЯДЬТЕ НА ПОЛ У НЕСУЩЕЙ СТЕНЫ И ПРИГНИТЕСЬ



## Если вы в транспорте или на улице

- 1 СОХРАНЯЙТЕ СПОКОЙСТВИЕ



- 4 НЕ ОСТАВАЙТЕСЬ НА ОТКРЫТОЙ МЕСТНОСТИ, КАК МОЖНО БЫСТРЕЕ ПРОСЛЕДУЙТЕ В БЛИЖАЙШЕЕ УКРЫТИЕ

- 2 ПОКИНЬТЕ ТРАНСПОРТНОЕ СРЕДСТВО



- 5 ПРИ ОТСУТСТВИИ ПОБЛИЗОСТИ НАДЕЖНОГО УКРЫТИЯ ВЫБЕРИТЕ ЛЮБОЕ УГЛУБЛЕНИЕ (ВЫСТУП) НА ЗЕМЛЕ ИЛИ БЕТОННЫЕ КОНСТРУКЦИИ И ИСПОЛЬЗУЙТЕ ИХ ДЛЯ ЗАЩИТЫ

- 3 ОСМОТРИТЕСЬ И ВИЗУАЛЬНО ОПРЕДЕЛИТЕ ОКОЛО СЕБЯ НАДЕЖНОЕ УКРЫТИЕ: ПОДЪЕЗД ДОМА, ПОДЗЕМНЫЙ ПЕРЕХОД ИЛИ ПАРКИНГ, СТАНЦИЯ МЕТРО



- 6 НАХОДИТЕСЬ В ЗАЩИЩЕННОМ МЕСТЕ, ПОКА АТАКА НЕ ПРЕКРАТИТСЯ ИЛИ НЕ ПРОЗВУЧИТ СИГНАЛ "ОТМЕНА УГРОЗЫ БЕСПИЛОТНОЙ, АВИАЦИОННОЙ ИЛИ РАКЕТНОЙ АТАКИ"

## После окончания атаки



- 1 НЕ ТОРОПИТЕСЬ ВЫХОДИТЬ ИЗ ЗАЩИЩЕННОГО МЕСТА



- 2 ВНИМАТЕЛЬНО СМОТРИТЕ ПОД НОГИ



- 3 НЕ ПОДНИМАЙТЕ С ЗЕМЛИ НЕРАЗОРВАВШИЕСЯ БОЕПРИПАСЫ, А ТАКЖЕ НЕЗНАКОМЫЕ ПРЕДМЕТЫ

# ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

## ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ НАСЕЛЕНИЯ ПО СИГНАЛУ ГО ПРИ НАХОЖДЕНИИ НА РАБОТЕ

### Сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»



СОПРОВОЖДАЕТСЯ ВКЛЮЧЕНИЕМ СИРЕН, ПРЕРЫВИСТЫМИ ГУДКАМИ С ПОСЛЕДУЮЩЕЙ РЕЧЕВОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ О СИГНАЛЕ ГО

- Услышав **СИГНАЛ**, включите радиоприемник, телевизор и прослушайте сообщение о сложившейся ситуации и порядке действий.
- Полученную информацию передайте соседям.
- Действуйте в соответствии с переданным сообщением.

### СПОСОБЫ ОПОВЕЩЕНИЯ



ТЕЛЕВИДЕНИЕ



ГРОМКО-ГОВОРИТЕЛИ



СИРЕНЫ



КОЛОКОЛ (РЪНДА)



РАДИО



Гудки ПРЕДПРИЯТИЙ И ТРАНСПОРТНЫХ СРЕДСТВ



ТЕЛЕФОН, СМС-СООБЩЕНИЕ



ПОДВИЖНЫЕ ЗВУКОУСИЛИТЕЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ



ИНФОРМАЦИОННОЕ ТАБЛО



СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ



Отключить свет, газ, воду, отопительные приборы!



Закрывать плотно окна и двери!



Закрывать мокрой тканью щели вокруг двери, вентиляционных отверстий!



Использовать средства индивидуальной защиты!



Укрыться в ближайшем защитном сооружении, заглубленном помещении или других сооружениях подземного пространства, включая метрополитен!



Прибыть в район сбора!



Эвакуироваться в безопасный район!

### ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА



### ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА



### РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ



### УГРОЗА КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ЗАТОПЛЕНИЯ



### Сигнал «ОТБОЙ!»



- Возвращайтесь к месту работы.
- Будьте в готовности к возможному повторению сигнала гражданской обороны «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»



МЧС России

# ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

## ТРЕВОЖНЫЙ ЧЕМОДАНЧИК

### ТРЕВОЖНЫЙ ЧЕМОДАНЧИК

Как правило, представляет собой укомплектованный рюкзак (сумку), в котором находятся необходимый набор одежды, предметы гигиены, медикаменты, продукты питания и другое имущество. Правильно укомплектованный рюкзак может обеспечить автономное существование человека в экстремальных ситуациях.

### ИМЕТЬ С СОБОЙ



ДОКУМЕНТЫ  
в непромокаемой упаковке

ДЕНЬГИ И БАНКОВСКИЕ КАРТЫ



СРЕДСТВА СВЯЗИ  
зарядное устройство, дополнительный аккумулятор

### ПРИМЕРНАЯ КОМПЛЕКТАЦИЯ



ОДЕЖДА  
Нательное белье,  
одежда и обувь  
по сезону



РЕМОНТНЫЙ  
КОМПЛЕКТ  
Нитки, иглы и пр.



ЗАПАС ЕДЫ  
И ВОДЫ



ПОСУДА  
ОДНОРАЗОВАЯ,  
НОЖ



ФОНАРИК  
И ЗАПАС  
БАТАРЕЕК



СВЕЧА,  
СПИЧКИ,  
ЗАЖИГАЛКА



СРЕДСТВА ЛИЧНОЙ  
ГИГИЕНЫ  
Зубная щетка и паста,  
мыло, полотенце,  
туалетная бумага, носовые  
 платки, влажные салфетки,  
и другие средства личной  
гигиены



АПТЕЧКА  
ПЕРВОЙ  
ПОМОЩИ



### СОДЕРЖАНИЕ АПТЕЧКИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ



Средства, предназначенные для неотложной обработки ран и остановки кровотечений: бинты и повязки, жгуты, лейкопластырь



Стерильные и нестерильные резиновые перчатки



Специальная или простая марлевая маска



Антисептические препараты: этиловый спирт, перекись водорода, спиртовой йодный раствор, борная кислота в порошке или жидкой форме, бриллиантовый зеленый



Альгетические препараты и антипиретики: аспирин, анальгин, парацетамол, цитрамон



Противомикробные средства системного типа действия: левомицетин, стрептоцид, ампициллин



Сердечные средства: валидол, корвалол, корвалмент, нитроглицерин (по необходимости)



Спазмолитики (миотропные или комбинированные): баралгин, спазмалгон, но-шпа, дротаверин



Детоксикационные (адсорбирующие) доврачебные средства: таблетки активированного угля, атоксил, энтеросгель



Химические антидоты против кислот и щелочей: сода, борная или лимонная кислота



Противоаллергические и антигистаминные средства: димедрол, супрастин, тавегил



Нашатырный спирт



Инструменты и дополнительные неотложные приспособления: ножницы, шприц



Ручка и блокнот или чистый лист бумаги

#### Важно помнить!

Состав аптечки для оказания первой помощи может подбираться индивидуально в зависимости от заболеваний, которые имеются у человека!



МЧС России

# ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

## ЭВАКУАЦИЯ НАСЕЛЕНИЯ

### ВАЖНО ЗНАТЬ!



Адрес сборного эвакуационного пункта

### ГДЕ УЗНАТЬ?

- Органы местного самоуправления
- Отделы и службы ЖКХ, ТСЖ, управляющие компании

### СПОСОБЫ ЭВАКУАЦИИ



ПЕШИМ ПОРЯДКОМ

ЛИЧНЫМ ТРАНСПОРТОМ



АВТОМОБИЛЬНЫМ ТРАНСПОРТОМ

ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫМ ТРАНСПОРТОМ



ВОДНЫМ ТРАНСПОРТОМ

ВОЗДУШНЫМ ТРАНСПОРТОМ



### ПРИ ЭВАКУАЦИИ СЛЕДУЕТ ВЗЯТЬ С СОБОЙ



ДОКУМЕНТЫ И ДЕНЬГИ



ОДЕЖДА

Нательные белье, одежда и обувь по сезону



РЕМОНТНЫЙ КОМПЛЕКТ

Нитки, иголки и др.



ЗАПАС ЕДЫ И ВОДЫ



ПОСУДА ОДНОРАЗОВАЯ, НОЖ



ФОНАРИК И ЗАПАС БАТАРЕЕК



СВЕЧА, СПИЧКИ, ЗАЖИГАЛКА



СРЕДСТВА ГИГИЕНЫ



СРЕДСТВА СВЯЗИ



АПТЕЧКА ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

### ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ОБЪЯВЛЕНИИ ЭВАКУАЦИИ

1

ВЗЯТЬ документы, необходимые вещи и продукты.



2

ВЫКЛЮЧИТЬ все электроприборы;  
ЗАКРЫТЬ окна, водопроводные и газовые трубы, квартиру или дом



3

ПРИБЫТЬ на сборный эвакуационный пункт и зарегистрироваться, получить СИЗ (при организации выдачи)



4

УБЫТЬ в безопасный район указанным способом эвакуации



5

ПРИБЫТЬ на приемный эвакуационный пункт, получить ордер



6

УБЫТЬ в место временного проживания



МЧС России

# ОСНОВНЫЕ ВИДЫ ТЕРРОРИЗМА

## С ПРИМЕНЕНИЕМ ВЗРЫВНЫХ УСТРОЙСТВ

Могут использоваться средства вооружения войск и самодельные взрывные устройства, которые, как правило, маскируются под различные предметы бытового назначения.



## С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ХИМИЧЕСКИ ОПАСНЫХ ВЕЩЕСТВ

Применяются как боевые отравляющие вещества, так и химически опасные вещества, которые используются в промышленных целях.

Признаки применения:

- внезапное ухудшение самочувствия у большого числа людей;
- не характерные для данной местности запахи;
- крики о помощи;
- попытки покинуть место нахождения.



## С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ ТЕЛЕФОНА, ПОЧТОВОЙ СВЯЗИ

Цель угроз - заставить получателя информации пойти на те или иные уступки.

Безрассудное выполнение угроз террористов, как правило, приводит к тяжелым последствиям, которых можно было бы избежать при разумных и осознанных действиях.



## УРОВНИ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ ОПАСНОСТИ

(Указ Президента Российской Федерации от 14.06.2012 года № 851)

### ПОВЫШЕННЫЙ

устанавливается при наличии требующей подтверждения информации о реальной возможности совершения террористического акта

### ВЫСОКИЙ

устанавливается при подтверждении информации о реальной возможности совершения террористического акта

### КРИТИЧЕСКИЙ

устанавливается при наличии информации о совершенном террористическом акте либо о совершении действий, создающих непосредственную угрозу террористического акта

# ДЕЙСТВИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ВЗРЫВНОГО УСТРОЙСТВА

## Признаки наличия взрывных устройств

- припаркованные вблизи домов автомобили, неизвестные жильцам (бесхозные);
- бесхозные портфели, чемоданы, сумки, свертки, мешки, коробки;
- растяжки из проволоки, шпагата, веревки;
- присутствие проводов, небольшой антенны, изолянты, источников питания (батарейки);
- необычное размещение обнаруженного предмета, шум из него (щелчки, тиканье часов);
- специфический, не свойственный окружающей местности, запах.



## Возможные места установки взрывных устройств

- вокзалы; рынки, магазины;
- стадионы, развлекательные заведения;
- подземные переходы (тоннели);
- транспортные средства;
- учебные и детские учреждения, больницы, поликлиники;
- объекты жизнеобеспечения (электростанции, газоперекачивающие и распределительные станции и др.);
- мусорные контейнеры, урны, подвалы домов.



## При обнаружении взрывного устройства необходимо:

- немедленно сообщить о подозрительном предмете в дежурные службы МВД, ФСБ, ГОЧС, оперативному дежурному администрации города;
- не подходить к обнаруженному предмету, не трогать и не передвигать его, не подпускать к нему других;
- исключить использование средств мобильной, радиосвязи, других средств, способных вызвать срабатывание взрывателя;
- освободить от людей опасную зону в радиусе не менее 100 м, по возможности обеспечить охрану подозрительного предмета и опасной зоны, при этом находиться за предметами, обеспечивающими защиту, и вести наблюдение;
- дождаться прибытия представителей правоохранительных органов.



**Обезвреживание взрывоопасного предмета на месте его обнаружения производится только специалистами МВД, ФСБ, МЧС!**

# ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ УГРОЗЫ

## ТЕЛЕФОН, ИНТЕРНЕТ



- не оставлять без внимания ни одного подобного звонка или сообщения;
- передать полученную информацию в правоохранительные органы;
- постараться дословно запомнить разговор, а лучше записать на бумаге;
- запомнить пол, возраст звонившего и особенности его речи: голос (громкий, тихий, высокий, низкий), темп речи (быстрая, медленная), произношение (отчетливое, искаженное, с заиканием, шепелявое, с акцентом или диалектом), манера речи (развязная, с издевкой, с нецензурными выражениями);
- обязательно постараться отметить звуковой фон (шум автомашин или другого транспорта, звук телерадиоаппаратуры, других голосов и т.п.);
- отметить характер звонка – городской или междугородный;
- зафиксировать точное время начала разговора и его продолжительность;
- еще в процессе разговора постараться сообщить о звонке руководству, если этого не удалось сделать, то сообщить немедленно по окончании разговора;
- не распространять сведения о факте разговора и его содержании;
- при наличии АОН записать определившийся номер;
- при использовании звукозаписывающей аппаратуры принять меры к сохранности разговора.

## ПОЧТОВЫЕ ОТПРАВЛЕНИЯ

- принять меры к сохранности и быстрой передаче письма, бандероли и др. почтовых отправлений в правоохранительные органы;
- по возможности письмо положить в полиэтиленовый пакет;
- постараться не оставлять на документе отпечатки своих пальцев;
- если документ в конверте, то его вскрытие производится только с левой или правой стороны путем отрезки кромки ножницами;
- сохранить все: сам документ, конверт, упаковку, любые вложения, ничего не выбрасывать;
- не позволять знакомиться с содержанием почтового отправления другим лицам;
- запомнить обстоятельства получения или обнаружения письма (почтового отправления);
- на анонимных материалах не делать надписи, подчеркивания, запрещается их сгибать, мять, сшивать, склеивать;
- анонимные материалы направлять в правоохранительные органы с сопроводительным письмом, где указать конкретные их признаки (вид, количество, каким способом и на чем исполнены, с каких слов начинается и какими заканчивается текст, наличие подписи и т.д.), а также обстоятельства, связанные с их обнаружением или получением.



# ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗАЛОЖНИКОВ

## ПОМНИТЕ: ВАША ЦЕЛЬ – ОСТАТЬСЯ В ЖИВЫХ!

- основное правило – не допускайте действия, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
- не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе, при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и своей собственной;
- возьмите себя в руки, успокойтесь, не паникуйте, разговаривайте спокойным голосом;
- старайтесь не допускать истерик и паники;
- на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение;
- если вы ранены, постарайтесь не двигаться - этим вы сократите потерю крови;
- расположитесь подальше от окон, дверей и от самих террористов – это необходимо для обеспечения вашей безопасности в случае штурма помещения, стрельбы снайперов на поражение преступников;
- будьте внимательны, постарайтесь запомнить как можно больше информации о террористах (количество, вооружение, приметы преступников, особенности внешности, речи, одежду, имена, клички, манеры поведения, тематику разговоров и др.);
- постарайтесь определить место своего нахождения (заточения);
- при штурме здания ложитесь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке;
- помните, что получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимые действия по вашему освобождению;
- после освобождения не делайте скоропалительных заявлений.



# ОБЯЗАННОСТИ ДОЛЖНОСТНЫХ ЛИЦ

Руководитель организации несет персональную ответственность за жизнь и здоровье своих сотрудников!

## ПО ПРЕДУПРЕЖДЕНИЮ ТЕРРОРИЗМА

Организовать выполнение комплекса предупредительно-профилактических мероприятий по предотвращению терактов:

- установить пропускной режим;
- организовать охрану объекта и осмотр его территории;
- организовать осмотр прибывающего и убывающего транспорта;
- обеспечить исправность технических систем охраны, сигнализации, средств оповещения;
- поддерживать в состоянии постоянной готовности силы и средства, предназначенные для пресечения террористической деятельности;
- организовать проведение инструктажей и занятий с персоналом.



## ПРИ НЕПОСРЕДСТВЕННОЙ УГРОЗЕ ТЕРАКТА

При обнаружении взрывного устройства, захвате заложников и получении угрозы:

- оповестить региональные органы ФСБ, МВД, МЧС, органы местной власти и самоуправления;
- удалить людей на безопасное расстояние;
- срочно проверить готовность средств оповещения;
- организовать встречу работников МВД, ФСБ, пожарной охраны, "Скорой помощи", спасательных подразделений МЧС.



Не оставляйте без внимания ни одного факта угроз террористов!



ПОЖАРНАЯ СЛУЖБА

01  
101

ПОЛИЦИЯ

02  
102

ТЕЛЕФОНЫ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

ЕДИНЫЙ НОМЕР  
112

СКОРАЯ ПОМОЩЬ

03  
103

ГАЗОВАЯ СЛУЖБА

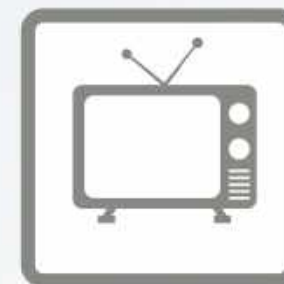
04  
104

# ОПОВЕЩЕНИЕ

Звуки сирены означают сигнал  
«**ВНИМАНИЕ ВСЕМ!**»



ГРОМКОГОВОРИТЕЛИ



ТЕЛЕВИДЕНИЕ



СОЦИАЛЬНЫЕ  
СЕТИ

Услышав звуки сирены,  
**НЕОБХОДИМО:**

1. Немедленно включить средства массовой информации: телевизор, радио и др.;
2. Внимательно прослушать экстренное сообщение о сложившейся обстановке и порядке действий;
3. Держать все эти средства постоянно включенными в течение всего периода ликвидации аварий, катастроф или стихийных бедствий.



РАДИО

# ЭВАКУАЦИЯ

**Эвакуация может проводиться при аварии, катастрофе, стихийном бедствии или в случае военных конфликтов**

## **ПРЕЖДЕ ЧЕМ ПОКИНУТЬ ПОМЕЩЕНИЕ:**

- выключить все осветительные, нагревательные и прочие электроприборы;
- закрыть краны водопроводной и газовой сетей, окна и форточки;
- включить охранную сигнализацию (если такая есть);
- закрыть помещение на все замки.



## **ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ:**

- личные документы (паспорт, военный билет, свидетельства о браке, о рождении детей, пенсионное удостоверение, страховые полисы), деньги;
- питьевую воду и продукты питания на 2-3 суток;
- одежду, обувь (в том числе и тёплую), туалетные принадлежности;
- смену белья, а на случай длительного пребывания - постельные принадлежности;
- кружку, миску, ложку, нож, спички, карманный фонарик.





# СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ И КОЛЛЕКТИВНОЙ ЗАЩИТЫ

## УКРЫТИЕ В ЗАЩИТНЫХ СООРУЖЕНИЯХ ГО

### УБЕЖИЩА



Защищают от многих стихийных бедствий (бури, ураганы, смерчи, землетрясения), аварий, катастроф в мирные дни и от всех поражающих факторов современного оружия в военное время.

### ПРОТИВОРАДИАЦИОННЫЕ УКРЫТИЯ



Обладают несколько меньшими защитными свойствами, чем убежища, защищает укрываемых от воздействия ионизирующих излучений при радиоактивном заражении (загрязнении) местности.

### УКРЫТИЕ

Защищает от фугасного и осколочного действия обычных средств поражения, поражения обломками строительных конструкций, от обрушения конструкций вышерасположенных этажей.

## СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ

**ИЗОЛИРУЮЩИЕ:** Общевойсковой защитный комплект (ОЗК); Легкий защитный костюм (Л-1).

Обеспечивают защиту от попадания радиоактивных, опасных химических и биологических средств, паров АХОВ на кожные покровы.

**ФИЛЬТРУЮЩИЕ:** Защитная фильтрующая одежда (ЗФО); Защитный комплект (ПЗО-1).

Химические вещества, которыми пропитаны комбинезоны, задерживают пары АХОВ или **нейтрализуют их.**

### ПОДРУЧНЫЕ СРЕДСТВА:

**Производственная одежда (халаты, комбинезоны, куртки, резиновые сапоги), плащи, накидки из прорезиненной ткани.**

Защищают от попадания на кожу радиоактивных веществ и биологических средств, не пропускают некоторое время капельно-жидкие АХОВ.

**ПРОТИВОГАЗЫ:** Гражданские противогазы (ГП-7, ГП-9).

Предназначены для защиты человека от попадания в органы дыхания, на глаза и лицо радиоактивных, отравляющих, аварийно химически опасных веществ и биологических средств.

Для детей от полутора до 17 лет - ПДФ-2Д (дошкольный), ПДФ-2Ш (школьный);  
Для детей до полутора лет - камера защитная детская (КЗД-6, СЗД-1,5).

**РЕСПИРАТОРЫ:** Облегченные средства защиты органов дыхания от вредных газов, паров, аэрозолей и пыли.

**ПРОСТЕЙШИЕ СРЕДСТВА:** Ватно-марлевая повязка (ВМП); Противопылевая тканевая маска (ПТМ).

Они защищают органы дыхания человека от радиоактивной пыли, вредных аэрозолей и биологических средств.



для кожи

для органов дыхания

# ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОЖАРЕ

## ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ПОЖАРА:



### 1. ЗВОНОК ПО ТЕЛЕФОНУ:

При обнаружении пожара или признаков горения в здании, помещении, на территории (задымление, запах гари, повышение температуры воздуха и др.) **необходимо:** немедленно сообщить об этом по телефону в пожарную охрану с указанием наименования объекта защиты, адреса места его расположения, места возникновения пожара, а также фамилии сообщаемого информацию.



### 2. ОПОВЕЩЕНИЕ И ЭВАКУАЦИЯ:

Принять меры по эвакуации людей, а при условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей меры по тушению пожара в начальной стадии.



### 3. ДЕЙСТВИЯ ОТВЕТСТВЕННОГО:

- в любой обстановке сохранять выдержку и холоднокровие;
- открыть запасные выходы, организовать эвакуацию людей в соответствии с планом эвакуации;
- помочь тем, кто не может самостоятельно двигаться и растерялся.



### 4. ВСТРЕЧА ПОЖАРНЫХ ПОДРАЗДЕЛЕНИЙ:

Встретить пожарные подразделения и сообщить, где могли остаться люди, как туда можно добраться.



# ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА

## ВЫБРОС (РАЗЛИВ) АВАРИЙНО ХИМИЧЕСКИ ОПАСНОГО ВЕЩЕСТВА

**Cl** ХЛОР

**НЕОБХОДИМО:**

- защитить квартиру от проникновения паров хлора (заклеить окна, щели в дверях, вентиляционные отверстия);
- подняться на верхние этажи высоких зданий;
- надеть противогаз, респиратор или ватно-марлевую повязку, смоченную 2%-м раствором питьевой соды;
- выходить из зоны заражения по возвышенным местам, избегая низин, оврагов, в направлении, перпендикулярном ветру.



**NH<sub>3</sub>** АММИАК

**НЕОБХОДИМО:**

- надеть средства индивидуальной защиты: противогаз, противогазовый респиратор или ватно-марлевую повязку, смоченную 2%-м раствором борной, лимонной, уксусной кислоты;
- покинуть квартиру, выключив электроприборы, взяв документы и деньги;
- спуститься на нижние этажи;
- укрыться в убежище, если такое имеется поблизости;
- выходить из зоны заражения в направлении, перпендикулярном ветру.



## РАДИОАКТИВНОЕ ЗАГРЯЗНЕНИЕ (ЗАРАЖЕНИЕ) НЕОБХОДИМО:

- на улице: защитить органы дыхания, укрыться в помещении;
- в помещении: снять верхнюю одежду и обувь, поместить их в пластиковый пакет и принять душ;
- загерметизировать окна, двери, щели и отверстия;
- постоянно слушать сообщения средств массовой информации;
- сделать запас воды в герметичных емкостях;
- открытые продукты упаковать и поместить в холодильник.



## ВЗРЫВ, РАЗРУШЕНИЯ НЕОБХОДИМО:

- спокойно оцените обстановку;
- продвигайтесь осторожно, стараясь не вызвать нового обвала, не трогайте поврежденные конструкции и оголившиеся провода;
- если есть возможность, используйте первичные средства пожаротушения в целях предотвращения распространения огня;
- в разрушенном или поврежденном помещении нельзя пользоваться открытым пламенем;
- вывести людей в безопасное место;
- оказать первую помощь пострадавшим.



# ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

## НАВОДНЕНИЕ (ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ):

- при угрозе наводнения постоянно слушать сообщения средств массовой информации;
- перенести продовольствие, одежду, обувь, ценные вещи на верхние этажи;
- перегнать скот на возвышенные места;
- эвакуировать (вывезти) людей из опасных районов, в первую очередь – детей, оказать срочную помощь людям, очутившимся в воде;
- спасать людей, используя для этого любые средства.



## БУРЯ, УРАГАН, СМЕРЧ

### Узнав о приближении бедствия, НЕОБХОДИМО:

- убрать с балконов и лоджий все, что может быть сброшено ураганом;
- закрыть окна, двери;
- отключить газ и электричество, потушить огонь в печах;
- подготовить исправные фонари, лампы;
- запастись водой, продуктами питания;
- держать средства передачи информации включенными;
- подготовить аптечку первой помощи;
- укрыться в защитном сооружении гражданской обороны, подвале, погребе или занять в доме внутреннюю комнату - подальше от окна.



## ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЕ:

### Почувствовав первые толчки, НЕМЕДЛЕННО:

покинуть здание (у вас 15-20 сек.) либо относительно безопасно укрыться в нем (проемы дверные и в капитальных стенах, углы внутренних капитальных стен, места у колонн, под каркасными балками, прочными столами и кроватями).

### НЕДОПУСТИМО:

- прыгать из окон выше первого этажа;
- пользоваться лифтом;
- создавать давку и пробки в дверях, на лестнице;
- жечь спички, свечи, пользоваться открытым огнем;
- входить в дома: толчки могут повториться;
- подходить к полуразрушенным домам, оборванным проводам.

### После первых толчков:

- быстро выйти на улицу (не пользоваться лифтом);
- отойти подальше от зданий, столбов и заборов;
- оказать первую помощь пострадавшим.

### Жителям сейсмоопасных районов

### НЕОБХОДИМО ЗАРАНЕЕ:

- Составить план действий, определить место сбора после землетрясения;
- Заранее определите наиболее безопасные места в помещении, где можно переждать толчки. Это – проемы капитальных внутренних стен (не перегородок!), углы, образованные внутренними капитальными стенами, места у внутренних капитальных стен, у колонн и под балками каркаса;
- Укрытием от падающих предметов и обломков могут служить места под прочными столами и кроватями - научите детей прятаться туда при сильных толчках в отсутствие взрослых;
- Заранее прочно закрепите шкафы, этажерки, стеллажи, полки к стенам, к полу;
- Не загромождайте вещами вход в квартиру, коридоры и на лестничные площадки.



# ТЕРРОРИЗМ-УГРОЗА ОБЩЕСТВУ

## ПРИЗНАКИ НАЛИЧИЯ ВЗРЫВНЫХ УСТРОЙСТВ:

- припаркованные вблизи домов автомобили, неизвестные жильцам (бесхозные);
- бесхозные портфели, чемоданы, сумки, свертки, мешки, коробки;
- растяжки из проволоки, шпагата, веревки;
- присутствие проводов, небольшой антенны, изолянты, источников питания (батарейки);
- необычное размещение обнаруженного предмета, шум из него (щелчки, тиканье часов);
- специфический, не свойственный окружающей местности, запах.



## ВОЗМОЖНЫЕ МЕСТА УСТАНОВКИ ВЗРЫВНЫХ УСТРОЙСТВ:

- вокзалы, рынки, магазины;
- стадионы, развлекательные заведения;
- подземные переходы (тоннели);
- транспортные средства;
- учебные и детские учреждения, больницы, поликлиники;
- объекты жизнеобеспечения (электростанции, газоперекачивающие и распределительные станции и др.);
- мусорные контейнеры, урны, подвалы домов.



## ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ УСТРОЙСТВА НЕОБХОДИМО:

- немедленно сообщить о подозрительном предмете в дежурные службы МВД, ФСБ, ГОЧС, оперативному дежурному администрации города;
- не подходить к обнаруженному предмету и не подпускать к нему других;
- исключить использование средств мобильной, радиосвязи, других средств, способных вызвать срабатывание взрывателя;
- дождаться прибытия представителей правоохранительных органов.



Обезвреживание взрывоопасного предмета на месте его обнаружения производится только специалистами МВД, ФСБ, МЧС!

## ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ, ЕСЛИ ВАС ЗАХВАТИЛИ В ЗАЛОЖНИКИ:

- основное правило – не допускайте действия, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
- не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе, при необходимости выполняйте требования преступников, не противоречьте им;
- старайтесь не допускать истерик и паники;
- на совершение любых действий (сесть, встать, попить, сходить в туалет) спрашивайте разрешение;
- запомните как можно больше информации о террористах (количество, вооружение, особенности внешности, речи др.);
- при штурме здания ложитесь на пол лицом вниз, сложив руки на затылке.



# ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

## Универсальный алгоритм оказания первой помощи

Проведите оценку обстановки и обеспечьте себе безопасные условия для оказания первой помощи. Необходимо надеть перчатки и медицинскую маску.

### Определение наличия сознания у пострадавшего

Необходимо взять пострадавшего за плечи, аккуратно встряхнуть и громко спросить «Что с Вами? Нужна помощь?», если нет реакции, то сознание отсутствует.



### Проверка дыхания

Открыть дыхательные пути методом запрокидывания головы и подъема подбородка. В течение 10 секунд наблюдать за движением грудной клетки и живота, почувствовать щекой и услышать ухом дыхание. При наличии дыхания придать пострадавшему устойчивое боковое положение и вызвать «Скорую медицинскую помощь».



### При отсутствии сознания и дыхания

Провести сердечно-легочную реанимацию, при этом пострадавший должен лежать на твердой поверхности. Сделать 30 компрессий на грудину пострадавшего (у взрослых глубина 5-6 см, частота 100-120 в минуту, 1/3 высоты грудной клетки у детей) и 2 искусственных вдоха методом «рот ко рту».



### Способы остановки наружного кровотечения

Пальцевое прижатие артерии, прямое давление на рану, наложение давящей повязки, максимальное сгибание конечности, наложение жгута (накладывается на ткань, 60 минут в теплое время/30 минут в холодное время).



### Травмы опорно-двигательного аппарата (переломы)

Помочь пострадавшему принять удобное положение и вызвать «Скорую медицинскую помощь», если это невозможно, то необходима транспортировка пострадавшего в медицинское учреждение. Для этого следует выполнить иммобилизацию (обездвиживание) поврежденной конечности, зафиксировав минимум два сустава (один ниже, другой - выше перелома). Наиболее доступным и безопасным способом иммобилизации является аутоиммобилизация.



### Термические ожоги

Охладить под проточной, прохладной водой место ожога не менее 10-15 минут, либо приложить холод (лед поверх сухой ткани). Холод препятствует образованию ожоговых пузырей. Нельзя смазывать обожженную поверхность маслом, мазью или кремом.



## СПРАВОЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

**Лесные пожары** в зависимости от сферы распространения огня подразделяются на низовые и верховые.

**Низовой пожар** распространяется по земле и по нижнему ярусу леса. Горит надпочвенный покров, подлесок и нижние части стволов деревьев. Высота пламени достигает до 1,5–2 м, а скорость распространения огня обычно не превышает 3 м/мин, температура огня в зоне пожара составляет 400–900°C.

**Верховой пожар** – огонь распространяется по кронам деревьев. Скорость распространения пожара в безветренную погоду достигает 3–4 км/ч, а при наличии ветра – от 25 до 30 км/ч и более. Температура в зоне огня может составлять 1100°C.

**Основные причины возникновения лесных пожаров:**

- нарушение правил обращения с огнем и при разведении костров в лесу;
- сжигание мусора, сухой травы в непосредственной близости к лесному массиву;
- попадание молнии в деревья.

Основные поражающие факторы	Основными последствиями пожаров
непосредственное воздействие огня	уничтожение имущества, гибель людей
высокая температура	уничтожение лесных массивов
задымление	гибель домашних и диких животных

## КАК НЕ ДОПУСТИТЬ РАСПРОСТРАНЕНИЯ ЛЕСНОГО ПОЖАРА

**Основные правила разведения костра в лесу**

- разжигайте костер только в специально отведенных местах;
- предназначенное под костер место очистите от сухой травы, листьев, веток и другого горючего материала;
- исключите возгорание сухой травы и веток вблизи кострища;
- покидая место привала, убедитесь, что кострище полностью потушено.

**ОПАСНО:**

- разводить огонь вблизи нависающих крон деревьев, в хвойных молодняках, среди сухойстойного камыша, на торфянике;
  - оставлять костер без присмотра.
- При приближении пожара к населенным пунктам и отдельным строениям**
- увеличьте противопожарные просветы между лесом и границами застройки путем выруб-ки деревьев и кустарников, устройства грунтовых полос

вокруг населенного пункта и отдельных строений;

- создайте запасы воды и песка;
- закройте все окна и двери, вентиляционные отверстия снаружи дома;
- в доме наполните водой имеющиеся емкости;
- приготовьте плотную ткань (мокрой тканью можно будет затушить угли или небольшое пламя);
- осматривайте дом, двор и прилегающую территорию в целях своевременного обнаружения возгорания.

ТЕЛЕФОНЫ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

ПОЖАРНАЯ (МЧС)	101	ЕДИНАЯ СЛУЖБА ПОЛИЦИИ	102	СПАСЕНИЯ	103	112	АВАРИЙНАЯ ГОРГАЗА	104
----------------	-----	-----------------------	-----	----------	-----	-----	-------------------	-----

С МОБИЛЬНЫХ И СТАЦИОНАРНЫХ ТЕЛЕФОНОВ

вызовов осуществляется по адресу: [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru)

## КАК НЕ ДОПУСТИТЬ РАСПРОСТРАНЕНИЯ ЛЕСНОГО ПОЖАРА

### Выбор места для костра

**ПОМНИТЕ!**  
Любой лесной пожар, кроме возникшего от молнии, начинается с маленького очага.



Найдите поляну, защищенную от ветра



Очистите место от сухой травы и листьев, (зимой – от снега), обложите камнями

### Нельзя разводить костер



Под деревом



На торфяном болоте



В зарослях сухого камыша



Среди сухостоя

### ЗАПРЕЩЕНО



Поджигать сухое стоящее дерево



Приближаться в синтетической одежде



Лить в костер горючие жидкости



Находиться у костра с распущенными волосами



Оставлять костер непотушенным

поведения при  
лесном пожаре

# ПАМЯТКА

по правилам

Семья  
Ваша безопасность.

### ЗАПОМНИТЕ!

Пожары в 90% случаев возникают по вине человека. Большинство пожаров происходит из-за нарушений человеком правил пожарной безопасности.

## ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ВОЗНИКНОВЕНИИ ЛЕСНОГО ПОЖАРА

### При обнаружении пожара:

- проанализируйте обстановку, постарайтесь выявить направление и примерную скорость распространения огня;
- определите путь эвакуации: двигаться следует перпендикулярно к направлению распространения огня. Выбирайте маршрут по просекам, полянам, берегам ручьев. Выходить нужно на дорогу, широкую просеку, опушку леса, к водоему.
- для защиты органов дыхания используйте простейшие средства (тряпку, платок и т.п.) смоченные водой.
- после выхода из зоны пожара сообщите о его месте в администрацию населённого пункта, лесничество или противопожарную службу.

### В очаге пожара:

- сохраняйте спокойствие;
- очистите вокруг себя как можно большую площадь от горючего материала (листья, травы, веток и т.п.);
- избавьтесь от горючего и легковоспламеняющегося снаряжения и одежды;
- голову и открытые участки тела обмотайте любым негорючим материалом, но таким образом, чтобы при возгорании его можно было мгновенно снять;
- рот и нос прикройте ватно-марлевой повязкой или полотенцем;

### ЗАПОМНИТЕ!

- по возможности смочите свою одежду и средства защиты органов дыхания;
- укрыться от пожара можно: в реке, на отмелях, расположенных посреди больших озёр, на оголённых участках болот, на скальных вершинах хребтов, расположенных выше уровня леса, на ледниках.

## ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ В ЗОНЕ ЛЕСНОГО ПОЖАРА

### Есть возможность выхода:



Быстро уходите в безопасное место



Двигайтесь в противоположную сторону от огня и дыма, навстречу ветру



Выбирайте маршрут по просекам, дорогам, полянам, берегам ручьев и рек



Учитывайте изменения скорости и направления ветра



Двигайтесь предпочтительно вниз по склону. Прошупывайте почву перед собой палкой (при торфяных пожарах)



Прикройте мокрой тряпичной повязкой рот и нос

### Возможности выхода нет:



Позвоните по телефону «112» и сообщите о том, что с вами случилось



Соповестите близких, знакомых



Укройтесь в безопасном месте



Накройтесь мокрой одеждой



Прикройте мокрой повязкой рот и нос

### Укрыться можно:

на выгоревшем участке леса; в русле пересохшего ручья; в водоеме; в овраге

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ УГАРНЫМ ГАЗОМ

Основными признаками отравления угарным газом являются: общая слабость и сонливость, головная боль, одышка, слезотечение, тошнота, рвота, головокружение, сухой кашель и боль в груди, в некоторых случаях у пострадавших могут возникать зрительные и слуховые галлюцинации, может развиваться паралич мышц.

При тяжёлом отравлении человек теряет сознание, у него возникают судороги, а затем происходит остановка дыхания.

### Первая помощь:

- вызовите «скорую помощь»;
- вынесите пострадавшего на свежий воздух, при невозможности это сделать – проветрите помещение, где он находится;

- на голову и грудь пострадавшего положите холодный компресс, к ногам – согревающие грелки;
- дайте тёплый крепкий чай, если пострадавший способен глотать;

### Если пострадавший находится без сознания:

- уложите пострадавшего в такое положение, которое позволит ему свободно дышать

и предупредит возможное возникновение приступов удушья или вдыхания рвотных масс;

- проверьте проходимость дыхательных путей, очистите ротовую полость;
- если у пострадавшего отсутствует дыхание и пульс приступайте к проведению сердечно-легочной реанимации, если уверены в своих навыках ее проведения.

## КАК ПЕРЕЖИТЬ СМОГ ОТ ЛЕСНЫХ ПОЖАРОВ



ограничьте физические нагрузки



вентиляционные отверстия, оконные и дверные проемы в помещении завесьте влажной тканью



чаще пейте подсолённую и минеральную щелочную воду, молочнокислые напитки



в помещениях проводите ежедневные влажные уборки

## СПРАВОЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

**Наводнение** – значительное затопление местности в результате подъема уровня воды в реке, озере, море.

**Основные причины наводнения:**

- длительное и значительное увеличение водности реки;
- подъем уровня воды в реке, вызванный усиленным таянием снега, ледников или обилием дождей;
- образование прелятствия (естественных плотин) в руслах рек (затор, зажор льда);
- сильный и продолжительный ветер в морских устьях крупных рек, а также на берегах больших озер и водохранилищ (нагоны).

**Последствия наводнений:**

- затопление значительных территорий местности;
- разрушение мостов, дорог, зданий, сооружений;
- гибель сельскохозяйственных животных, угодий;
- гибель людей.

## ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ НАВОДНЕНИИ

**При самостоятельной эвакуации:**

### ПОМНИТЕ!

Самостоятельную эвакуацию на безопасную территорию можно проводить только в случаях прямой угрозы вашей жизни или необходимости оказания помощи пострадавшим.

- для эвакуации используйте личные лодки и катера, плоты из бревен и других подручных материалов;
- на плавательное средство входите по одному;

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ** садиться на борта плавательного средства, меняться местами и толкаться во время проведения эвакуации.

**Если вы оказались в воде:**

- плывите к ближайшему незатопленному участку;
- используйте для этого все подручные средства, способные удержать вас на воде;
- избавьтесь от лишних вещей и одежды;
- избегайте резких движений в местах с большим количеством водорослей или травы.

**Если вы оказались на улице:**

- займите ближайшее безопасное возвышенное место, верхний этаж здания, чердак или крышу дома, прочное и высокое дерево и т.д.;
- подавайте сигнал о своем местонахождении: в светлое время суток используйте белое или цветное полотнище, а в ночное время – фонарик;
- при отсутствии угрозы вашей жизни, оставайтесь на выбранном месте до прибытия помощи.

**Если тонет человек:**

- бросьте тонущему человеку любой плавающий предмет, веревку и т.д.;
- позовите на помощь;
- при оказании самостоятельной помощи утопающему: подплывите к нему сзади, учитывайте направление и скорость течения воды, пресекайте попытки утопающего схватиться за вас, транспортируйте тонущего к безопасному месту, окажите первую помощь.

## КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К НАВОДНЕНИЮ

**Заблаговременно**

(если ваш район подвержен затоплению от наводнений):

- уточните место расположения вашего пункта сбора и эвакуации;
- уточните границы возможного затопления местности;
- определите редко затопляемые участки и пути движения к ним;
- уточните места хранения плавательных средств;
- документы и ценные вещи храните в удобном и доступном месте, чтобы при необходимости можно было легко и быстро взять с собой;
- ознакомьтесь с правилами поведения при эвакуации.

**При угрозе наводнения:**

- перенесите на верхние этажи здания или на чердак ценные предметы и вещи;
- уложите в непромокаемый пакет (мешок) личные документы, деньги и ценности, соберите медицинскую аптечку, комплект верхней одежды и обуви по сезону, постельное белье и туалетные принадлежности, трехдневный запас воды и продуктов питания;
- уложите вещи и продукты в чемоданы (рюкзаки, сумки).

**При эвакуации:**

- отключите газ, электричество и воду;
- выпустите домашний скот и животных;

## ЧТО ДЕЛАТЬ ПОСЛЕ НАВОДНЕНИЯ

**После спада воды**

**ОСТЕРЕГАЙТЕСЬ:**

- порванных и провисших электрических проводов;
- поврежденных строительных конструкций;
- затопленных, неизвестных участков дорог, местности.

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- употреблять воду из затопленных колодцев и продукты питания, попавшие в воду;
- заходить в здания и сооружения до получения официального разрешения.

**При возвращении домой**

- проверьте, нет ли угрозы его обрушения или падения опасных предметов;
- пользуйтесь только осветительными приборами с автономными (маломощными) источниками питания;
- откройте все двери, окна для проветривания и просушивания помещения;
- уберите грязь с пола и стен, откачайте воду из подвала.

**ОПАСНО:**

пользоваться источниками открытого огня, включать свет и электроприборы.

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ**

пользоваться электропроводкой, водопроводом и канализацией до проверки их исправности специалистами.

ТЕЛЕФОНЫ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

ЕДИНАЯ СЛУЖБА

СПАСЕНИЯ

112

ПОЖАРНАЯ (МЧС)

101

ПОЛИЦИЯ

102

СКОРАЯ ПОМОЩЬ

103

АВАРИЙНАЯ ГОРГАЗА

104

С МОБИЛЬНЫХ И СТАЦИОНАРНЫХ ТЕЛЕФОНОВ

помощью вызователя в службу: [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru)

поведение при наводнении

ПАМЯТКА  
по правилам

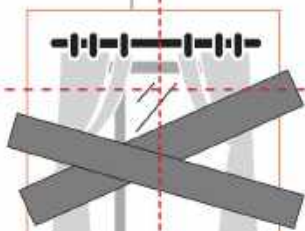
Ваша безопасность

# При получении предупреждения

Ценные предметы и вещи перенесите на верхние этажи или чердак



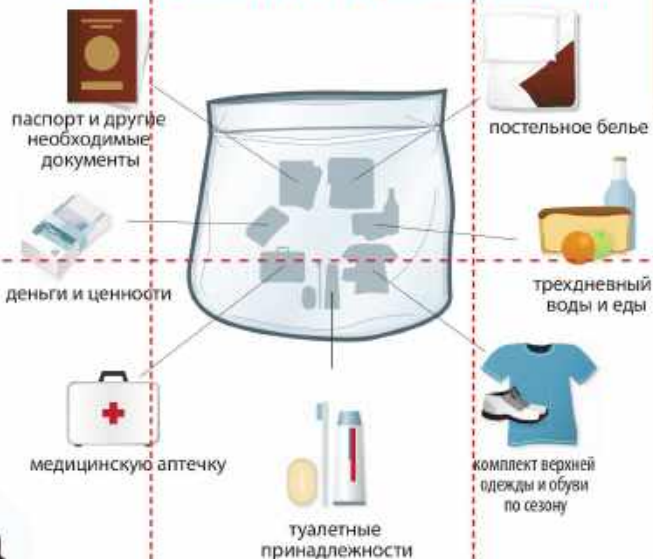
Закройте окна и двери при необходимости укрепите (забейте досками, щитами)



выпустите домашний скот и животных



Соберите и поместите в непромокаемый пакет:



Покидая квартиру **отключите** электричество, газ и воду. Погасите огонь в горящих печах



Возьмите подготовленные вещи и к установленному сроку направляйтесь на сборный эвакуационный пункт для регистрации и отправки в безопасный район

## При отсутствии организованной эвакуации



До прибытия помощи или спада воды, находитесь на верхних этажах, крышах зданий, на деревьях

### Постоянно подавайте сигнал бедствия:



**днем** – вывешиванием или размахиванием ярким полотнищем



**ночью** – световым сигналом, голосом

### Самостоятельно выбираться из затопленного района не рекомендуется, кроме случаев, когда:



необходимо оказание мед. помощи пострадавшим



продолжается подъем уровня воды



есть угроза затопления верхних этажей (чердака)

### После спада воды:



остерегайтесь порванных и провисших электрических проводов



воду из затопленных колодцев и продукты питания, попавшие в воду употреблять **ЗАПРЕЩЕНО**



### После входа в свой дом:

проветрите помещение

### ЗАПРЕЩАЕТСЯ:



**применять открытый огонь для освещения.** Используйте только осветительные приборы с автономными (маломощными) источниками питания



**использовать электрические сети до осмотра их специалистами**

## СПРАВОЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

**Ураган** – атмосферный вихрь больших размеров со скоростью ветра до 200 км/ч, а в приземном слое – до 200 км/ч. Ураганы возникают в любое время года, но наиболее часто – с июля по октябрь. Средняя продолжительность урагана составляет от 9 до 12 дней.

**Смерч** – восходящий вихрь, состоящий из быстро вращающихся в воздухе частиц влаги, песка, пыли. Смерч имеет и другие названия: «торнадо», «тромб», «тифон». Основные признаки возникновения ураганов, бурь и смерчей

**Буря** – длительный, сильный ветер, скорость которого составляет более 62 км/ч. Наблюдается обычно при прохождении циклона.

### Основные признаки возникновения

**Ураган:** усиление скорости ветра (до 20-30 метров в секунду); резкое падение атмосферного давления; ливневые дожди, штормовой нагон воды; бурное выпадение снега; скопление грозных облаков темно-синего цвета на горизонте.

**Буря:** гроза; сильные электрические разряды молнии.

**Смерч:** кучево-дождевые, грозные облака на горизонте; влажный зной; несильный ветер, морозящий дождь; резкое падение температуры воздуха; образование в воздухе вращающегося столба из частиц влаги, пыли и т.д.; сильный гул при приближении смерча; возникновение возможно при ясной безоблачной погоде.

## ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ УРАГАНЕ, БУРЕ, СМЕРЧЕ

### На улице:

- держитесь как можно дальше от лёгких построек, линий электропередач, деревьев, стеклянных витрин;
- для укрытия выбирайте наиболее безопасные места – любое прочное строение, подвалы (при отсутствии угрозы затопления), капитальные дорожные сооружения (под мостами, эстакадами, в тоннелях и т.п.);
- для защиты от летящих об-

ломков и осколков стекла используйте подручные средства (плотную ткань, одеяло и т.д.);

- остерегайтесь находиться в повреждённых зданиях, так как они могут обрушиться при новых порывах ветра.

### В автомобиле:

- постарайтесь быстрее выехать с проселочной дороги на большое шоссе или автомагистраль;
- оставайтесь в автомоби-

## КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К УРАГАНУ, БУРЕ, СМЕРЧУ

Штормовое предупреждение объявляется в том случае, если, по прогнозам синоптиков скорость ветра будет выше 15 м/с.

### При получении «штормового предупреждения»:

- включите радио или телевизор для получения дополнительной информации о приближающейся опасности;
- с балконов и подокон-

ников уберите (закрепите) предметы, которые могут быть захвачены воздушным потоком;

- если вы проживаете в сельской местности, уберите со двора инвентарь, закрепите лёгкие постройки, укройте в сарае (в помещении) домашних животных и скот;

- подготовьте документы, ценности, медикаменты, запас продуктов питания и воды на 2-3 дня, фонарик, свечи и т.п.

ТЕЛЕФОНЫ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ	
ПОЖАРНАЯ (МЧС)	101
ПОЛИЦИЯ	102
СКОРАЯ ПОМОЩЬ	103
АВАРИЙНАЯ ГОРГАЗА	104
ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ	112

С МОБИЛЬНЫХ И СТАЦИОНАРНЫХ ТЕЛЕФОНОВ  
за подробной информацией на сайте [www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru)

## ЧТО ДЕЛАТЬ ПОСЛЕ УРАГАНА, БУРИ, СМЕРЧА

### ВАЖНО!

Даже если ветер утих, оставайтесь дома или в месте укрытия до получения сообщения о стабилизации обстановки, через несколько минут порывы ветра могут возобновиться.

### ОПАСНО

включать свет и электроприборы, пользоваться источниками открытого огня до проверки исправности системы газоснабжения.

Выходя на улицу, остерегайтесь нависающих предметов и частей конструкций, оборванных электропроводов, повреждённых столбов, высоких заборов, деревьев и т. д.

## ШКАЛА БОФОРТА

1 <b>тихий</b> 0,3–1,5 м/с 1–5 км/ч	4 <b>умеренный</b> 5,5–7,9 м/с 20–28 км/ч	7 <b>крепкий</b> 13,9–17,1 м/с 50–61 км/ч	10 <b>сильный шторм</b> 24,5–28,4 м/с 89–102 км/ч
2 <b>легкий</b> 1,6–3,3 м/с 6–11 км/ч	5 <b>свежий</b> 8,0–10,7 м/с 29–38 км/ч	8 <b>очень крепкий</b> 17,2–20,7 м/с 62–74 км/ч	11 <b>жестокий шторм</b> 28,5–32,6 м/с 103–117 км/ч
3 <b>слабый</b> 3,4–5,4 м/с 12–19 км/ч	6 <b>сильный</b> 10,8–13,8 м/с 39–49 км/ч	9 <b>шторм</b> 20,8–24,4 м/с 75–88 км/ч	12 <b>ураган</b> более 32,6 м/с более 117 км/ч

поведения при сильном ветре и буре в городе

# ПАМЯТКА по правилам

Сфера Вашей безопасности

# Правила поведения при штормовом предупреждении

После получения предупреждения о приближении урагана или сильной бури (по радио, телевидению, средствам связи или другими способами):

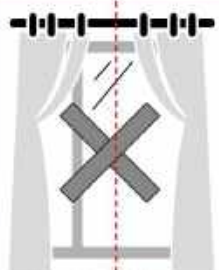
уберите с балконов (в частном доме – со дворов) предметы, которые могут быть унесены ветром

на стекла наклейте крест накрест **полоски пластыря** (чтобы не разлетались осколки)

Чаще всего люди получают травмы от **осколков стекла, шифера, черепицы**, от кусков **кровельного железа**, сорванных **дорожных знаков**, от деталей **отделки фасадов** и карнизов, от предметов, **хранящихся на балконах** и лоджиях.

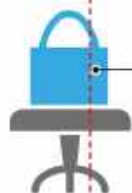
**Опасно выходить на улицу сразу же после ослабления ветра**, так как через несколько минут может возникнуть **новый его порыв**

В случае опасности **отключите** электричество, газ и воду



**плотно закройте** и укрепите все двери и окна

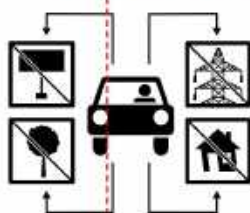
**Соберите необходимые вещи**



1. Радиоприемник
2. Свечи
3. Документы
4. Деньги
5. Медикаменты
6. Запас воды и еды на три дня
7. Фонарик



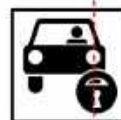
Вы находитесь в автомобиле:



Остановите автомобиль **на отдаленном расстоянии от рекламных щитов, высоких деревьев, столбов, линий электропередач, ветхих строений**

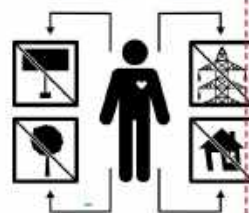


Сориентируйте автомобиль против ветра



Не выходите из автомобиля. Закройте окна и двери

Вы находитесь на улице или за городом:



Держитесь подальше **от строений, рекламных щитов, высоких деревьев, столбов и линий электропередач**



Найдите укрытие (в **подъезде, магазине, кинотеатре, метрополитене, подземной переходе, под мостом**)



Защитите глаза, нос и рот от песка и пыли

## СПРАВОЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

**Землетрясение** – подземные толчки, возникающие в результате внезапных смещений и разрывов в земной коре или верхней части мантии Земли и передающиеся на большие расстояния в виде упругих колебаний.

Интенсивность землетрясения оценивается по 12-балльной шкале сейсмической интенсивности Медведева-Шпонхойера-Карника (MSK-64).

### Явления, предшествующие землетрясениям:

- предварительные слабые толчки;
- появление трещин (разрывов) в земле;
- изменение уровня воды в колодцах;
- появление запаха газа в районах, где до этого воздух был чист;
- необычное (беспокойное) поведение животных;
- приглушенный гул; звучащий издалека.

**Основные причины травматизма и гибели людей при землетрясениях:** разрушение зданий и сооружений, пожары, паника.

## КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЮ

### При угрозе землетрясения:

заранее подготовьте документы, запас воды, еды, теплые вещи, лекарственные препараты; при получении сообщения о

возможной угрозе землетрясения отодвиньте кровати от окон и внешних стен, тяжелые и бьющиеся предметы (вещи) сложите на пол; при эвакуации возьмите подготовленные вещи, отключите газ, электричество, воду.

## ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИИ

### На первом этаже здания:

- срочно покиньте здание – выбегайте на улицу на открытое место (в вашем распоряжении 15-20 секунд)

### На верхних этажах здания:

- встаньте возле капитальных стен, опорных колонн в узких коридорах внутри здания или в дверных проемах, предварительно открыв двери;
- спрячьтесь под стол или кровать, закройте лицо руками.

Как только толчки прекратятся, немедленно выходите из здания на открытое место.

### ОПАСНО:

- укрываться рядом с окнами и мебелью со стеклом;
- стоять рядом с тяжелыми, громоздкими предметами;
- прыгать из окон или с балконов, если вы живете выше первого этажа;
- пользоваться источниками открытого огня во время и сразу после подземных толчков.

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ** пользоваться лифтом.

### На улице:

- отойдите как можно дальше от зданий, высоких столбов и заборов;
  - при нахождении в местах большого скопления людей и при возникновении паники двигайтесь в направлении движения толпы.
- Если вы упали, постарайтесь встать на одно колено и рывком подняться в сторону движения.

### В автомобиле:

- остановите автомобиль в месте, где отсутствует угроза обрушения и создания помех движению другого транспорта;
- откройте двери машины, чтобы при необходимости можно было быстро выйти.

## ЧТО ДЕЛАТЬ ПОСЛЕ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

### На улице:

- убедитесь в отсутствии у себя ранений;
- окажите первую помощь себе и пострадавшим;
- обходите явно поврежденные здания и сооружения;
- входите в здания только после официального разрешения.

### Дома:

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ** пользоваться лифтом и использовать источники открытого огня

- аккуратно передвигайтесь по лестничным пролетам;
- исключите контакт с разрушенными элементами здания;

- войдя в квартиру, проверьте исправность электропроводки, газо- и водопровода. Если имеются повреждения то следует их отключить;
- при наличии в помещении запаха газа откройте все окна и двери, покиньте помещение, предупредите соседей. Пере-

дайте информацию спасателям и в соответствующую службу;

- небольшие очаги возгорания постарайтесь потушить самостоятельно, в противном случае вызовите пожарных.

ТЕЛЕФОНЫ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

ПОЖАРНАЯ (МЧС)	101	ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ	112
ПОЛИЦИЯ	102		
СКОРАЯ ПОМОЩЬ	103		
АВАРИЙНАЯ ГОРГАЗА	104		

С МОБИЛЬНЫХ И СТАЦИОНАРНЫХ ТЕЛЕФОНОВ

за подробной информацией по сайту [www.112.gov.ru](http://www.112.gov.ru)

## ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ В ЗАВАЛЕ:

- сориентируйтесь в пространстве, определите, где вы находитесь;
- осмотритесь, поищите возможный выход;

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ** использовать источники открытого огня

- при отсутствии выхода, укрепите завал подпорками;
- если рука или нога зажаты обломками, вытаскивать ее силой опасно – это может спровоцировать дальнейшее обрушение;
- периодически разминайте руки и ноги;
- прислушайтесь, есть ли рядом другие люди, подавайте сигналы бедствия голосом, стучите различными твердыми предметами, желательно металлическими.

поведения  
при землетрясении

# ПАМЯТКА по правилам

Ваша безопасность

## При получении предупреждения

Продумайте предполагаемые пути отступления



В удобное, легкодоступное место положите:



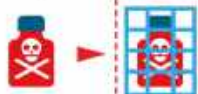
Держите включенными радио и телевизор для получения информации

Отодвиньте мебель от окон и несущих стен

Закрепите всю мебель в квартире и снимите с антресоль и шкафов тяжелые предметы

При поступлении сообщения об эвакуации перед покиданием квартиры отключите электричество, газ и воду

Опасные вещества поместите в хорошо изолированное место



паспорт и другие документы



карманный фонарик

деньги и ценности



запас батареек



Заранее подготовьте



Аптечку (специфические лекарства и средства общего назначения)

запас еды и воды



запасную одежду и теплые вещи

## Интенсивность землетрясения

I



Регистрируется только сейсмическими приборами

II



Может ощущаться людьми, находящимися в состоянии полного покоя

III



Ощущается немногими, более сильно проявляется в помещениях на верхних этажах

IV



Ощущается многими, может разбудить спящих. Характеризуется звоном посуды, дребезжанием стекол, хлопанием дверей

V



Ощутимое сотрясение зданий, колебание мебели. Образование трещин в оконных стеклах и штукатурке

VI



Ощущается всеми, осыпается штукатурка, легкие разрушения зданий

VII



Образование трещины в стенах каменных домов

VIII



Большие трещины в стенах, падение труб, памятников. Трещины на крутых склонах и на сырой почве

IX



Обрушение стен, перекрытий кровли в некоторых зданиях, разрывы подземных трубопроводов

X



Обвалы многих зданий, искривление железнодорожных рельсов. Оползни, обвалы, трещины до 1 м в грунте

XI



Многочисленные широкие трещины в земле, обвалы в горах, обрушение мостов, только немногие здания сохраняют устойчивость

XII



Значительные изменения рельефа, отклонение течения рек, предметы подбрасываются в воздух, тотальное разрушение сооружений

## СПРАВОЧНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

### ПОМНИТЕ!

Ожидайте пассажирский транспорт только на остановках.

Осуществляйте посадку только после полной остановки транспорта.

Во время движения держитесь за поручни.

### БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ!

При входе в салон транспортного средства, определите места расположения огнетушителей, аварийных выходов, механизмов аварийного открывания дверей.

При обнаружении забытых или бесхозных вещей, сообщите водителю.

Безопасного поведения на общественном транспорте

# ПАМЯТКА по правилам

Ваша безопасность

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПРЕБЫВАНИЯ

При пользовании общественным транспортом

### ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- прислоняться к дверям в транспортных средствах;
- отвлекать водителя во время движения;
- высовываться из окон;
- перевозить огнеопасные, взрывчатые и легко воспламеняющиеся вещества.

### В метрополитене:

- на эскалаторе стойте справа, лицом по ходу движения, проходите слева;
- при спуске с эскалатора быстро проходите вперед, поднимайте полы длинной одежды;
- на платформе вставайте дальше от края;
- детей держите за руки или на руках;
- о падении личных вещей на рельсы сообщите дежурному по станции.

### ЗАПРЕЩАЕТСЯ!

- ставить вещи на поручень;
- сидеть на ступенях эскалатора;
- заходить за ограничительную линию до прибытия поезда;
- спрыгивать на рельсы;
- мешать входу и выходу пассажиров из вагонов.

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПРОИСШЕСТВИИ НА ТРАНСПОРТЕ

### НАЗЕМНЫЙ ТРАНСПОРТ:

- при пожаре в салоне: сообщите водителю, защитите органы дыхания, покиньте салон через двери или аварийные выходы, окажите помощь детям и престарелым;
- при аварии в троллейбусе и трамвае исключите касание металлических частей корпуса транспортного средства;
- выбравшись из салона, отойдите на безопасное расстояние;
- сообщите об аварии и при необходимости окажите помощь пострадавшим.

### МЕТРОПОЛИТЕН

#### На эскалаторе:

- при падении пассажира на эскалаторе остановите эскалатор ручкой «Стоп»;
- помогите упавшему подняться, при необходимости окажите первую помощь;
- сообщите дежурному.

#### На станции:

- при обнаружении задымления или возгорания сообщите о случившемся работникам метрополитена, защитите органы дыхания

и немедленно покиньте станцию;

- если покинуть станцию невозможно защитите органы дыхания и выполняйте указания сотрудников метрополитена, пожарной охраны, полиции;
- примите меры по оказанию помощи детям, престарелым и пострадавшим.

### ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- останавливать поезд в тоннеле аварийным стоп-краном;
- покидать вагон без команды машиниста.

### В вагоне:

- при обнаружении задымления или возгорания: немедленно сообщите машинисту, выполняйте его указания, защитите органы дыхания;
- при появлении в вагоне открытого огня постарайтесь потушить его, используя огнетушители или подручные средства;
- при невозможности локализовать возгорание: перейдите в незапятнанную огнем часть вагона, оставайтесь в вагоне до остановки поезда;
- при выходе из вагона

помогите детям и престарелым, двигайтесь в указанном машинистом направлении.

### При падении на рельсы:

- при отсутствии поезда быстро двигайтесь к началу платформы и поднимитесь по служебной лестнице наверх;
- если поезд в непосредственной близости ложитесь на живот между рельсами головой в сторону приближающегося поезда, вытяните тело, прижмите руками верхнюю одежду, находитесь в таком положении, до прибытия работников метрополитена;
- если вы увидели человека, упавшего на рельсы, подскажите упавшему что делать и немедленно сообщите о происшествии персоналу станции, подавайте сигналы машинисту поезда размахивая руками.

### ЗАПРЕЩАЕТСЯ

- выбираться на платформу по кабелям;
- прятаться под платформой;
- наступать на рельсы и касаться их руками.

ТЕЛЕФОНЫ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

ПОЖАРНАЯ (МЧС)	101	ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ	102
ПОЛИЦИЯ	102	СКОРЫЯ ПОМОЩЬ	103
АВАРИЙНАЯ ГОРТАЗА	104		

# 112

С МОБИЛЬНЫХ И СТАЦИОНАРНЫХ ТЕЛЕФОНОВ

экстренная информация по сайту [www.mos.ru/ru](http://www.mos.ru/ru)

## ЕСЛИ ВЫ СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ ДТП

Вызовите по мобильному («112») или стационарному телефону (с АЗС, из кафе и т.п.) («01» или «03») спасателей и скорую медицинскую помощь. При этом необходимо сообщить точный адрес происшествия в городе или ориентиры места ДТП на загородной трассе (какое шоссе, ближайший населенный пункт или АЗС, кафе и т.п.), время происшествия, количество пострадавших и их состояние, наличие детей.

По возможности окажите пострадавшим первую помощь. Оставайтесь на месте до прибытия экстренных служб.

# ПОЖАРЫ (ВЗРЫВЫ) В МЕТРОПОЛИТЕНЕ

## Действия при пожаре в вагоне метро



Почувствовав запах дыма, немедленно сообщите машинисту о пожаре по переговорному устройству и выполняйте его указания



При сильном задымлении – закройте глаза и дышите через влажную ткань



Если это возможно – перейдите в незанятую огнем часть вагона (лучше вперед по ходу движения)



При появлении в вагоне открытого огня во время движения, постарайтесь потушить его, используя имеющиеся огнетушители или подручные средства



Сдерживайте распространение пожара, сбивая пламя одеждой или заливая его любыми негорючими жидкостями (водой, молоком и т.п.)

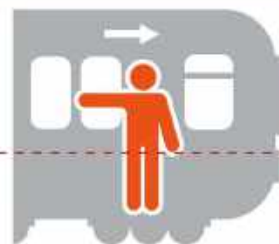


Запрещено останавливать поезд в тоннеле – это затруднит вашу эвакуацию

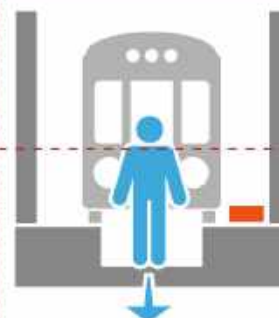
## Действия при пожаре в вагоне метро, если поезд остановился в тоннеле



При остановке поезда в метро покидайте его только по команде машиниста!



Опасно прикасаться к металлическому корпусу вагона и дверям до отключения высокого напряжения по всему участку



Идите вдоль полотна между рельсами, не прикасаясь к токоведущим шинам (сбоку от рельсов), во избежание поражения электрическим током



При выходе на станцию немедленно сообщите дежурному по станции о случившемся и выполняйте его указания



После разрешения на выход выйдите из вагона (при необходимости – откройте двери или выбейте ногами стекла) и двигайтесь вперед в указанном машинистом направлении



Будьте особенно внимательны при выходе из тоннеля у станции в местах пересечения путей и на стрелках (возможно появление встречного поезда)



## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА МАССОВОМ МЕРОПРИЯТИИ

### НАХОДЯСЬ НА СТАДИОНЕ:

- через турникеты проходите быстро и без суеты. При возникновении каких-либо проблем обратитесь к сотруднику стадиона (контролеру);
- соблюдайте и поддерживайте общественный порядок и нормы поведения;
- находясь на стадионе (трибуне) ознакомьтесь с местами расположения медицинских пунктов, полицейских постов, основных и эвакуационных выходов;
- во время проведения мероприятия ведите себя уважительно, соблюдайте порядок;
- будьте осмотрительны и выдержаны, избегайте провокаций, сдерживайте свои эмоции, следите за своими высказываниями и лозунгами.

- после завершения матча спокойно, без суеты продвигайтесь к выходу. При большом количестве людей, дождитесь, когда основная масса зрителей покинет трибуну, и выходите сами;
- при выходе со стадиона следуйте указаниям сотрудников стадиона и правоохранительных органов. Следите за своими вещами;
- передвигаясь в потоке людей, придерживайтесь общей скорости движения, старайтесь сохранять дистанцию;
- при образовании давки избегайте выступающих предметов, по возможности старайтесь их обойти, не приближайтесь к стеклянным витринам, стенам, оградкам;
- передвигаясь в плотной массе людей, не наклоняйтесь, чтобы подобрать упавшие вещи или завязать шнурки.

### ЕСЛИ ВЫ ОБНАРУЖИЛИ ЗАДЫМЛЕНИЕ ИЛИ ВОЗГОРАНИЕ:

- срочно сообщите о факте задымления или возгорания сотрудникам стадиона, пожарной охраны, правоохранительных органов или волонтерам;
- укажите точное место происшествия: название трибуны, номер сектора или конкретное помещение;
- защитите органы дыхания, например, платком, шарфом или любой тканью, смоченной водой.

- если огонь или задымление застало вас в замкнутом пространстве (помещении): старайтесь передвигаться в составе небольшой группы людей. При сильном задымлении лучше передвигаться ползком, не теряя друг друга из вида. Соблюдайте спокойствие, окажите помощь женщинам, детям и пожилым людям.

### ЕСЛИ ВОЗНИКЛИ БЕСПОРЯДКИ:

- Помните! Опасность представляет не только агрессивное поведение, но и петарды, дымовые шашки и др. предметы которые часто используют болельщики (фанаты).
- оказавшись в эпицентре беспорядков, постарайтесь переместиться подальше от агрессивно настроенных людей, ближе к выходу со стадиона;

- прикройте голову руками и постарайтесь уйти с возможной траектории применения петард, дымовых шашек, бутылок и других опасных предметов;
- не стоит проявлять героизм против агрессивно настроенных людей – это только усугубит ситуацию;
- избегайте провокаций, постоянно следите за обстанов-

ТЕЛЕФОНЫ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

ПОЖАРНАЯ (МЧС)	101	ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ	112
ПОЛИЦИЯ	102	СКОРЫЯ ПОМОЩЬ	103
		АВАРИЙНАЯ ГОРГАЗА	104

С МОБИЛЬНЫХ И СТАЦИОНАРНЫХ ТЕЛЕФОНОВ  
информация опубликована на сайте www.mos.ru

- кой вокруг вас – она может очень быстро меняться;
- свою оценку событиям и свое мнение высказывайте осторожно, лучше воздержитесь от комментариев;
- при наведении порядка сотрудниками правоохранительных органов не оказывайте им сопротивление, строго следуйте их указаниям.

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ТОЛПЕ

безопасного поведения при посещениях массовых (спортивных) мероприятий

**ПАМЯТКА**  
по правилам

Ваша безопасность



Идите вместе с толпой (не идите против движения)



Двигаясь с толпой, старайтесь избегать ее центра и краев



Застегните одежду, бросьте сумку, зонтик, скиньте туфли на высоком каблуке



Не поднимайте с земли упавшую вещь



Сохраняйте самообладание, не отвечайте на толчки



Руки сцепите в замок, сложите их на груди, защищая диафрагму, или согните в локтях и прижмите к корпусу



Держитесь на расстоянии от неподвижных предметов (деревьев, машин, ограждений, углов зданий и т.п.)



Избегайте набережных, мостов, узких проходов



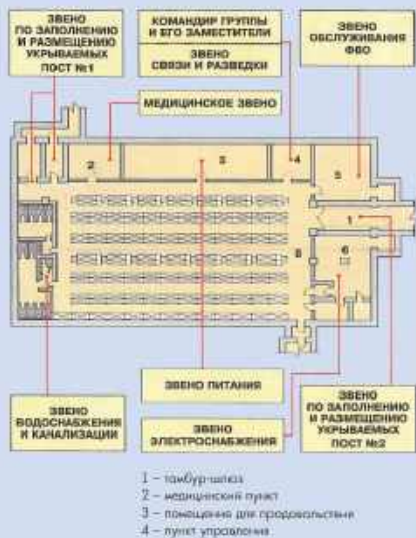
При возможности уходите через проходные подъезды, дворы, переулки



# ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НАСЕЛЕНИЯ В ЗАЩИТНЫХ СООРУЖЕНИЯХ

### РАЗМЕЩЕНИЕ И ПОРЯДОК РАБОТЫ ГРУППЫ ПО ОБСЛУЖИВАНИЮ УБЕЖИЩА



### МЕРОПРИЯТИЯ ПО ПОДГОТОВКЕ ЗС ГО К ПРИЕМУ УКРЫВАЕМЫХ ВКЛЮЧАЮТ:

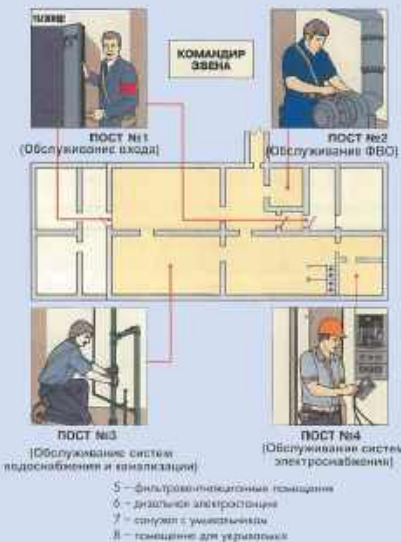
- подготовку проходов к ЗС ГО, установку указателей и световых сигналов «Вход»;
- открытие всех входов для приема укрываемых;
- освобождение помещений от лишнего имущества и материалов;
- установку в помещениях нар, мебели, приборов и другого необходимого оборудования и имущества;
- проведение расконсервации инженерно-технического оборудования;
- снятие обычных дверей, пандусов и легких экранов с защитно-герметических и герметических дверей;
- проверку исправности защитно-герметических и герметических дверей, ставней и их затворов;
- закрытие всех защитно-герметических устройств в технологических проемах (грузовые люки и проемы, шахты лифтов и т.п.);
- закрытие и герметизацию воздухозаборных и вытяжных отверстий и воздухопроводов системы вентиляции мирного времени, не используемых для вентиляции убежищ (укрытий);
- проверку состояния и освобождения аварийного выхода, закрытие защитно-герметических ворот, дверей и ставней;
- проверку работоспособности систем вентиляции, отопления, водоснабжения, канализации, энергоснабжения и отключающих устройств;
- расконсервацию оборудования защищенных ДЭС и артезианских скважин;
- заполнение, при необходимости, емкостей горючих и смазочных материалов;
- проверку убежища на герметичность;
- открытие санузлов, не используемых в мирное время и подключение используемых в мирное время к системе канализации и водоснабжения;
- проверку наличия аварийных запасов воды для питьевых и технических нужд, подключение сетей убежища к внешнему водопроводу и пополнение аварийных запасов воды, расстановку баков для питьевой воды;
- включение систем освещения помещений на режим убежища (укрытия);
- установку и подключение репродукторов (громкоговорителей) и телефонов;
- проверку и дуоинспектование, в случае необходимости, инструментом, инвентарем, приборами, средствами индивидуальной защиты;
- проветривание помещений ЗС ГО до безопасных концентраций CO<sub>2</sub> (до 0,5%) и других газов.

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ УКРЫВАЕМЫХ В УБЕЖИЩАХ ГО:






- быстро и без суеты занимать указанные места в помещении;
- выполнять правила поведения, все распоряжения командира звена по обслуживанию убежища;
- поддерживать чистоту и порядок в помещении;
- содержать в готовности средства индивидуальной защиты;
- по распоряжению командира звена по обслуживанию убежища выполнять работу по подаче воздуха в убежище с помощью электротехнического вентилятора;
- оказывать помощь звену по обслуживанию убежища при ликвидации аварий и устранении поврежденной инженерно-технического оборудования;
- выполнять уборку помещений по распоряжению старших групп;
- соблюдать правила техники безопасности: не заходить в фильтровентиляционное помещение и помещение дизельной электростанции; не прикасаться к электротрубкам и электрооборудованию, к баллонам со сжатым воздухом, регенеративным установкам, перекладываям, клапанам избыточного давления, запорной и арматуре на водопрове воде и канализации, к дверным затворам и другому оборудованию;
- не курить и не употреблять спиртные напитки;
- не шуметь, не разговаривать громко, не ходить по убежищу без надобности, не открывать двери и не выходить наружу;
- не включать радиоприемника, магнитофоны и другие радиосредства;
- не применять источники освещения с открытым огнем.

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ УКРЫВАЕМЫХ В ПРУ:

- соблюдать режим поведения, установленный командиром звена по обслуживанию ПРУ;
- не выходить из ПРУ самостоятельно;
- дверь и занавес на входе, а также вентиляционные отверстия в первые 3 часа с начала заражения держать закрытыми. В последующее для проверки помещения открывать заслонку вентиляционных коробов на 15-20 мин;
- при наличии в простейших средств воздухоподачи периодически включать их в работу;
- при сильном ветре со стороны входа не открывать двери и вентиляционные короба;
- периодически смачивать пол водой;
- при вынужденном выходе на зараженную местность надевать средства индивидуальной защиты, при возвращении в ПРУ стряхивать пыль с верхней одежды, головного убора и обуви вне укрытия, осторожно снимать их и оставлять в тамбуре;
- не открывать входную дверь при открытом вытяжном коробе;
- открывать вытяжку только через 10-15 минут после закрытия входной двери, когда осядет пыль;
- через 2-3 суток пребывания в ПРУ все предметы, находящиеся в нем, а также все поверхности протереть мокрой тряпкой;
- во время приема пищи и воды не открывать дверь и вентиляционные отверстия;
- продукты и воду хранить тщательно упакованными и защищенными от попадания на них радиоактивной пыли;
- не курить;
- при использовании источниками света с открытым пламенем (керосиновыми лампами, свечами) ставить их ближе к вытяжке;
- в зимнее время топить печи при закрытой дверце, в перерывах между топками закрывать дымоход.



## ДЕЙСТВИЯ ПРИ ХИМИЧЕСКОЙ АВАРИИ

-  Исключите пребывание на открытой местности
-  Проведите герметизацию помещений
-  Используйте воду только из проверенных источников водоснабжения, предварительно её прокипятив
-  Используйте только консервированные и герметично упакованные продукты
-  Ежедневно проводите влажную уборку с применением дезинфицирующих средств

Для защиты органов дыхания используйте противогаз, а при его отсутствии — ватно-марлевую повязку или подручные изделия из ткани, смоченные в воде, 2,5%-ном растворе пищевой соды (для защиты от хлора), 2%-ном растворе лимонной или уксусной кислоты (для защиты от аммиака)

**И** При химической аварии покидать зону заражения необходимо перпендикулярно направлению ветра!

## ЭВАКУАЦИЯ НАСЕЛЕНИЯ

Перечень безопасных районов и перечень пунктов временного размещения населения определяется Правительством Москвы.

Эвакуация различается



- по способам — различными видами транспорта, пешим порядком, комбинированным способом;









- по срокам проведения:
  - **заблаговременная.** При высокой вероятности возникновения ЧС на потенциально опасных объектах или угрозе стихийных бедствий с катастрофическими последствиями;
  - **экстренная.** При возникновении ЧС или стихийных бедствий с катастрофическими последствиями;


- по численности эвакуируемого населения:
  - **частичная.** Эвакуируется нетрудоспособное и не занятое в производстве население;
  - **общая.** Эвакуируется все население.




## ДЕЙСТВИЯ ПРИ РАДИАЦИОННОЙ АВАРИИ

-  Исключите (ограничьте) пребывание на открытой местности
-  Проведите герметизацию помещений
-  Сделайте запасы питьевой воды из закрытых источников водоснабжения
-  Сделайте запасы питания из герметично упакованных продуктов и консервов
-  Регулярно проводите влажную уборку во всех помещениях, где находятся люди

 Для защиты органов дыхания используйте противогаз, респиратор, а при его отсутствии — ватно-марлевую повязку

 Прием йодосодержащих препаратов производится по отдельному указанию

 Главную опасность представляет внутреннее облучение, то есть попадание радиоактивных веществ внутрь организма с воздухом, пищей и водой. Одежда должна быть закрытой во избежание кожных радиационных ожогов.

Эвакуация может проводиться при аварии, катастрофе, стихийном бедствии или в случае военных действий.

**ВАЖНО!**

Заранее подготовить документы, необходимые вещи и лекарства, и знать где они лежат. Вещи желательно уложить в отдельную сумку (чемодан или рюкзак).



## ДЕЙСТВИЯ ПРИ ЭВАКУАЦИИ

При получении сигнала о начале эвакуации:

- оповестите соседей, родных и знакомых;
- возьмите с собой запас продуктов и питьевой воды, предметы первой необходимости (туалетные принадлежности, посуду, смену нательного белья), документы, деньги, ценности, одежду и обувь по сезону, медицинскую аптечку, слички, фонарик;
- уложите вещи в чемодан, рюкзак или сумку удобные для переноса и транспортировки;

- к каждому чемодану, рюкзаку или сумке прикрепите бирку с указанием ФИО, адреса постоянного места жительства и пункта назначения;
- детям дошкольного возраста вложите в карманы или пришейте к одежде записки с указанием фамилий, имен, отчеств и места жительства или работы родителей;
- прежде чем покинуть квартиру (дом): отключите электричество, газ, воду, закройте все окна, форточки и двери на замки;





- к назначенному времени направляйтесь на сборный эвакуопункт, указанный в сообщении, для регистрации и убытия в безопасный район.

**ВАЖНО!** При эвакуации действуйте собранно, организованно, без паники, помогайте детям и престарелым.


**ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- оставаться в помещении, из которого проводится эвакуация;
- возвращаться в покинутое помещение без разрешения соответствующих органов.

## ДЕЙСТВИЯ ПРИ КАТАСТРОФИЧЕСКОМ ЗАТОПЛЕНИИ

-  отключите свет, газ, воду, отопительные приборы
  -  возьмите с собой документы, запас продуктов и питьевой воды
  -  осуществите эвакуацию.
- При невозможности эвакуации:**
-  займите верхние этажи и крыши прочных сооружений, деревья или другие

возвышающиеся предметы. Находитесь там до прибытия помощи

 постоянно подавайте сигнал бедствия: днем — вывешивание или размещение хорошо видимым полотнищем, а в темное время — световым сигналом или периодически голосом

## БАЗОВЫЙ НАБОР ДЛЯ «ТРЕВОЖНОГО ЧЕМОДАНЧИКА»

**Аптечка первой помощи**



**Мини-радиоприемник**



**Фонарик ручной и налобный**



**Блокнот и карандаш**



**Деньги**



**Средства гигиены**



**Запас батареек ко всем устройствам**



**Охотничьи слички, сухой спирт, газовые зажигалки (2-3 шт.)**



**Смена нижнего белья и носков**



**Швейный набор для ремонта одежды**



**Универсальный нож с набором инструментов**



**Одноразовая посуда**



**Запас продуктов и питьевой воды**



**Свисток (потребуется, чтобы звать на помощь)**



**ЕСЛИ ПОЗВОЛЯЮТ МЕСТО И СРЕДСТВА**

**Палатка**



**Газовый туристический горелка с баллончиком 200-400 г.**



**Спальный мешок**



**И** В любой обстановке не теряйте самообладания. Не поддавайтесь панике, действуйте быстро, без суеты и уверенно



## ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ ПРИ ЭВАКУАЦИИ

Эвакуация может проводиться при аварии, катастрофе, стихийном бедствии или в случае военных действий.

### ВАЖНО!

**Заранее подготовить документы, необходимые вещи и лекарства, и знать где они лежат.**

**Вещи желательно уложить в отдельную сумку (чемодан или рюкзак).**

**При получении сигнала о начале эвакуации:**

- оповестите соседей, родных и знакомых;
- возьмите с собой запас продуктов на 2-3 суток, питьевую воду, предметы первой необходимости (туалетные принадлежно-

сти, посуду, смену нательного белья), документы, деньги, ценности, одежду и обувь по сезону, медицинскую аптечку, спички, фонарик;

- уложите вещи в чемодан, рюкзак или сумку удобные для переноса и транспортировки;
- к каждому чемодану, рюкзаку или сумке при-

крепите бирку с указанием ФИО, адреса постоянного места жительства и пункта назначения;

- детям дошкольного возраста вложите в карманы или пришейте к одежде записки с указанием фамилий, имен, отчеств и места жительства или работы родителей;

- прежде чем покинуть квартиру (дом): отключите электричество, газ, воду, закройте все окна, форточки и двери на замки;
- к назначенному времени направляйтесь на сборный эвакуопункт, указанный в сообщении, для регистрации и убытия в безопасный район.

### ВАЖНО!

При эвакуации действуйте собранно, организованно, без паники, помогайте детям и престарелым.

### ЗАПРЕЩАЕТСЯ!

- **оставаться в помещении, из которого проводится эвакуация;**
- **возвращаться в покинутое помещение без разрешения соответствующих органов.**

## ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ СИГНАЛОВ О ЧС

**ВАЖНО! Действуйте в строгом соответствии с полученными указаниями!**

**При поступлении сигнала о химической, биологической или радиационной аварии**

- приведите в готовность средства защиты органов дыхания (противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка, противопыльная тканевая маска);

- плотно закройте все окна и двери;

- займите защитное сооружение, взяв документы, запас продуктов питания и воды.

При отсутствии защитного сооружения:

- отключите вентиляцию и электроприборы;

- проведите герметизацию помещения: плотно закройте окна, двери, заклейте вентиляционные люки;

- наденьте имеющиеся средства защиты органов дыхания;

- приемники держите включенными, находитесь в помещении до получения другой информации (указаний).

**При поступлении сигнала об угрозе возникновения ЧС природного характера**

Наводнение:

- соберите необходимые вещи, запас продуктов и воды, документы;

- перенесите на верхние этажи здания или на чердак ценные предметы и вещи;

- выведите домашних живот-

ных в безопасное место;

- забейте (при необходимости) окна и двери первых этажей досками или фанерой;

- при угрозе затопления покиньте опасную зону.

При невозможности займите ближайшее безопасное возвышенное место, верхний этаж здания, чердак, крышу дома. Будьте готовым к эвакуации.

Землетрясение:

- сообщите соседям, родным, близким;

- тяжелые и бьющиеся предметы (вещи) закрепите или сложите на пол;

- соберите необходимые вещи, запас продуктов и воды, документы;

- отключите газ, электричество, воду, закройте все окна

и двери;

- выйдите на открытое место, где отсутствует угроза обрушения.

Усиление ветра:

- уберите с балконов и лоджий предметы, которые могут быть захвачены воздушным потоком;

- подготовьте запас воды, пищи, медикаментов, электрофонари, свечи;

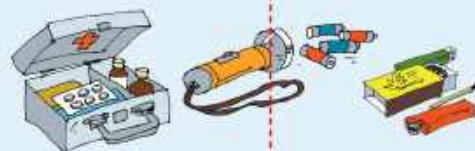
- если вы проживаете в сельской местности, уберите со двора инвентарь, закрепите лёгкие постройки, укройте в сарае (в помещении) домашних животных;

- перейдите, по возможности, в более прочные сооружения или подвальные помещения, размещайтесь дальше от окон.

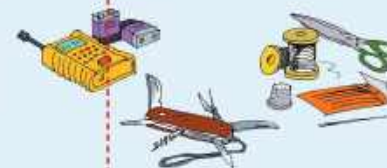
## СОДЕРЖИМОЕ «ТРЕВОЖНОГО ЧЕМОДАНЧИКА»



- аптечка первой помощи, включающая индивидуальные для Вас лекарства;
- фонарик и запас батареек;
- охотничьи спички, газовые зажигалки;



- запас еды и воды (минимум на 3-е суток);
- одноразовая посуда;
- средства личной гигиены;
- смена нижнего белья и носков.



- средства связи и сменные заряженные аккумуляторы;
- универсальный нож;
- региональный комплект (нитки, иголки и пр.).

## Порядок оказания первой помощи при полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом

**При полном нарушении пострадавший не может говорить, кашлять, лицо его становится багрово-синюшным.**

При полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей необходимо:

1. Встать сбоку и немного сзади пострадавшего;
2. Придерживая пострадавшего одной рукой, другой наклонить его вперёд;
3. Нанести 5 резких ударов между лопатками основанием ладони.
4. Проверять после каждого удара, не удалось ли устранить закупорку.
5. Если после 5 ударов закупорка не устранена:
  - встать позади пострадавшего и обхватить его обеими руками на уровне верхней половины живота;
  - сжать кулак одной из рук и поместить его над пупком;
  - обхватить кулак другой рукой, слегка наклонить пострадавшего вперед и резко надавить на его живот в направлении внутрь и кверху;
  - при необходимости надавливания повторять до 5 раз.

Если удалить инородное тело не удалось, необходимо продолжать попытки его удаления, перемежая удары по спине с давлением на живот по 5 раз.

Если пострадавший потерял сознание – необходимо начать сердечно-лёгочную реанимацию в объеме надавливаний на грудину и искусственного дыхания. При этом следует следить за возможным появлением инородного тела во рту для того, чтобы своевременно удалить его.

**Особенности оказания первой помощи при частичном и полном нарушении проходимости верхних дыхательных путей, вызванном инородным телом, тучному пострадавшему или беременной женщине**

В случае, если инородное тело оказалось в дыхательных путях тучного человека или беременной, оказание первой помощи начинается также, как и в предыдущем случае, с ударов между лопатками. У тучных людей или беременных не осуществляется давление на живот. Вместо него проводятся надавливания на нижнюю часть груди.



# Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения

## Основные признаки жизни у пострадавшего

Для того, чтобы определиться с необходимыми действиями по оказанию первой помощи, следует выяснить, имеются ли у пострадавшего признаки жизни. К основным и наиболее просто определяемым признакам жизни относятся сознание и дыхание.



### Способы проверки сознания, дыхания, кровообращения у пострадавшего

- Для проверки сознания – аккуратно потормошить пострадавшего за плечи и громко спросить: «Что с Вами? Нужна ли Вам помощь?».
- При отсутствии сознания необходимо привлечь помощника.
- Для восстановления проходимости дыхательных путей у пострадавшего следует одну руку положить на лоб пострадавшего, двумя пальцами другой взять за подбородок и запрокинуть голову.
- Для проверки дыхания надо поднести щеку и ухо ко рту и носу пострадавшего и в течение 10 сек.:
  - послушать дыхание ухом;
  - почувствовать дыхание щекой;
  - посмотреть на движения грудной клетки.
- Если пострадавший дышит, но без сознания необходимо придать ему **устойчивое боковое положение**.



### Придание пострадавшему устойчивого бокового положения

- Расположить одну руку пострадавшего под прямым углом к его телу.
- Вторую руку пострадавшего приложить тыльной стороной к щеке пострадавшего, придерживая ее своей рукой.
- После этого согнуть дальнюю ногу пострадавшего в колене, поставить ее с опорой на стопу и надавить на колено этой ноги в указанном на рисунке направлении.
- После поворота пострадавшего набок слегка за-прокинуть его голову и подтянуть ногу, лежащую сверху, к животу.
- В результате этих действий пострадавший должен принять положение, изображенное на рисунке.
- При отсутствии дыхания - поручить помощнику вызвать скорую медицинскую помощь: «Человек не дышит. Вызывайте «скорую». Сообщите мне, что вызвали». Затем приступить к сердечно-легочной реанимации (давление на грудину пострадавшему и искусственное дыхание)



# Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения

## Техника проведения давления на грудину пострадавшего и искусственного дыхания

- Надавливания на грудную клетку производятся в переднезаднем направлении перпендикулярно плоскости тела пострадавшего выпрямленными в локтях руками на глубину 5 – 6 см с частотой 100 - 120 надавливаний в минуту.
- 30 надавливаний на грудину чередуются с 2-мя вдохами искусственного дыхания, для чего следует открыть дыхательные пути, зажать нос пострадавшего, плотно обхватить губы пострадавшего своими губами и выполнить выдох в рот пострадавшего не дольше 1 секунды до начала подъема грудной клетки.



## Показания к прекращению сердечно-легочной реанимации

Сердечно-легочную реанимацию можно прекратить в следующих случаях:

1. Появление у пострадавшего явных признаков жизни.
2. Прибытие бригады скорой медицинской помощи.
3. Невозможность продолжения сердечно-легочной реанимации ввиду физической усталости.

## Мероприятия, выполняемые после прекращения сердечно-легочной реанимации

В случае появления признаков жизни необходимо обеспечить поддержание проходимости дыхательных путей (в т. ч. приданием устойчивого бокового положения), провести обзорный осмотр пострадавшего на наличие кровотечений и подробный осмотр на наличие травм и других состояний, угрожающих жизни и здоровью (при необходимости – выполнить мероприятия по оказанию первой помощи) и осуществлять контроль признаков жизни до прибытия скорой медицинской помощи или других специальных служб. В течение этого времени следует контролировать состояние пострадавшего, оказывать ему психологическую поддержку.

# Оказание первой помощи при наружных кровотечениях

## Способы временной остановки наружного кровотечения

### Прямое давление на рану



На область раны, покрытую стерильными салфетками, стерильным бинтом или подручным материалом, осуществляется давление рукой с силой, достаточной для остановки кровотечения.

### Наложение давящей повязки



На область раны, покрытую стерильными салфетками, стерильным бинтом или подручным материалом, осуществляется давление рукой с силой, достаточной для остановки кровотечения.

### Наложение кровоостанавливающего жгута (на примере жгута типа Эсмарха)

1. Жгут следует накладывать только при кровотечении из плечевой или бедренной артерии.
2. Жгут необходимо накладывать между раной и сердцем, максимально близко к ране. Если место наложения жгута приходится на среднюю треть плеча и на нижнюю треть бедра, следует наложить жгут выше.
3. Жгут на голое тело накладывать нельзя, только поверх одежды или тканевой (бинтовой) прокладки.
4. Перед наложением жгут следует завести за конечность и растянуть.
5. Кровотечение останавливается первым растянутым туром жгута, все остальные -фиксирующие.
6. Жгут не должен быть закрыт повязкой или одеждой, т.е. должен быть на виду.
7. Точное время наложения жгута следует указать в записке, записку поместить под жгут.
8. Максимальное время нахождения жгута на конечности не должно превышать 60 минут в теплое время года и 30 минут в холодное.
9. После наложения жгута конечность следует обездвижить (иммобилизовать) и укутать (термоизолировать) доступными способами.
10. Если максимальное время наложения жгута истекло, а медицинская помощь недоступна, следует сделать следующее:
  - осуществить пальцевое прижатие артерии выше жгута
  - снять жгут на 15 минут
  - по возможности выполнить лёгкий массаж конечности, на которую был наложен жгут
  - наложить жгут чуть выше предыдущего места наложения
  - максимальное время повторного наложения – 15 минут.



# Оказание первой помощи при ожогах

**Ожог** – повреждение тканей организма, вызванное действием высокой температуры или некоторых химических веществ. Ожоги бывают термические, химические, электрические, солнечные.

## Признаки поверхностного ожога:

- боль,
- жжение,
- покраснение.



## Признаки умеренного ожога:

- боль,
- жжение,
- волдыри с прозрачной жидкостью.



## Признаки глубокого ожога:

- может выглядеть черным или белым и сухим,
- могут появиться открытые раны.



## Обязательно обратитесь за медицинской помощью, если:

- От ожога пострадали дети в возрасте до 5 лет или взрослые старше 60 лет;
- У пострадавшего глубокий ожог;
- От ожогов пострадало более 10% площади кожных покровов тела пострадавшего (для оценки используйте ладонь пострадавшего: его ладонь вместе с пальцами примерно равна 1% площади кожных покровов его тела);
- От ожога пострадали лицо, уши, руки, стопы, суставы или половые органы;
- От ожога пострадали дыхательные пути (например, в результате вдыхания дыма или горячих газов);
- Ожог вызван электричеством или едкими химическими веществами.

**Важно: ожоги нельзя обрабатывать маслом, кремом, мазями!**

## Первая помощь (для всех термических ожогах):

1. Быстро охладите место ожога холодной (не ледяной) или прохладной водой. Охлаждайте места ожога до тех пор, пока боль не уменьшится (не менее 15 минут). Если ожог глубокий – не лейте воду прямо на ожог, охлаждать необходимо через ткань или другой материал;
2. Попросите пострадавшего снять одежду и украшения, если они не прилипли к коже;
3. Наложите не тугую повязку;
4. Если есть волдыри, не прокалывайте их;
5. Обильно напоите пострадавшего.



# Первая помощь при обморожениях

**Обморожение** – это повреждение тканей, возникшее при низких температурах. Может наблюдаться даже при нулевой температуре окружающей среды – в тех случаях, когда происходят большие потери теплоты за единицу времени.

В зависимости от длительности и интенсивности агрессивного воздействия, а также от характера повреждения тканей выделяют 4 степени обморожения. Начальные проявления во всех случаях схожи: покалывание, покраснение и снижение чувствительности участков кожи. После появления первых общих симптомов развивается специфическая для каждой степени обморожения симптоматика.

При поражении любой интенсивности в первую очередь необходимо в кратчайшие сроки доставить пострадавшего в теплое помещение и дать теплое питье. Дальнейшие мероприятия зависят от степени обморожения.

## При обморожении 1 степени требуется:

- согреть пораженные участки кожи (дыханием, осторожным растиранием мягкой шерстяной тканью или руками);
- наложить ватно-марлевую повязку.



## Теплоизолирующая повязка (несколько слоев)

- Обработать обмороженной конечности антисептиком.
- Свободное бинтование пораженной конечности стерильным бинтом.
- Окутать поверх повязки толстым слоем ваты.
- Изолятор (полиэтиленовый мешок, фольгу, клеенку).

## При обморожении 2-4 степени нужно:

- исключить быстрое согревание (массаж, растирание);
- наложить теплоизолирующую повязку;
- вызвать бригаду скорой медицинской помощи.



**В домашних условиях возможно лечение только отморожения 1 степени. Во всех остальных случаях необходимо обратиться за специализированной помощью.**

## При обморожении категорически запрещено:

- давать пить пострадавшему кофе и алкоголь, которые могут усугубить ситуацию;
- растирать обмороженную поверхность снегом, жесткой тканью (высока вероятность травмирования и последующего инфицирования поврежденной кожи);
- подвергать место отморожения интенсивному тепловому воздействию (при помощи горячей ванны, грелки, обогревателя и т. п.);
- растирать поврежденную кожу маслом, жиром, спиртом, поскольку это может осложнить течение заболевания;
- самостоятельно вскрывать пузыри и удалять некротизированные ткани.



# Первая помощь при травмах

К травмам относятся ушибы, открытые и закрытые переломы, вывихи, растяжения и разрывы связок и мышц.

## Общие правила первой помощи при травме

### Признаки:

- Болезненность в месте предполагаемой травмы;
- Отёк;
- Невозможность выполнения обычных действий;
- Изменение цвета кожи в месте травмы;
- Деформация конечности;
- Ощущение хруста в костях или щелкающий звук в момент получения травмы.

### Первая помощь:

- Покой;
  - Холод;
  - Удобное положение;
  - Иммобилизация только при транспортировке.
1. Вызов скорой медицинской помощи необходим, если пострадавший не способен самостоятельно добраться до травматологии;
  2. Не вправляйте конечность, которая выглядит неестественно или смещенной. Не меняйте положение конечности без явной необходимости;
  3. Охладите место травмы при помощи холодного компресса (не прикладывайте холод прямо к коже, заверните в ткань). Процесс охлаждения не должен превышать 20 минут за один приём;
  4. Если необходима транспортировка – максимально ограничьте подвижность травмированной части тела пострадавшего.



## Первая помощь при травмах головы и позвоночника

### Признаки:

- Ситуация получения травмы предполагает возможность повреждения головы и позвоночника (ДТП, падение с высоты);
- Пострадавший не помнит точно, что произошло;
- У пострадавшего сильно болит голова, его тошнит;
- Пострадавший жалуется на потерю чувствительности или покалывание в конечностях;
- Пострадавший ощущает боль в области шеи или спины или боль при прикосновении к ним.

### Первая помощь:

1. Успокойте пострадавшего и постарайтесь убедить его не двигаться;
2. Если пострадавший находится в возбужденном состоянии, беспокоен, то не удерживайте его голову и шею против его воли. Это может навредить;
3. Приложите холод к месту травмы;
4. Если есть возможность, придерживайте голову пострадавшего руками в удобном ему положении.