



ПАМЯТКА о мерах противодействия терроризму и действиях в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени

Оповещение жителей города Москвы
осуществляется

по радио:

«Маяк» - 1,134 МГц

«Русское радио» - 72,8 МГц

«Радио России» - 68,48 МГц

по телевидению:

3 канал – «ТВЦ»

Куда звонить при чрезвычайных ситуациях

Номер телефона	Кто принимает информацию	В каких ситуациях звонить
01	Спасатели и пожарные	<ul style="list-style-type: none">• При угрозе или возникновении пожара• При возникновении чрезвычайных ситуаций• Дорожно-транспортное происшествие
02	Милиция	<ul style="list-style-type: none">• При обнаружении подозрительных предметов• Дорожно-транспортное происшествие• Беспорядки на улицах
03	Скорая помощь	<ul style="list-style-type: none">• Дорожно-транспортное происшествие• При угрозе или возникновении пожара• При получении травм• При тяжелом заболевании• При острых болях
04	Аварийная служба газа	<ul style="list-style-type: none">• Неисправность бытовых газовых приборов• Запах газа• При угрозе или возникновении пожара
	Отдел внутренних дел вашей районной Управы	При нарушении общественного порядка вблизи вашего проживания
	Участковый	

ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В УСЛОВИЯХ ЧС

Не паникуйте и не поддавайтесь панике. Призывайте окружающих к спокойствию.	Паника в любой чрезвычайной ситуации вызывает неосознанные действия, приводящие к тяжелым последствиям, затрудняет действия спасателей, пожарных, медработников и других специалистов.
Немедленно звоните по телефону «01» Телефон спасателей и пожарных	Во время звонка сохраняйте выдержанность и спокойствие. Говорите коротко и понятно: что случилось место, где это произошло (адрес, ориентиры) если Вы оказались очевидцем и Вам ничего не угрожает, постарайтесь оставаться на месте до приезда спасателей, пожарных, милиции
Если Вы умеете, окажите первую медицинскую помощь себе или, оказавшемуся возле Вас, пострадавшему.	Своевременное оказание первой медицинской помощи позволит предотвратить или снизить тяжелые последствия
Включите радио, телевизор, прослушайте информацию, передаваемую через уличные громкоговорители и громкоговорящие устройства	В сообщении Вам объяснят, что произошло и как себя вести.
Выполняйте рекомендации специалистов (спасателей и пожарных, сотрудников милиции, медицинских работников)	Это поможет своевременно оказать помощь пострадавшим, снизить или предотвратить последствия (воздействие опасных факторов)
Не создавайте условий, препятствующих и затрудняющих действия специальных служб.	Пропустите автотранспорт, двигающийся со спец. сигналами и специальной раскраской Не заходите за ограждение, обозначающее опасную зону

Это нужно знать!

ТЕРРОРИЗМ

— это метод, посредством которого организованная группа или партия стремится достичь провозглашенные ими цели через систематическое использование насилия. Для нагнетания страха применяются такие террористические акты, как взрывы и поджоги магазинов, вокзалов, захват заложников, угоны самолетов и др.

Это нужно помнить!

- Не трогайте в вагоне поезда (метро), подъезда дома или на улице бесхозные вещи (сумки, пакеты и т.п.) и не подпускайте к ним других. Сообщите о находке сотруднику милиции.
- В присутствии террористов не выражайте свое неудовольствие, воздерживайтесь от резких движений, крика и стонов.
- При угрозе применения террористами оружия ложитесь на живот, защищая голову руками, подальше от окон, застекленных дверей, проходов, лестниц.
- В случае ранения двигайтесь как можно меньше — это уменьшит кровопотерю.
- Если произошел взрыв — примите меры к недопущению пожара и паники, окажите первую медицинскую помощь пострадавшим.
- Постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей и сообщите их прибывшим сотрудникам спецслужб.

Это нужно уметь!

- Если стрельба застала Вас на улице, сразу же лягте и осмотритесь, выберите ближайшее укрытие и проберитесь к нему, не поднимаясь в полный рост. При первой возможности спрячьтесь в подъезде жилого дома, подземном переходе и т.д., дождитесь окончания перестрелки.
- Примите меры по спасению детей, при необходимости прикройте их своим телом.
- По возможности сообщите о произшедшем сотрудникам милиции.
- Если в ходе перестрелки Вы находитесь дома — укройтесь в ванной комнате и лягте на пол, так как находиться в комнате опасно из-за возможности рикошета.
- Находясь в укрытии, следите за возможным началом пожара. Если пожар начался, а стрельба не прекратилась, покиньте квартиру и укройтесь в подъезде, подальше от окон.

Это нужно знать!

РАДИАЦИОННАЯ АВАРИЯ

или радиоактивное загрязнение местности - это нарушение пределов безопасной эксплуатации ядерно-энергетической установки, оборудования или устройства, при котором произошел выход радиоактивных продуктов или ионизирующего излучения за предусмотренные проектом пределы их безопасной эксплуатации, приводящий к облучению населения и загрязнению окружающей среды.

Это нужно помнить!

Под влиянием ионизирующих излучений в организме человека возникают биологические процессы, приводящие к нарушению жизненных функций различных органов (главным образом - кровообращения, нервной системы, желудочно-кишечного тракта и д.р.) и к развитию лучевой болезни.

Человек, находящийся на загрязненной территории, подвергается:

- внешнему облучению проходящего радиоактивного облака и радиоактивных веществ, осевших, на местности;
- контактному облучению кожных покровов при попадании на них радиоактивных веществ;
- внутреннему облучению за счет дыхания загрязненным воздухом и при употреблении загрязненных продуктов питания и воды.

Это нужно уметь!

Быстро защитить органы дыхания средствами индивидуальной защиты: противогазом, респиратором, а при их отсутствии - ватно-марлевой повязкой, шарфом, платком, полотенцем и т.д., смоченными водой.

- Закрыть окна и двери, отключить вентиляцию, занять место вдали от окон, веранд, балконов, включить радио, телевизор и ждать указаний по дальнейшим действиям.
- Продукты питания укрыть в полиэтиленовых мешках. Сделать запас воды в емкостях с плотно прилегающими крышками. Продукты и воду поместить в холодильники, шкафы, кладовки. Не употреблять в пищу растительные и животные продукты, заготовленные после аварии.
- Приготовиться к возможной эвакуации. Собрать документы, деньги, ценные личные вещи, продукты, лекарства, средства индивидуальной защиты (в т.ч. накидки, плащи из синтетических пленок, головные уборы, резиновые сапоги, перчатки и т.д.).

Это нужно знать!

ХИМИЧЕСКАЯ АВАРИЯ

Каждый взрослый человек

должен знать:

Какой химически опасный объект

расположен в районе Вашего проживания.

Какие опасные химические вещества на нем используются.

Какие способы защиты наиболее эффективны.

Поражающие факторы:

При аварии на химически опасном объекте могут действовать несколько поражающих факторов (пожары, взрывы, химическое заражение местности, воздуха и т.п.), а за пределами объекта – заражение окружающей среды.

Наиболее вероятны отравления хлором, аммиаком, парами ртути и их производными соединениями.

• ХЛОР

— газ желто-зеленого цвета с резким раздражающим запахом, тяжелее воздуха в 2,5 раза. Облачко хлора, перемещаясь по направлению ветра, прижимается к земле, скапливается в низинах, подвалах, туннелях.

Признаки отравления хлором:

Наблюдается резкая боль в груди, резь в глазах, слезотечение, одышка, сухой кашель, рвота, нарушение координации движений и появление пузырей на коже.

• АММИАК

— бесцветный газ с запахом нашатырного спирта, легче воздуха, хорошо растворяется в воде. При соприкосновении жидкого аммиака и его растворов с кожей возникает обморожение, возможен ожог с пузырями.

Признаки отравления аммиаком:

Учащение сердцебиения и пульса, возбуждение, возможны судороги, удушье, резь в глазах, слезотечение, насморк, кашель, покраснение и зуд кожи. В определенных условиях при отравлении возможен смертельный исход

• РТУТЬ

— жидкий металл. Применяется в термометрах, манометрах, газоразрядных приборах, при производстве хлора и едкого натра. Ртуть и ее соединения ядовиты. Она легко испаряется даже при низкой температуре.

Признаки отравления ртутью:

Симптомы появляются через 8-24 часа и выражаются в общей слабости, головной боли, болях при глотании, повышении температуры. Несколько позже наблюдается болезненность десен, боли в животе, желудочные расстройства, иногда воспаление легких. Известны смертельные исходы.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ

для сбора ртути использовать пылесос!

Это нужно помнить!

При опасности отравления АОХВ необходимо:

- Быстро выйти из района заражения; укрыться в защищенном сооружении (аммиак);
- Подняться на верхние этажи (хлор);
- Герметизировать помещения;
- Использовать противогазы всех типов, при их отсутствии – ватно-марлевые повязки, смоченные водой или лучше 2-5% растворами питьевой соды (хлор), уксусной или лимонной кислоты (аммиак);
- При опасности отравления на улице необходимо быстро выйти из района заражения, используя смоченные водой материалы, а при возможности – укрыться в защитных сооружениях; если Вы находитесь дома, то нужно плотно закрыть окна и двери, выключить нагревательные приборы, газ;
- Кусками материи, смоченными содовым раствором, провести герметизацию окон и дверей, отойти и ждать сообщений о дальнейших действиях;
- Если сообщение об аварии застало Вас в общественном месте (в театре, в магазине, на стадионе и т.д.), то необходимо, не впадая в панику, выслушать указания администрации о порядке поведения. Если таких указаний не последовало – смочить водой любой материал (платок, шарф и т.д.), защитить органы дыхания, выйти на улицу, определить направление ветра и идти перпендикулярно направлению ветра.
- При разливе большого количества ртути необходимо быстро покинуть опасное место и срочно вызвать специалистов. Сменить одежду, принять душ, прополоскать рот 0,25% раствором марганца и обязательно почистить зубы.
- Если у Вас дома разбрзлся обычный градусник, то небольшое количество вытекшей из него ртути можно собрать с помощью обычной медицинской «груши». Место, где находилась ртуть протереть влажной тряпкой, после чего тщательно вымыть руки.

Это нужно уметь!

Оказание первой медицинской помощи при отравлении хлором

- Пострадавшего необходимо немедленно вывести на свежий воздух, плотнее укрыть и дать подышать парами воды или аэрозолем 0,5% раствора питьевой соды в течение 15 минут.
- Не позволяйте пострадавшему передвигаться самостоятельно. Транспортировать можно только в лежачем положении. При возникновении необходимости – сделать искусственное дыхание способом «рот в рот».
- Основным средством для борьбы с хлором является вода.

Оказание первой медицинской помощи при отравлении аммиаком

- Пострадавшего необходимо немедленно вывести на свежий воздух.
- Транспортировать необходимо только в лежачем положении. Обеспечить тепло и покой, дать увлажненный кислород.
- При отеке легких искусственное дыхание делать нельзя.

Это нужно знать!

АВАРИИ НА КОММУНАЛЬНЫХ СИСТЕМАХ ЖИЗНЕОСПЕЧЕНИЯ

населения – электроэнергетических, канализационных, водопроводных и тепловых сетях – создают существенные трудности, особенно в холодное время года.

Это нужно помнить!

Как подготовиться к авариям на коммунальных системах

Аварии на коммунальных системах, как правило, ликвидируются в кратчайшие сроки, однако не исключено длительное нарушение подачи воды, электричества, отопления помещений.

Для уменьшения последствия таких ситуаций создайте у себя в доме неприкосновенный запас спичек, хозяйственных свечей, сухого спирта, керосина (при наличии керосиновой лампы или примуса), элементов питания для электрических фонарей и радиоприемника.

Это нужно уметь!

Как действовать при авариях на коммунальных системах

- Сообщите об аварии диспетчеру жилищно-эксплуатационного органа, вызовите аварийную службу.
- При скачках напряжения в электросети или его отключении, немедленно обесточьте все электроприборы, чтобы не произошел пожар.
- Для приготовления пищи в помещении используйте только устройства заводского изготовления (примус, керогаз, «Шмель» и т.п.), при их отсутствии воспользуйтесь разведенным на улице костром.
- При исчезновении в водопроводной системе воды закройте все открытые до этого краны.
- Для приготовления пищи используйте имеющуюся в продаже питьевую воду.
- Воздержитесь от использования воды из открытых водоемов до получения заключения о ее безопасности.
- Для очистки воды используйте бытовые фильтры. До этого отстаивайте воду в течение суток в открытых емкостях, положив на дно серебряную ложку или монету. Помните, что кипячение воды разрушает большинство вредных биологических примесей.
- Эффективен и способ очистки воды «вымораживанием». В момент начала замерзания, снимите верхнюю корочку льда. После замерзания воды наполовину, слейте остатки жидкости, а воду, образовавшуюся при таянии полученного льда – используйте в пищу.

Это нужно знать!

АВАРИИ С УТЕЧКОЙ ГАЗА

Наиболее опасными для человека являются метан (городской магистральный газ) и сжиженный нефтяной газ (в баллонах), используемые в быту. При утечке они вызывают удушье, отравление и способны привести к взрыву

Это нужно помнить!

Неукоснительно соблюдайте правила пользования газовыми приборами, колонками, печами и ухода за ними.

Это нужно уметь!

Как действовать при утечке газа

- Почувствовав в помещении запах газа, немедленно перекройте его подачу к плите.
- Не курите! Не зажигайте спичек!
- Не включайте свет и электроприборы!
- Обесточьте всю квартиру, отключив электропитание на распределительном щитке.
- Основательно проветрите всю квартиру, а не только загазованную комнату, открыв все окна и двери.
- Покиньте помещение и не заходите в него до исчезновения запаха газа.
- При появлении у окружающих признаков отравления газом вынесите их на свежий воздух и положите так, чтобы голова находилась выше ног. Вызовите скорую медицинскую помощь.
- Если запах газа не исчезает, вызывайте аварийную газовую службу (телефон «04»).

Это нужно знать!

ПОЛНОЕ ИЛИ ЧАСТИЧНОЕ ВНЕЗАПНОЕ ОБРУШЕНИЕ ЗДАНИЯ

Это чрезвычайная ситуация, возникающая по причине ошибок, допущенных при проектировании здания, отступлений от проекта при ведении строительных работ, при нарушении правил эксплуатации здания, а также вследствие природных, социальных или техногенных катастроф.

Это нужно помнить!

Как действовать при внезапном обрушении здания

Услышав взрыв или обнаружив, что здание теряет свою устойчивость, постарайтесь как можно быстрее покинуть его, взяв документы, деньги и предметы первой необходимости.

Покидая помещение, спускайтесь по лестнице, а не на лифте.

Пресекайте панику, давку при эвакуации, останавливайте тех, кто собирается прыгать из окон или с балконов выше первого этажа.

Оказавшись на улице, не стойте вблизи зданий, а перейдите на открытое пространство.

Если у Вас отсутствует возможность покинуть здание, то займите самое безопасное место: проемы капитальных внутренних стен, углы, образованные капитальными внутренними стенами, под балками каркаса. Спрятайтесь под стол, он защитит Вас от падающих предметов и обломков. Если с вами дети укройте их собой.

Откройте входную дверь, чтобы обеспечить себе выход.

Держитесь подальше от окон, электроприборов.

Если возник пожар, сразу же попытайтесь потушить его.

Используйте телефон только для вызова специальных служб.

Не выходите на балкон.

Не пользуйтесь огнем, т.к. есть угроза утечки газа.

Это нужно уметь!

Как действовать в завале

- Дышите глубоко! Не падайте духом не поддавайтесь панике! Пытайтесь выжить любой ценой, верьте – помощь придет обязательно!
- Окажите себе первую медицинскую помощь.
- Осмотритесь, поищите возможные выходы.
- Постарайтесь определить, где Вы находитесь.
- Подайте голос, прислушайтесь – нет ли рядом других людей.
- Помните, что человек способен длительное время выдержать жажду и голод, если не будет бесполезно расходовать энергию.

- Поищите в карманах и вокруг себя предметы, которые могли бы помочь подать световые или звуковые сигналы.
- Если единственным путем выхода является узкий лаз – протиснитесь через него. Для этого необходимо расслабить мышцы и двигаться, прижав локти к телу.

Это нужно знать!

ПОЖАР

Действия во время пожара должны быть четкими, наиболее рациональными в сложившейся обстановке, исключающими возникновение паники.

Во всех случаях, после принятия первоначальных действий по обеспечению личной безопасности, необходимо немедленно сообщить о пожаре по телефону «01» самому или с помощью соседей.

Если в доме нет телефона или нет возможности покинуть горящее помещение, необходимо, всеми имеющимися способами обратить на себя внимание (кричать в окно или с балкона, махать тряпкой, звать на помощь, стучать по металлическим предметам и т.д.)

Это нужно помнить!

Вызывая пожарных необходимо сообщить:

- Название административного округа и районной Управы;
- Название улицы, номер дома и этажа, где произошел пожар;
- Место пожара (квартира, чердак, подвал, коридор и т.п.);
- Кто звонит, назвать номер своего телефона.

Требования немедленного вызова пожарных обусловлены динамикой развития пожара: в первые 10 минут пожар распространяется линейно вдоль горючих веществ и материалов и не принимает объемной формы развития, которая наступает при накоплении внутри помещения температуры в 3000 градусов.

Пожарные подразделения расположены на охраняемой местности с таким расчетом, чтобы прибыть в самую дальнюю точку в течение 10 минут после получения сообщения о пожаре.

Все действия по эвакуации из горящего помещения (квартиры), а также оповещению жильцов вышележащих квартир должно занимать не более 2-х минут, поскольку дым распространяется со скоростью 6 метров в минуту по горизонтали и 20 метров в минуту по вертикали.

Это нужно уметь!

Как действовать при развивающемся очаге пожара

Если очаг загорания не виден из-за сильного задымления помещения, не пытайтесь самостоятельно справиться с огнем!

При этом необходимо:

- Изолировать помещение, где произошел пожар. Закрыть все окна и двери, чтобы уменьшить доступ воздуха.
- Вывести из помещения детей и престарелых. Захватить для них теплую одежду или одеяла.
- Сообщить о пожаре.
- Обесточить место пожара, перекрыть газовый кран.
- Взять документы и ценные вещи, уходя, прикрыть входную дверь (**Не закрывать на замок!**).
- Оповестить жильцов верхних этажей.
- Открыть окна на лестничной площадке.
- Спускаться только по лестничным маршрутам. Не пользоваться лифтом! Не прыгать из окон и с балконов!
- Встретить прибывших пожарных, указать место пожара, сообщить о наличии оставшихся людей, отключены ли свет и газ, приведены ли в действие средства противопожарной защиты.

При эвакуации необходимо взять с собой:

1. Документы, удостоверяющие личность:

- Паспорт
- Свидетельство о рождении
- Водительские права
- Медицинский полис
- Страховой полис

2. Теплую и непромокаемую одежду.

3. Лекарства (домашнюю аптечку):

- настойка валерианы
- валидол, нитроглицерин
- аспирин, амидопирин,
- пенталгин, баралгин
- активированный уголь
- бесалол
- нашатырный спирт
- симтомициновая эмульсия
- бинт, вата
- йод, «зеленка»

4. Предметы личной гигиены:

- Зубная щетка
- Зубная паста
- Мыло
- Бритвенные принадлежности

5. Комплект сменного нижнего белья.

6. Телефон сотовой связи

7. Продукты питания не менее чем на трое суток, в том числе питьевую воду.

8. Деньги

ПОМНИТЕ!

После экстренного выхода Ваше пребывание в пункте временного размещения может продлиться от нескольких часов до нескольких суток.

В пунктах временного размещения населения будут организованы медицинская помощь, обеспечение питьевой водой и питанием.

При следовании в указанный пункт необходимо соблюдать спокойствие, выдержку и указанные маршруты движения.

Оказывайте помощь детям, инвалидам и людям пожилого возраста.

По прибытии на пункт временного размещения сообщите близким:

- Место, где Вы находитесь**
- Номер Вашего телефона**