ПАМЯТКА
Правила поведения в экстремальных ситуациях

Убедительно просим вас изучить настоящую памятку и позаботиться о том, чтобы ее знали все члены вашей семьи, учащиеся школ. Из нее вы узнаете, как защитить себя, спасти свое здоровье и жизнь, спасти своих родных, близких и друзей в случае угрозы или осуществления террористического акта. Во имя здоровья и жизни своей, родных и близких вам людей, изучите эту памятку и неукоснительно следуйте ее рекомендациям.

I. Общие рекомендации гражданам по действиям в экстремальных ситуациях

Терроризм – это метод, посредством которого организованная группа стремится достичь провозглашенных ею целей через систематическое использование насилия. Для нагнетания страха применяются такие террористические способы (методы), как взрывы и поджоги жилых и административных зданий, магазинов, вокзалов, захват заложников, автобусов, угоны самолетов и т.д.
Для предотвращения возможного террористического акта или уменьшения его последствий необходимо соблюдать следующие меры предосторожности:

- не трогайте в вагоне поезда (электрички, трамвая, троллейбуса, автобуса) подъезде дома или на улице (рынке, в общественных местах и т.д.) бесхозные пакеты (сумки, коробки и т.д.) и не подпускайте к ним других. Сообщите о находке сотруднику милиции;
- в присутствии террористов не выражайте свое неудовольствие, воздержитесь от резких движений криков, стонов;
- при угрозе применения террористами оружия ложитесь на живот, защищая голову руками, дальше от окон, застекленных дверей, проходов, лестниц;
- в случае ранения двигайтесь как можно меньше – это уменьшит кровопотерю;
- будьте внимательны, используйте любую возможность для спасения;
- 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.

II. Рекомендации по действиям населения в различных конкретных ситуациях.

1. Обнаружение подозрительного предмета, который может оказаться самодельным взрывным устройством.

- Если Вы обнаружили подозрительный предмет – не оставляйте этот факт без внимания!
  в общественном транспорте: опросите людей находящихся рядом, постарайтесь установить принадлежность предмета (сумки и т.д.) или кто мог его оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю (машинисту и т.д.).
- в подъезде своего дома: опросите соседей, возможно, он принадлежит им. Если владелец не установлен – немедленно сообщите о находке в Ваше отделение милиции.
- в администрации (учреждении): немедленно сообщите о находке руководителю администрации (учреждения).

Во всех перечисленных случаях:

- не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
- зафиксируйте время обнаружения находки;
- постарайтесь сделать так, что бы люди отошли как можно дальше от опасной находки;
- обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы;

- не забывайте, что Вы являетесь основным очевидцем.

Помните! Внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п. Еще раз напоминаем! Не предпринимайте самостоятельных действий с находками или подозрительными предметами, которые могут оказаться взрывными устройствами – это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам, разрушениям.

2. Как действовать, если Вы попали в перестрелку?

Если стрельба застала Вас на улице:

- сразу же лягте и осмотритесь, выберите ближайшее укрытие и проберитесь к нему, не поднимаясь в полный рост. Укрытием могут служить выступы зданий, памятники, бетонные столбы, бордюры, канавы и т.д. При первой возможности спрячьтесь в подъезде жилого дома, в подземном переходе и дождитесь окончания перестрелки.
- примите меры по спасению детей, при необходимости прикройте их своим телом;
- по возможности сообщите о происшедшем сотрудникам милиции.

Если стрельба застала Вас дома:

- укройтесь в ванной комнате и лягте на пол, так как находиться в комнате опасно из-за возможного рикошета.

3. Как действовать при захвате автобуса (троллейбуса, трамвая) террористами?

Если Вы оказались в захваченном террористами автобусе (троллейбусе, трамвае), не привлекайте к себе их внимание.

Осмотрите салон, отметьте места возможного укрытия в случае стрельбы.

Успокойтесь, попытайтесь отвлечься от происходящего, читайте, разгадывайте кроссворды.

Снимите ювелирные украшения, не смотрите в глаза террористам, не передвигайтесь по салону и не открывайте сумки без их разрешения.

Не реагируйте на их провокационное или вызывающее поведение. Женщинам в мини-юбках желательно прикрыть ноги.

Если спецслужбы предпримут попытку штурма – ложитесь на пол между креслами и оставайтесь там до конца штурма.

После освобождения немедленно покиньте автобус (троллейбус, трамвай), так как не исключена возможность предварительного его минирования террористами и взрыва (возгорания).

4. Захват в заложники.

Если Вы оказались в заложниках:

- не допускайте действий, которые могут спровоцировать нападающих к применению оружия;
- переносите лишения, оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе;
- выполняйте требования преступников, не возражайте им, не рискуйте жизнью своей и окружающих, не допускайте истерики и паники;
- прежде чем что-либо сделать – спрашивайте разрешения (сесть, встать, попить, сходить в туалет и т.д.);
- если вы ранены, постарайтесь не двигаться, этим Вы предотвратите дополнительную потерю крови.

При Вашем освобождении:

- лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь;
- держитесь, по возможности, подальше от проемов дверей, окон;

- ни в коем случае не бегите навстречу работникам спецслужб или от них, так как Вас могут принять за преступников.

5. Получение информации об эвакуации.

Если информация о начале эвакуации застала Вас в квартире:

- возьмите документы, деньги, ценности;
- отключите электричество, газ, воду, погасите в печи (камине) огонь;
- окажите помощь в эвакуации пожилым и тяжелобольным людям;
- закройте входную дверь на замок;
- возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

III. Рекомендации руководителям организаций, учреждений по действиям в экстремальных ситуациях.

1. Обнаружение подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством.

Предупредительные меры:

- ужесточение пропускного режима при входе (въезде) на территорию объекта;
- ежедневные обходы территории предприятия и осмотр мест сосредоточения опасных веществ на предмет своевременного обнаружения взрывных устройств или подозрительных предметов;
- периодическая комиссионная проверка складских помещений;
- более тщательный подбор и проверка кадров;
- при сдаче складских помещений в аренду рекомендуется включать в договор пункты, дающие право при необходимости проверять их по своему усмотрению.

В случае обнаружения:

сообщить в правоохранительные органы;

- дать указания сотрудникам находиться на безопасном расстоянии от обнаруженного предмета;
- при необходимости приступить к эвакуации людей согласно имеющегося плана;
- обеспечить беспрепятственный подъезд к месту обнаружения предмета автомашин правоохранительных органов, медицинских, пожарных и др.;
- обеспечить присутствие лиц, обнаруживших находку, до прибытия следственно-оперативной группы;
  дать указания не приближаться, не трогать, не вскрывать и не перемещать находку.

2. Порядок приема сообщений, содержащих угрозы террористического характера, по телефону и письменно:

- постарайтесь дословно запомнить разговор и зафиксировать его на бумаге;
- по ходу разговора отметьте пол, возраст, особенности речи звонившего (голос, темп речи, произношение, манера речи и т.д.);
- отметьте звуковой фон (шум, звуки, голоса);
- отметьте характер звонка (городской или междугородний);
- зафиксируйте точное время начала разговора и его продолжительность;
- при наличии на Вашем телефонном аппарате автомата определения номера – запишите определившийся номер в тетрадь.

3. При получении письменной угрозы:

- уберите документ в чистый полиэтиленовый пакет и жесткую папку;
- не оставляйте на нем отпечатков своих пальцев;
- не расширяйте круг лиц, знакомящихся с содержанием документа;

- анонимные документы не сшивайте, не склеивайте, не делайте на них надписи, не сгибайте, не мните. Регистрационный штамп проставлять только на сопроводительных письмах организаций.

НАПОМИНАЕМ! Заведомо ложное сообщение об акте терроризма в соответствии с УК РФ (ст. 207) наказывается штрафом в размере от 200 до 500 МРОТ или в размере заработной платы, или иного дохода осужденного за период от двух до 5 месяцев, либо исправительными работами на срок 1-2 года, либо арестом на срок 3-6 месяцев, либо лишением свободы на срок до 3 лет.

Действия населения по предотвращению террористических актов

Будьте наблюдательны! Только вы способны своевременно обнаружить предметы и людей, посторонних в вашем подъезде, дворе, улице.
Будьте бдительны! Обращайте внимание на поведение окружающих, наличие бесхозных и не соответствующих обстановке предметов.
Наведите порядок в собственном доме: установите железную дверь с домофоном в подъезде, ежедневно проверяйте закрытие подвалов, чердаков и технических зданий.
Организуйте соседей на дежурство вблизи дома и оказание помощи правоохранительным органам в охране общественного порядка.
Не делайте вид, что ничего не замечаете при опасном поведении попутчиков в транспорте! Вы имеете полное право защищать свой временный дом.
Никогда не принимайте на хранение или для передачи другому лицу предметы, даже самые безопасные.
Обнаружение подозрительного предмета в неподходящем (безлюдном) месте не должно ослабить вашу осторожность. Злоумышленник мог попросту бросить его, испугавшись чего-либо.
Даже если у вас имеется личный опыт общения с взрывчатыми веществами, не пытайтесь манипулировать ими. Самодельные взрыватели бывают сверхчувствительны и изощрённо хитроумны.
Не приближайтесь, а тем более — не прикасайтесь к подозрительному предмету: это может стоить вам жизни.
Расскажите своим детям о взрывных устройствах.
Научите своих детей мерам безопасности: не разговаривать на улице и не открывать дверь незнакомым, не подбирать бесхозные игрушки, не прикасаться к находкам и т.п.

Действия населения в условиях биологического заражения

В результате применения биологического оружия и возможного применения при совершении террористических актов биологических веществ возможны массовые заболевания особо опасными инфекционными болезнями людей (чума, холера, натуральная оспа, сибирская язва) и животных (чума крупного рогатого скота, ящур, сап, сибирская язва и др.), а также поражение сельскохозяйственных культур на больших площадях.

ВОЗБУДИТЕЛИ ИНФЕКЦИЙ:

Возбудителями инфекционных заболеваний являются болезнетворные микроорганизмы (бактерии, риккетсии, вирусы, грибки) и вырабатываемые некоторыми из них яды (токсины). Они могут попасть в организм человека при работе с зараженными животными, загрязненными предметами – через раны и трещины на руках, при употреблении в пищу зараженных продуктов питания и воды, недостаточно обработанных термически, воздушно-капельным путем при вдыхании.

МЕРЫ ЗАЩИТЫ:

От биологического оружия защищают убежища и противорадиационные укрытия, оборудованные фильтровентиляционными установками, средства индивидуальной

защиты органов дыхания и кожи, а также специальные средства противоэпидемической защиты: предохранительные прививки, сыворотки, антибиотики.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ:

Нельзя без специального разрешения покидать местожительство. Без крайней необходимости не выходите из дома, избегайте места большого скопления людей.

Дважды в сутки измеряйте температуру себе и членам семьи. Если она повысилась и вы плохо себя чувствуете, изолируйтесь от окружающих в отдельной комнате или отгородитесь ширмой. Срочно сообщите о заболевании в медицинское учреждение.

Если вы не можете сами установить характер болезни, действуйте так, как следует действовать при инфекционных заболеваниях.

Обязательно проводите ежедневную, влажную уборку помещения с использованием дезинфицирующих растворов. Мусор сжигайте.

Уничтожайте грызунов и насекомых – возможных переносчиков заболеваний.

Строго соблюдайте правила личной и общественной гигиены. Тщательно, особенно перед приемом пищи, мойте руки с мылом.

Воду используйте из проверенных источников и пейте только кипяченую.

Сырые овощи и фрукты после мытья обдавайте кипятком.

При общении с больным надевайте халат, косынку и ватно-марлевую повязку. Выделите больному отдельную постель, полотенце и посуду. Регулярно их стирайте и мойте.

При госпитализации больного проведите в квартире дезинфекцию; постельное белье и посуду прокипятите в течение 15 мин в 2% растворе соды или замочите на 2 часа в 2% растворе дезинфицирующего средства. Затем посуду обмойте горячей водой, белье прогладьте, комнату проветрите.

Действия населения в условиях химического заражения

ХЛОР – газ зеленовато-желтого цвета, с резким запахом, тяжелее воздуха. При испарении и соединении с водяными парами в воздухе – стелется над землей в виде тумана зеленовато-белого цвета, проникает в подвалы, нижние этажи зданий. Пары раздражают органы дыхания, глаза и кожу.

Воздействия 100-200 мг/м3 хлора в течение 30-60 минут опасно для жизни, а концентрация 2500 мг/м3 приводит к гибели через 5 минут.

Признаки отравления: резкая боль в груди, сухой кашель, рвота, одышка, резь в глазах.

Помните! При поражении хлором пострадавшего необходимо вынести на свежий воздух, потеплее укрыть, дать дышать парами спирта или воды. Чтобы смягчить раздражение пораженному дать вдыхать аэрозоль 0,5%-ного раствора питьевой соды. Кожу и слизистые промыть 2%-ным раствором не менее 15 минут. Транспортировать только в лежачем положении. Если дыхание у человека отсутствует, следует сделать искусственное дыхание методом «рот в рот».

АММИАК – бесцветный газ с резким удушающим запахом, легче воздуха. Хорошо растворим в воде. Жидкий аммиак применяется в качестве рабочего вещества холодильных машин. При выходе в атмосферу из неисправных емкостей (при аварии) – дымит. Опасен при вдыхании. При высоких концентрациях возможен смертельный исход. Пары сильно раздражают органы дыхания, глаза и кожу. Предельно допустимая концентрация аммиака в атмосферном воздухе:

в рабочем помещении промышленного предприятия – 20 мг/м3

запах ощущается при концентрации 40 мг/м3

Если содержание аммиака в воздухе достигает 500 мг/м3– он опасен при вдыхании (возможен смертельный исход).

Признаки отравления: учащенное сердцебиение, нарушение частоты пульса, насморк, кашель, резь в глазах, затрудненное дыхание, а при тяжелом отравлении – тошнота, нарушение координации движений, бредовое состояние.

Если поражение аммиаком все же произошло, следует немедленно вынести пострадавшего на свежий воздух. Транспортировать только в лежачем положении, необходимо обеспечить тепло и покой, при возможности дать увлажненный кислород.
Кожу, слизистые и глаза промывать не менее 15 минут водой или 2%-ным раствором борной кислоты. В глаза закапать 2-3 капли 30%-ного раствора альбуцида, в нос – теплое оливковое или персиковое масло.
Помните! От искусственного дыхания до прибытия медработников желательно воздержаться, так как возможен отек легких.

Меры защиты от химического заражения:

Оповещение населения органами управления по делам ГО и ЧС администрации города Орска (Управление) о химической аварии осуществляется сиренами, прерывистыми гудками предприятий и транспортных средств. Это означает сигнал «Внимание всем!». Услышав его, немедленно включите громкоговоритель, радио- или телеприемник, прослушайте сообщение.
При опасности отравления необходимо: быстро выйти из района заражения в направлении, перпендикулярном движению зараженного облака; подняться на верхние этажи зданий (при заражении хлором); герметизировать помещения; использовать противогазы всех типов, при их отсутствии – ватно-марлевые повязки, смоченные водой или лучше 2-5 % растворами питьевой соды (от хлора), уксусной или лимонной кислоты (от аммиака).
Если отсутствуют средства индивидуальной защиты и выйти из района аварии невозможно, останьтесь в помещении, включите радиоточку, ждите сообщений органов Управления. Плотно закройте окна и двери, дымоходы, вентиляционные отдушины (люки). Входные двери зашторьте, используя одеяла и любые плотные ткани. Заклейте щели в окнах и стыки рам пленкой, лейкопластырем или обычной бумагой.

ПОМНИТЕ!

Надежная герметизация жилища значительно уменьшает возможность проникновения опасных химических веществ в помещение.
Покидая квартиру, выключите источники электроэнергии, возьмите с собой личные документы, необходимые вещи, наденьте противогаз или ватно-марлевую повязку, накидку или плащ, резиновые сапоги.
После выхода из зараженного района обязательны санитарная обработка людей и дегазация (обеззараживание) средств индивидуальной защиты и одежды.
При подозрении на поражение опасными химическими веществами исключите любые физические нагрузки, примите обильное теплое питье (чай, молоко и т.д.) и обратитесь к медицинскому работнику.

РТУТЬ – относится к первому классу опасности. Особенно вредны ее пары (причем, чем выше температура, тем сильнее испарение).
Вес ртути в бытовом термометре около 5 грамм, а если он побьется в комнате площадью 12-18 м2, концентрация паров ртути через несколько часов превысит предельно-допустимую концентрацию в 50-100 раз!
В этом случае:

- откройте форточки, окна для доступа свежего воздуха;
- удалите из помещения людей, в первую очередь детей;
- исключите разнос ртути по смежным комнатам на обуви (на выходе постелите коврик, смоченный раствором марганцовки)

Потом следует провести демеркуризацию:

- в резиновых перчатках тщательно собрать в стеклянную банку с крышкой все осколки градусника и шарики ртути;

- для сбора шариков ртути можно использовать медицинскую грушу с тонким наконечником, лейкопластырь или пластилин;
- приготовить 0, 2% водный раствор марганцовки (на 1 литр воды 2 грамма марганцовки) и при помощи кисти, щетки или пульверизатора обработайте загрязненную поверхность.

Затем через час смойте продукты реакции мыльно-содовым раствором (4% мыла в 5%-ным водном растворе соды).

Помните! Это необходимо повторять ежедневно по 2-3 раза в день. После тщательного удаления всех капелек ртути места, где они были и могли сохраниться, особенно в щелях, необходимо засыпать мелким порошком соды или алюминиевой пылью.

Действия населения при возникновении пожара

При пожаре звонить – 01, 112. Вас соединят с диспетчерским пунктом противопожарной службы. Диспетчер задаст Вам ряд вопросов:

1. Адрес

Объект (где пожар)

Что горит

Номер дома, корпуса

Номер подъезда

Номер квартиры

Какой этаж, сколько этажей в доме

Код (для входа в подъезд)

Есть ли опасность для людей

Фамилия

2. Телефон

Ну а если Вам придется самим принять участие при тушении пожара, то:

- прежде чем войти в горящее помещение, накройтесь с головой мокрым полотенцем, покрывалом, пальто, плащом, куском плотной ткани; дверь в задымленное помещение открывайте осторожно, чтобы избежать вспышки пламени от быстрого притока свежего воздуха;
- в сильно задымленном помещении двигайтесь ползком или пригнувшись;
- для защиты от угарного газа дышите через увлажненную ткань (противогазы гражданские и детские от угарного газа не защищают, но можно использовать гопкалитовый патрон типа ДП-2 или ДПГ-1 (дополнительный патрон), предварительно присоединив их к противогазу);

Помните! Маленькие дети от страха часто прячутся под кроватями, в шкафы, забиваются в углы.

- Если на Вас загорелась одежда, ложитесь и постарайтесь, перекатываясь, сбить пламя, ни в коем случае нельзя бежать – это еще больше раздувает пламя;
- увидев человека в горящей одежде, набросьте на него пальто, плащ или какое-нибудь покрывало, лучше увлажненное, и плотно прижмите его к земле (к полу);
- если горит вертикальная поверхность, воду подавайте в верхнюю ее часть;
- горючие жидкости, аппаратуру, телевизоры тушите пенообразующими составами, засыпайте песком, землей, а также накрывайте горящий предмет покрывалом, одеждой, брезентом и т.п. (обязательно отключите их от сети);
- если горит электропроводка, сначала выверните пробки или выключите рубильник (выключатель) на электрощите и только потом приступайте к тушению;
- при эвакуации из горящего помещения, квартиры – не пользуйтесь лифтом, он может остановиться в любой момент ввиду отключения электроэнергии в доме или по другим причинам.
- поиск людей в горящем здании прекращается лишь тогда, тогда тщательно проверены все охваченные огнем и дымом помещения.

Помните! Главная задача при пожаре – спасти людей и не допустить распространения огня!

Действия населения при возникновении чрезвычайных ситуаций

УРАГАН.

Получив сообщение о приближающемся урагане:

Закройте плотно окна, ставни, двери, чердачные (вентиляционные) люки.

С лоджий, балконов (если они не остеклены) уберите предметы, которые порывами ветра могут быть сброшены.

Предметы, находящиеся во дворах частных домов, закрепите или занесите и помещение, потушите огонь в печах.

Если ураган застал вас на улице, укройтесь в ближайшем прочном здании (магазинах, библиотеках, торговых центрах, поликлиниках и др.), в подземных переходах, оврагах, балках и других естественных укрытиях.

Ураган может сопровождаться грозой, поэтому избегайте ситуаций, при которых возрастает вероятность поражения молнией: не укрывайтесь под отдельно стоящими деревьями, не подходите к опорам линий электропередачи.

В городе держитесь подальше от металлических заборов и всего металлического.

Не ищите убежища в углублениях среди нагромождения камней.

Почувствовав характерное щекотание кожи, а также то, что у Вас волосы поднимаются дыбом, знайте, что молния ударит поблизости от Вас. Не раздумывая, бросайтесь ничком на землю – это уменьшит риск Вашего поражения.

Если Вы в машине, оставайтесь в ней. Металлический корпус автомобиля защитит Вас, даже если молния ударит прямо в него, она уйдет в землю, не причинив Вам никакого вреда.

СИЛЬНЫЕ МОРОЗЫ.

Получив сообщение, предупредите своих родственников и соседей, так как они об этом могли не слышать. О порядке работы предприятий, организаций, учреждений образовании будет передаваться по местному радио и телевидению.

При сильных морозах избегайте выходить на улицу, а уж тем более выезжать куда-то на личном автотранспорте.

Постарайтесь сделать все возможное, чтобы не получить обморожения, если Вам все-таки придется быть вне дома, квартиры.

Помните, что в это время городской общественный транспорт будет работать также в чрезвычайно сложной обстановке. Вполне возможны обрывы контактных электролиний, могут создаваться и другие аварийные ситуации на улицах города.

В чрезвычайно сложной обстановке будут работать службы жилищно-коммунального хозяйства. В этой ситуации могут быть отключены газ или электричество, теплоснабжение. Будьте к этому готовы. Имейте дублирующие средства жизнеобеспечения семьи: электроплитку, лампу керосиновую, керогаз.

ГОЛОЛЕД.

При обнаружении угрожающе висящих на зданиях сосулек обращайтесь по телефону 01 в дежурную часть МЧС города.

Особое внимание обращайте на висящие сосульки на крышах детских дошкольных учреждений, жилых домов, учреждений образования.

Пользуйтесь обувью, подошвы которой меньше скользят, а при необходимости наклейте на подошвы лейкопластырь.

Будьте внимательны, особенно при переходе улиц, перекрестков, переходите только в указанных местах, так как для остановки движущегося транспорта необходимо время.

Помните! Дорога в этот период является особо потенциально опасным местом. Берегите свою жизнь. Подумайте о безопасности и ваших детей.