**Инструкция**

**по проведению вводного инструктажа по гражданской обороне и предупреждению чрезвычайных ситуаций**

***1. Общие сведения об организации.***

Наименование: Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования г. Мурманска детско-юношеская спортивная школа № 11 по фитнес-аэробике и пауэрлифтингу

Юридический адрес:183014 г. Мурманск, ул. Баумана, д. 47а, корп. В

Ведомственная принадлежность – комитет по образованию г. Мурманска

Форма собственности – муниципальная

Режим работы организации: 9.00-20.00

Основная производственная деятельность: образовательная

***2. Нормативные и правовые акты в области гражданской обороны и предупреждения чрезвычайных ситуаций.***

***2.1. Правовое регулирование, основные понятия.***

1. Конституция Российской Федерации.

2. Федеральный закон от 12.02.1998 № 28-ФЗ «О гражданской обороне».

3. Федеральный Закон Российской Федерации от 21.12.1994 № 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

4. Постановление Правительства Российской Федерации от 30.12.2003 № 794 «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций».

5. Закон Мурманской области от 29.12.2004 № 585-01-ЗМО «О защите населения и территорий Мурманской области от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

6. Постановление Правительства Российской Федерации от 26.11.2007 № 804 «Об утверждении Положения о гражданской обороне в Российской Федерации».

7. Постановление Правительства Мурманской области от 29.10.2008 № 522 – ПП «Об утверждении Положения об организации и ведении гражданской обороны в Мурманской области».

8. Порядок подготовки к ведению и ведении гражданской обороны в медицинской организации.

9. Постановление Правительства Мурманской области от 11.04.2007 № 184-ПП «Об организации работы в области гражданской обороны, защиты населения от чрезвычайных ситуаций на территории Мурманской области».

10. Постановление Правительства Мурманской области от 27.06.2014 № 324-ПП/9 «Об утверждении программ обучения населения в области гражданской обороны и защиты от чрезвычайных ситуаций».

11. Постановление администрации города Мурманска от 24.07.201 № 1725 «Об утверждении положения о Мурманском городском звене территориальной подсистемы единой государственной системы предупреждения и ликвидация чрезвычайных ситуаций».

**Гражданская оборона** - система мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей на территории Российской Федерации от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий, а также при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

**Мероприятия по гражданской обороне** - организационные и специальные действия, осуществляемые в области гражданской обороны в соответствии с федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации.

**Территория, отнесенная к группе по гражданской обороне** - территория, на которой расположен город или иной населенный пункт, имеющий важное оборонное и экономическое значение, с находящимися в нем объектами, представляющий высокую степень опасности возникновения чрезвычайных ситуаций в военное и мирное время.

**Требования в области гражданской обороны** - специальные условия (правила) эксплуатации технических систем управления гражданской обороны и объектов гражданской обороны, использования и содержания систем оповещения, средств индивидуальной защиты, другой специальной техники и имущества гражданской обороны, установленные федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации.

**Чрезвычайная ситуация** - это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

**Предупреждение чрезвычайных ситуаций** - это комплекс мероприятий, проводимых заблаговременно и направленных на максимально возможное уменьшение риска возникновения чрезвычайных ситуаций, а также на сохранение здоровья людей, снижение размеров ущерба окружающей природной среде и материальных потерь в случае их возникновения.

**Ликвидация чрезвычайных ситуаций** - это аварийно-спасательные и другие неотложные работы, проводимые при возникновении чрезвычайных ситуаций и направленные на спасение жизни и сохранение здоровья людей, снижение размеров ущерба окружающей природной среде и материальных потерь, а также на локализацию зон чрезвычайных ситуаций, прекращение действия характерных для них опасных факторов.

**Зона чрезвычайной ситуации** - это территория, на которой сложилась чрезвычайная ситуация.

**Специализированные технические средства оповещения и информирования населения в местах массового пребывания людей** - это специально созданные технические устройства, осуществляющие прием, обработку и передачу аудио- и (или) аудиовизуальных, а также иных сообщений об угрозе возникновения, о возникновении чрезвычайных ситуаций и правилах поведения населения.

**Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)**– система мероприятий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций (ЧС), подготовке к защите и по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

***2.2 Основные права, обязанность и ответственность работников в области гражданской обороны и предупреждения чрезвычайных ситуаций.***

Граждане Российской Федерации в соответствии с федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации имеют право:

- на подготовку способам защиты от опасностей, возникающих во время военных конфликтов или вследствие этих конфликтов;

- на защиту жизни, здоровья и личного имущества в случае возникновения ЧС;

- при необходимости использовать средства индивидуальной защиты и другое имущество органов исполнительной власти и организаций;

- быть информированными о риске, которому они могут подвергнуться в определенных местах пребывания на территории страны и о мерах необходимой безопасности;

- участвовать в установленном порядке в мероприятиях по ГО;

- на медицинское обслуживание, компенсацию и льготы за причинение вреда, полученных во время военных конфликтов;

- на возмещение ущерба, причиненного их здоровью и имуществу вследствие ЧС;

- проходить обучение в области гражданской обороны;

- принимать участие в проведении других мероприятий по гражданской обороне;

- оказывать содействие органам государственной власти и организациям в решении задач в области гражданской обороны.

Граждане Российской Федерации ***обязаны***:

**знать:**

- основные требования руководящих документов по вопросам ГО;

- принципы, средства и способы защиты от чрезвычайных ситуаций;

- правила поведения при возникновении опасностей военного времени;

- правила и порядок оказания само- и взаимопомощи при поражениях, травмах и ранениях.

**уметь:**

- четко действовать по сигналам оповещения;

- пользоваться средствами индивидуальной защиты, изготавливать простейшие из них;

- пользоваться убежищами, укрытиями и строить простейшие укрытия;

- обеззараживать свое рабочее место, квартиру, местность, прилегающую к ним;

- оказывать доврачебную медицинскую самопомощь и помощь пострадавшим;

- защитить детей, больных и престарелых при угрозе нападения противника и при ЧС, надевать им средства индивидуальной защиты, обеспечивать их безопасность при эвакуационных и других мероприятиях.

***2.3. Основные права и обязанности работодателя.***

Организации в пределах своих полномочий и в порядке, установленном федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации:

- планируют и организуют проведение мероприятий по гражданской обороне;

- проводят мероприятия по поддержанию своего устойчивого функционирования в военное время;

- осуществляют обучение своих работников в области гражданской обороны;

- создают и поддерживают в состоянии постоянной готовности к использованию локальные системы оповещения;

- создают и содержат в целях гражданской обороны запасы материально-технических, продовольственных, медицинских и иных средств.

***3. Оповещение и информирование населения.***

Огромное значение в системе мероприятий по подготовке к защите и по защите населения, материальных и культурных ценностей от опасностей, возникающих при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также при ЧС природного и техногенного характера, а также в системе мероприятий гражданской обороны, имеет оповещение и информирование населения. Цель создания системы оповещения города — обеспечение своевременного доведения сигналов оповещения и информации об опасностях, возникающих при военных конфликтах или вследствие этих конфликтов, а также угрозе возникновения или возникновении ЧС до населения, органов управления объектового звена РСЧС и ГО.

***3.1.Основные понятия.***

**Оповещение** — метод пассивной защиты населения, своевременное предупреждение его о надвигающейся опасности, а также информирование о порядке поведения в создавшихся условиях. Выступает как наиболее важный элемент управления риском.

**Сигналы оповещения населения** — сигналы предупреждения (условные и информационные) о возникшей опасности, сигналы тревоги, призыв к определенным действиям.

**Система оповещения населения** — система оповещения населения города, обеспечивающая доведение распоряжений о проведении экстренных мероприятий защиты населения, сигналов и информации оповещения органов МЧС субъектов до органов управления, руководящего состава, подчиненных сил и проживающего на территории субъекта населения.

**Объектовая система оповещения (ОСО)** — система оповещения объекта экономики, обеспечивающая оповещение и информирование персонала объекта, а также населения, находящегося на территории объекта.

**Потенциально опасные объекты (ПОО)** — объекты ядерной энергетики, химические производства, взрывопожароопасные объекты, объекты вооружения и военной техники, гидротехнические сооружения и др., в которых заключена значительная энергия и (или) которые используют, производят, перерабатывают, хранят или транспортируют радиоактивные, пожаровзрывоопасные, опасные химические и биологические вещества. В городе Мурманске ПОО являются ФГУП «Атомфлот», ОАО «Хладокомбинат» (ул. Домостроительная, 6**) -** глубина распространения опасных концентраций - 1,1 км, ООО «Мурманская» (ул. Промышленная, 25) - глубина распространения опасных концентраций - 0,8 км, ОАО «Мурманский морской рыбный порт»(ул. Траловая, 12) **-** глубина распространения опасных концентраций - 1,4 км, ООО «ТПК Севрыба» (южный грузовой район "ММРП" причалы 39-40) - глубина распространения опасных концентраций - 1,3 км, ОАО «Мурманский рыбокомбинат» (территория "ММРП") - глубина распространения опасных концентраций - 1,4 км, ООО «ФишПродактс» (Портовый проезд, 2) - глубина распространения опасных концентраций - 0,56 км, ГОУП «Мурманскводоканал» (оз. Большое – территория Октябрьского округа, оз. Первое – пос. Дровяное) - глубина распространения опасных концентраций - 1,7 км.

***3.2. Система оповещения.***

Оповещение населения включает в себя своевременное предупреждение его о надвигающейся опасности, создавшейся обстановке и информирование о порядке поведения в этих условиях. Планирование мероприятий осуществляется в целях обеспечения организованности и целенаправленности в подготовке и проведении мероприятий по защите населения и территорий, повышению устойчивости работы городского хозяйства и организаций в ЧС, а также при ликвидации их последствий или проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ (АСДНР) в очагах поражения. Планирование мероприятий по предупреждению и ликвидации ЧС направлено на максимально возможное уменьшение риска их возникновения, на сохранение здоровья людей, снижение размеров ущерба окружающей природной среде и материальных потерь в случае их возникновения, а также проведение АСДНР.Основным способом оповещения и информирования населения о ЧС является передача кратких информационных сообщений по всем электронным средствам массовой информации.

Система оповещения населения города Мурманска представлена: сетью электросиренного оповещения, радиотрансляционной сетью города (сеть проводного радиовещания), сетью УКВ-ЧМ (радиовещания), сетью телевещания (каналы звукового сопровождения), сетью кабельного телевидения, сетью подвижной радиотелефонной связи, телефонной сетью связи.

Завывание сирен, сигналы транспортных средств означают предупредительный сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!». Услышав его, необходимо немедленно включить теле-, радиоприемники и слушать экстренное сообщение (речевую информацию) органов власти или администрации предприятия.

Эти сообщения будут содержать информацию об угрозе или начале военных конфликтов, об угрозе или возникновении чрезвычайной ситуации, их масштабах, прогнозируемом развитии, неотложных действиях и правилах поведения населения (персонала).

Главное внимательно прослушать и правильно понять переданное сообщение (оно будет передаваться несколько раз). Переспросите коллег, соседей, знакомых, чтобы выяснить – правильно ли Вы поняли передаваемую информацию и правильно ли собираетесь действовать. Находясь на работе, выполняйте все указания своего непосредственного начальника.

Строго и неукоснительно следуйте установленным правилам поведения в условиях угрозы или возникновения чрезвычайных ситуаций! Это поможет сохранить жизнь и здоровье Вам и Вашим близким!

***3.3. Сигналы оповещения.***

С целью своевременного предупреждения населения о возникновении непосредственной опасности применения противником ядерного, химического, бактериологического (биологического) или другого оружия и необходимости применения мер защиты установлены следующие сигналы оповещения гражданской обороны: «Воздушная тревога»- «Отбой воздушной тревоги», «Радиационная опасность», «Химическая тревога». Сигнал «Воздушная тревога» подается для всего населения. Он предупреждает о непосредственной опасности поражения противником данного города (района). По радиотрансляционной сети передается текст: «Внимание! Внимание! Граждане! Воздушная тревога! Воздушная тревога!» Одновременно с этим сигнал дублируется звуком сирен, гудками заводов и транспортных средств. На объектах сигнал будет дублироваться всеми, имеющимися в их распоряжении средствами. Продолжительность сигнала 2-3 минуты. По этому сигналу объекты прекращают работу, транспорт останавливается и все население укрывается в защитных сооружениях. Рабочие и служащие прекращают работу в соответствии с установленной инструкцией и указаниями администрации, исключающими возникновение аварий. Там, где по технологическому процессу или требованиям безопасности нельзя остановить производство, остаются дежурные, для которых строятся индивидуальные убежища. Сигнал «Воздушная тревога» может застать людей в любом месте и в самое неожиданное время. Во всех случаях следует действовать быстро, но спокойно, уверенно и без паники. Строгое соблюдение правил поведения по этому сигналу значительно сокращают потери людей.

Сигнал «Отбой воздушной тревоги» передается органами гражданской обороны. По радиотрансляционной сети передается текст: «Внимание! Внимание граждане! Отбой воздушной тревоги. Отбой воздушной тревоги». По этому сигналу население с разрешения комендантов (старших) убежищ и укрытий покидает их. Рабочие и служащие возвращаются на свои рабочие места и приступают к работе.

В городах (районах, по которым противник нанес удары оружием массового поражения, для укрываемых передается информация об обстановке, сложившейся вне укрытий, о принимаемых мерах по ликвидации последствий нападения, режимах поведения населения и другая необходимая информация для последующих действий укрываемых.

Сигнал «Радиационная опасность» подается в населенных пунктах и районах, по направлению к которым движется радиоактивное облако, образовавшееся при взрыве ядерного боеприпаса.

По сигналу «Радиационная опасность» необходимо надеть респиратор, противопылевую тканевую маску или ватно-марлевую повязку, а при их отсутствии - противогаз, взять подготовленный запас продуктов, индивидуальные средства медицинской защиты, предметы первой необходимости и уйти в убежище, противорадиационное или простейшее укрытие.

Сигнал «Химическая тревога» подается при угрозе или непосредственном обнаружении химического или бактериологического нападения (заражения). По этому сигналу необходимо быстро надеть противогаз, а в случае необходимости - и средства защиты кожи и при первой же возможности укрыться в защитном сооружении.

Если защитного сооружения поблизости не окажется, то от поражения аэрозолями отравляющих веществ и бактериальных средств можно укрыться в жилых, производственных или подсобных помещениях.

Если будет установлено, что противник применил бактериологическое (биологическое) оружие, то по системам оповещения население получит рекомендации о последующих действиях.

Необходимо быть предельно внимательными и строго выполнять распоряжения органов гражданской обороны. О том, что опасность нападения противника миновала, и о порядке дальнейших действий распоряжение поступит по тем же каналам связи, что и сигнал оповещения.

Системы оповещения организаций (объектовые) Они создаются на объектах, в организациях с одномоментным нахождением людей (включая персонал) более 50 человек, а также социально важных и объектах жизнеобеспечения населения вне зависимости от одномоментного нахождения людей.Основной задачей ОСО является доведение сигналов и информации оповещения до руководства и персонала объекта.

**Телефоны экстренных служб города Мурманска**:

ГУ МЧС России по Мурманской области - 01

Полиция - 02

Скорая медицинская помощь - 03

Единая дежурно-диспетчерская служба - 051

***С мобильного телефона:***

112 (диспетчер службы спасения, переключает на требуемую экстренную службу)  
Единая дежурно-диспетчерская служба 051.

***4. Средства коллективной и индивидуальной защиты работников.***

***Классификация средств индивидуальной защиты.***В комплексе защитных мероприятий важное значение имеет обеспечение населения средствами индивидуальной защиты и практическое обучение правильному пользованию этими средствами в условиях применения противником оружия массового поражения. Средства индивидуальной защиты населения предназначаются для защиты от попадания внутрь организма, на кожные покровы и одежду радиоактивных, отравляющих веществ и бактериальных средств.

|  |
| --- |
| cредства индивидуальной защиты |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| http://www.balama.ru/strelka.gif | http://www.balama.ru/strelka.gif | http://www.balama.ru/strelka.gif |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | **средства защиты органов дыхания** | | |  | | --- | | **средства защиты кожи** | | |  | | --- | | **медицинские средства защиты** | |  | |

К первым относятся фильтрующие и изолирующие противогазы, респираторы, а также противопыльные тканевые маски (ПТМ – 1) и ватно-марлевые повязки; ко вторым – одежда специальная изолирующая защитная, защитная фильтрующая (ЗФО) и приспособленная одежда населения.

*По принципу защиты* средства индивидуальной защиты делятся на фильтрующие и изолирующие. Принцип фильтрации заключается в том, что воздух, необходимый для поддержания жизнедеятельности человека, очищается от вредных примесей при прохождении через средства защиты. Средства индивидуальной защиты изолирующего типа полностью изолируют организм человека от окружающей среды с помощью материалов, непроницаемых для воздуха и вредных примесей.

*По способу изготовления* средства индивидуальной защиты делятся на средства: изготовленные промышленностью, и простейшие, изготовленные населением из подручных материалов.

Средства индивидуальной защиты могут быть табельные, обеспечение которыми предусматривается табелями (номерами) оснащения в зависимости от организационной структуры формирований, и нетабельные, предназначенные для обеспечения формирований в дополнение к табельным средствам или в порядке их замены.

***Организация и порядок обеспечения средствами индивидуальной защиты.***

При объявлении угрозы нападения противника всё население должно быть обеспечено средствами индивидуальной защиты. Личный состав формирований, рабочие и служащие получают средства индивидуальной защиты на своих объектах, население – в ЖЭК и ДЭЗ. При недостатке на объекте противогазов они могут быть заменены респираторами и противогазами предназначенными для промышленных целей. Всё остальное население самостоятельно изготавливает противопыльные тканевые маски, ватно – марлевые повязки и другие простейшие средства защиты органов дыхания, а для защиты кожных покровов подготавливают различные накидки, плащи, резиновую обувь, резиновые или кожаные перчатки.

***Средства защиты органов дыхания.***

Наиболее надёжным средством защиты органов дыхания людей являются противогазы. Они предназначены для защиты органов дыхания, лица и глаз человека от вредных примесей, находящихся в воздухе. По принципу действия все противогазы подразделяются на фильтрующие и изолирующие.

*Фильтрующие противогазы* являются основным средством индивидуальной защиты органов дыхания. Принцип их защитного действия основан на предварительном очищении (фильтрации) вдыхаемого человеком воздуха от различных вредных примесей.



В настоящее время в системе гражданской обороны для взрослого населения используются фильтрующие противогазы ГП-7, ГП-5, ГП-5м и ГП-4у.

Составляющие : фильтрующие – поглощающая коробка, лицевая часть (у противогаза ГП-5 – шлем-маска, у противогаза ГП-4у – маска), сумка для противогаза, соединительная трубка, коробка с незапотевающими плёнками.

*Изолирующие противогазы* ([ИП-4М](http://www.balama.ru/protivogaz_ip-4m.html), [ИП-4МК](http://www.balama.ru/protivogaz_ip-4m.html)**,** ИП-5, ИП-46, ИП-46м) являются специальными средствами защиты органов дыхания, глаз, кожи лица от всех вредных примесей, содержащихся в воздухе. Их используют в том случае, когда фильтрующие противогазы не обеспечивают такую защиту, а также в условиях недостатка кислорода в воздухе. Необходимый для дыхания воздух обогащается в изолирующих противогазах кислородом в регенеративном патроне, снаряжённом специальным веществом (перекись натрия).

Противогаз состоит из лицевой части, регенеративного патрона, дыхательного мешка, каркаса и сумки.



*Респираторы, противопыльные тканевые маски и ватно-марлевые повязки.* В системе гражданской обороны наибольшее применение имеет респиратор Р-2. Респираторы применяются для защиты органов дыхания от радиоактивной и грунтовой пыли и при действиях во вторичном облаке бактериальных средств.



Респиратор Р-2 представляет собой фильтрующую полумаску, снабжённую двумя клапанами входа и одним клапаном выхода (с предохранительным экраном), оголовьем, состоящим из эластичных тесёмок и носовым зажимом. Если во время пользования респиратором появится много влаги, то рекомендуется его на 1 – 2 минуты снять, удалить влагу, протереть внутреннюю поверхность и снова надеть.

Противопыльная тканевая маска ПТМ-1 и ватно – марлевая повязка предназначаются для защиты органов дыхания человека от радиоактивной пыли и при действиях во вторичном облаке бактериальных средств. От отравляющих веществ они не защищают. Изготавливает маски и повязки преимущественно само население. Маска состоит из двух основных частей – корпуса и крепления. Корпус сделан из 2 – 4 слоёв ткани. В нём вырезаны смотровые отверстия со вставленными в них стёклами. На голове маска крепится полосой ткани, пришитой к боковым краям корпуса. Плотное прилегание маски к голове обеспечивается при помощи резинки в верхнем шве и завязок в нижнем шве крепления, а также при помощи поперечной резинки, пришитой к верхним углам корпуса маски. Воздух очищается всей поверхностью маски в процессе его прохождения через ткань при входе. Маску может изготовить каждый рабочий или служащий. Маску надевают при угрозе заражения радиоактивной пылью. При выходе из заражённого района при первой возможности её дезактивируют: чистят (выколачивают радиоактивную пыль), стирают в горячей воде с мылом и тщательно прополаскивают, меняя воду. Для защиты глаз используются противопыльные защитные очки. Все средства защиты органов дыхания надо постоянно содержать исправными и готовыми к использованию.

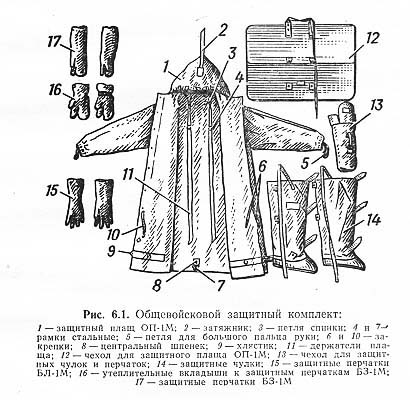
***Средства защиты кожи.***

Средства защиты кожи наряду с защитой от паров и капель ОВ предохраняют открытые участки тела, одежду, обувь и снаряжение от заражения радиоактивными веществами и биологическими средствами. Кроме того, они полностью задерживают a-частицы и в значительной мере ослабляют воздействие b-частиц.

*По принципу защитного действия* средства защиты кожи подразделяются на изолирующие и фильтрующие.

Фильтрующие средства защиты кожи изготавливают в виде хлопчатобумажного обмундирования и белья, пропитанных специальными химическими веществами. Пропитка тонким слоем обволакивает нити ткани, а промежутки между нитями остаются свободными; вследствие этого воздухопроницаемость материала в основном сохраняется, а пары ОВ при прохождении зараженного воздуха через ткань поглощаются. Фильтрующими средствами защиты кожи может быть обычная одежда и белье, если их пропитать, например, мыльно-масляной эмульсией.

Изолирующие средства защиты кожи - общевойсковой защитный комплект и специальная защитная одежда - предназначаются в основном для защиты личного состава формирований ГО при работах на зараженной местности.



**Легкий защитный костюм Л-1,** сокращенно просто**Л-1,** предназначен для защиты от радиоактивной пыли, химического и бактериологического воздействия на человека. **Костюм Л-1** является специальной защитной одеждой и используется на местности, зараженной отравляющими веществами и аварийными химически опасными веществами**. Костюм Л-1** предназначен для защиты кожи, одежды и обуви от длительного действия отравляющих и токсических веществ, токсичной пыли, для защиты от растворов кислот, воды, щелочей, морской соли, лаков, красок, масел, жиров, и нефтепродуктов, защиты от вредных биологических факторов, при выполнении дегазационных, дезактивационных и дезинфекционных работ.

***Инженерная защита.***

Для защиты населения от ЧС мирного и военного времени применяется ряд способов, одним из которых является инженерная защита.Инженерная защита включает целый ряд мероприятий, в том числе:

* накопление средств коллективной защиты, их содержание и эксплуатация,
* подготовка к строительству быстровозводимых защитных сооружений и простейших укрытий,
* проведение мероприятий по защите территорий городов от ЧС мирного и военного времени и т.д.

*Средства коллективной защиты населения***–** это защитные сооружения, предназначенные для укрытия групп людей с целью защиты их жизни и здоровья от последствий аварий и катастроф на потенциально опасных объектах, либо стихийных бедствий в районах размещения этих объектов, а также от воздействий современных средств поражения.

К средствам коллективной защиты населения относятся:

* специальные защитные сооружения ГО;
* сооружения метрополитена;
* приспособленные под защитные сооружения в соответствии с требованиями специальных нормативных документов подземные и заглубленные помещения, шахты, горные выработки и естественные полости;
* приспособленные до требований защитных сооружений подвальные, заглубленные и первые этажи зданий и сооружений;
* простейшие укрытия (перекрытые щели).

**Убежище ГО –** защитное сооружение, в котором в течение определенного времени обеспечиваются условия для укрытия людей с целью защиты от современных средств поражения, поражающих факторов и воздействий химических и радиоактивных веществ.

**Противорадиационное укрытие (ПРУ) –** защитное сооружение, предназначенное для укрытия населения от поражающего воздействия ионизирующих излучений и для обеспечения его жизнедеятельности в период нахождении в укрытии.

В защитном сооружения люди должны размещаться с учетом их местожительства, места работы, принадлежности к тем или иным подразделениям объекта. В защитном сооружении (укрытии) укрываемые должны соблюдать правила поведения в защитном сооружении, согласно требованиям Правил эксплуатации защитных сооружений гражданской обороны.

Укрываемые, находящиеся в защитном сооружении, обязаны:

* быстро и без суеты занять указанные места в помещениях защитного сооружения;
* выполнять правила внутреннего распорядка, все распоряжения личного состава группы (звена) по обслуживанию защитного сооружения ГО;
* соблюдать спокойствие, пресекать случаи паники и нарушений общественного порядка, оставаться на местах в случае отключения освещения;
* поддерживать чистоту и порядок в помещениях;
* содержать в готовности средства индивидуальной защиты;
* выполнять работы по подаче воздуха в защитное сооружение с помощью вентилятора с ручным или электроручным приводом по распоряжению командира группы (звена) по обслуживанию защитного сооружения ГО;
* оказывать помощь группе (звену) по обслуживанию защитного сооружения ГО при локализации или ликвидации аварий и устранении повреждений инженерно-технического оборудования;
* выполнять работы по уборке помещений по распоряжению старших групп;
* соблюдать правила безопасности, в том числе не входить в фильтровентиляционное помещение, помещение ДЭС, не прикасаться к электрическим рубильникам и электрооборудованию, к баллонам с сжатым воздухом, регенеративным установкам, герметическим клапанам (ГК), клапанам избыточного давления (КИД), запорной арматуре систем водоснабжения, канализации, теплоснабжения, к дверным затворам и др. оборудованию.

Укрываемым в защитных сооружениях запрещается:

* курить и употреблять спиртные напитки;
* приводить (приносить) в сооружение домашних животных;
* приносить легковоспламеняющиеся, взрывоопасные вещества, вещества с резким запахом, а также громоздкие вещи;
* шуметь, громко разговаривать, ходить без особой надобности по сооружению, открывать двери, выходить из сооружения;
* включать радиоприемники, магнитофоны и другие радиосредства;
* применять источники освещения с открытым пламенем.

Вывод людей из защитных сооружений (укрытий) производится по команде командира формирования обслуживания (группы, звена) в зависимости от обстановки на поверхности земли.

***5. Планирование, обеспечение и проведение эвакуационных мероприятий.***

Термины и определения основных понятий.

**Эвакуация** *-* комплекс мероприятий по организованному вывозу или выводу гражданского персонала объектов экономики (ОЭ), переносящих свою деятельность в загородную зону или прекращающих её в чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, нетрудоспособного и незанятого в производстве населения, а также населения, проживающего в зонах возможного катастрофического затопления.

**Эвакуационные мероприятия** *-* комплекс мероприятий по организованному вывозу или выводу населения из зон чрезвычайных ситуаций или зон вероятных чрезвычайных ситуаций, а также жизнеобеспечению эвакуированных в районе их размещения.

**Эвакуационный орган** *-* нештатный орган, на который непосредственно возлагается планирование, организация и проведение эвакуации населения.

**Эвакуационная комиссия (ЭК)** *-* исполнительный орган, созданный для решения задач по планированию, организации и проведению эвакуации населения из районов чрезвычайной ситуации.

**Объектовая эвакуационная комиссия (ОЭК)** – эвакуационный орган, организующий и осуществляющий эвакуацию работников организаций (объектов экономики) и членов их семей.

**Сборный эвакуационный пункт (СЭП)** *-* эвакуационный пункт, предназначенный для сбора и учёта эвакуированного населения, формирования эвакуационных колонн и эшелонов, посадки на транспорт и отправки эвакуируемых в безопасные районы (загородные зоны).

**Приемный эвакуационный пункт (ПЭП)** *-* эвакуационный пункт, развертываемый в пунктах высадки эвакуируемого из зон чрезвычайных ситуаций населения и предназначенный для встречи и отправки эвакуируемого из зоны чрезвычайной ситуации населения в места последующего размещения.

**Загородная зона (ЗЗ)** *-* территория, находящаяся вне пределов зоны вероятной чрезвычайной ситуации, установленной для населенных пунктов, имеющих потенциально опасные объекты народного хозяйства и иного назначения, подготовленная для размещения эвакуируемого населения. Загородная зона располагается вне зон возможных разрушений, возможного опасного химического заражения, возможного катастрофического затопления, возможного опасного радиоактивного заражения (загрязнения).

**Безопасный район** *-* территория в пределах загородной зоны, расположенная вне зон возможных чрезвычайных ситуаций, подготовленная для обеспечения жизнедеятельности местного и эвакуированного населения, а также размещения и хранения материальных и культурных ценностей.

**Зона чрезвычайной ситуации** *-* это территория, на которой сложилась чрезвычайная ситуация.

В условиях неполной обеспеченности работников объекта экономики и членов их семей защитными сооружениями проведение эвакуационных мероприятий по их вывозу (выводу) и размещению в загородной зоне является основным (необходимым) способом защиты от чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

Эвакуационные мероприятия на ОЭ осуществляются в целях:

* снижения вероятных потерь работников ОЭ;
* обеспечения устойчивого функционирования ОЭ, продолжающих свою производственную деятельность в чрезвычайных ситуациях;
* обеспечения условий для создания в загородной зоне группировок сил и средств, предназначенной для ведения аварийно-спасательных и других неотложных работ при ликвидации чрезвычайной ситуации.

Эвакуационные мероприятия включают эвакуацию работников ОЭ и членов их семей, а также материальных и культурных ценностей в безопасные районы.

Выбор безопасных районов для размещения эвакуируемого населения осуществляется ЭК и территориальными органами МЧС России на основе сравнительной оценки возможностей по удовлетворению потребностей населения в жилье, защитных сооружениях, воде и других видах первоочередного жизнеобеспечения, а также условий для создания группировок сил, предназначенных для ведения спасательных и других неотложных работ в зонах ЧС, возможностей дорожно-транспортной сети, возможностей выполнения работ по форсированной подготовке простейших защитных сооружений и жилья при угрозе ЧС за счет местных ресурсов.

Эвакуация ОЭ планируется и осуществляется комбинированным способом, обеспечивающим в короткие сроки вывоз в загородную зону части эвакуируемого населения всеми видами имеющегося транспорта независимо от форм собственности с одновременным выводом остальной его части пешим порядком.При этом предусматривается максимальное использование всех возможностей транспорта.Численность населения, вывозимого транспортом, определяется ЭК ОЭ в зависимости от наличия транспорта, состояния дорожной сети, ее пропускной способности и других условий.

В первую очередь транспортом вывозятся:

* работники ОЭ;
* члены семей работников ОЭ, которые не могут передвигаться пешим порядком (беременные женщины, женщины с детьми до 14 лет, больные, находящиеся на амбулаторном лечении, мужчины старше 65 лет и женщины старше 60 лет).

Работающие смены ОЭ, продолжающих производственную деятельность в условиях ЧС, с момента начала эвакуационных мероприятий остаются на своих рабочих местах в готовности к укрытию в защитных сооружениях ГО.

В зависимости от масштабов, особенностей возникновения и развития ЧС проводится частичная и общая эвакуация.Частичная эвакуация проводится без нарушения действующих графиков работы транспорта. При этом эвакуируются члены семей работников ОЭ, материальные и культурные ценности, подлежащие первоочередной эвакуации.Общая эвакуация проводится для всех категорий населения, за исключением нетранспортабельных больных, обслуживающего их персонала.

Задачами эвакуационной комиссии ОЭ являются:

**а) в режиме повседневной деятельности:**

* разработка и ежегодное уточнение плана эвакуации ОЭ;
* планирование и осуществление мероприятий по освоению закреплённого безопасного района загородной зоны, подготовка поквартирной схемы размещения работников ОЭ и членов их семей в загородной зоне;
* подготовка предложений руководителю ОЭ о составе администрации СЭП, назначении начальников (старших) эвакуационных эшелонов, старших по автомобильным и пешим колоннам;
* организация подготовки личного состава администрации СЭП, начальников (старших) эвакуационных эшелонов, колон, групп ЭК к практической работе по предназначению;

**б) в режиме повышенной готовности:**

* уточнение плана эвакуации, мероприятий по его обеспечению, а также списков эвакуируемых работников ОЭ и членов их семей;
* подготовка к развёртыванию и развёртывание СЭП, приведение в готовность имеющихся защитных сооружений;
* уточнение с ЭПК порядка приёма, размещения и обеспечения работников ОЭ и членов их семей в загородной зоне;

**в) с получением распоряжения на проведение эвакуации:**

* оповещение работников ОЭ и членов их семей о начале эвакуации, времени прибытия на СЭП;
* постановка задач начальникам (старшим) эвакуационных эшелонов, старшим по автомобильным и пешим колоннам, вручение им списков эвакуируемых, входящих в состав колонны (эшелона);
* поддержание взаимодействия с транспортными органами, выделяющими транспортные средства для вывоза работников ОЭ и членов их семей в загородную зону;
* ведение учёта и доведение до вышестоящей ЭК сведений о количестве вывезенных в загородную зону работников ОЭ и членов их семей (по времени, видам транспорта);
* обеспечение защиты эвакуируемого населения на СЭП, пунктах посадки, ППЭ;
* организация и обеспечение взаимодействия с ЭПК.

Проведение эвакуационных мероприятий.

Оповещение ОЭ о проведении эвакуации проводится с использованием систем централизованного оповещения и связи местного уровня, локальных систем оповещения, радиовещательных и телевизионных станций.Эвакуация населения в безопасные районы осуществляется путем вывоза части населения всеми видами транспорта независимо от его принадлежности и форм собственности, привлекаемого в соответствии с законодательством Российской Федерации с одновременным выводом остальной части населения пешим порядком.

Эвакуация материальных и культурных ценностей в безопасные районы осуществляется транспортными средствами ОЭ, а также приданым транспортом.Для эвакуации материальных и культурных ценностей формируются специальные колонны, сопровождаемые сотрудниками органов внутренних дел и лицами, ответственными за сохранность этих ценностей на маршруте эвакуации.

При угрозе возникновения ЧС осуществляются следующие подготовительные мероприятия к проведению эвакуации ОЭ:

* приведение в готовность и развертывание эвакуационных органов;
* уточнение списков работников ОЭ и членов их семей, подлежащих эвакуации;
* уточнение расчетов на вывод населения пешим порядком и вывоз его всеми вида ми имеющегося транспорта;
* контроль за подготовкой маршрутов эвакуации населения пешим порядком (ремонт мостов, прокладка колонных путей, устройство пешеходных переходов на водных преградах и других естественных препятствиях, установка указателей и т.п.);
* контроль за подготовкой транспортных средств к выполнению эвакуационных перевозок;
* уточнение (проверка) системы связи и оповещения;
* подготовка к проведению всех видов разведки;
* подготовка имеющихся защитных сооружений ГО и организация строительства простейших укрытий вблизи СЭП, пунктов посадки на транспорт;
* подготовка районов размещения в загородной зоне;
* ускоренное строительство недостающих укрытий в районах размещения, на ППЭ, в местах привалов на маршрутах пешей эвакуации;
* уточнение порядка медицинского обеспечения;
* уточнение мероприятий по охране общественного порядка и обеспечению безопасности дорожного движения;
* осуществление мероприятий по подготовке и выдаче эвакуируемому населению средств индивидуальной защиты.

При проведении эвакуационных мероприятий эвакуационная комиссия ОЭ:

* уточняет номера эвакуационных эшелонов (поездов, судов), автомобильных;
* колонн, выделяемых ОЭ для эвакуационных перевозок, сроки подачи транспортных средств к пунктам посадки;
* организует своевременное оповещение, сбор и регистрацию на СЭП работников ОЭ и членов их семей;
* формирует маршевые колонны для следования пешим порядком, уточняют маршруты движения, исходные пункты и порядок выхода к ним, инструктируют
* начальников (старших) пеших колонн, эвакуационных эшелонов и автомобильных колонн, обеспечивают их выписками из схемы марша и средствами связи;
* организует отправку пеших колонн, посадку эвакуируемого населения на транспортные средства, контролируют отправку транспорта;
* оказывает помощь органам местного самоуправления загородной зоны в организации приема, размещения и защиты прибывающего к ним эвакуируемого населения.

**Обеспечение эвакуационных мероприятий на объектах экономики.**

Для организованного проведения эвакуации населения заблаговременно планируются, подготавливаются и осуществляются мероприятия по следующим видам обеспечения: связи и оповещения, транспортному, медицинскому, охране общественного порядка и безопасности движения, инженерному, материально-техническому, финансовому, разведке и коммунально-бытовому.

**Оповещение** о начале эвакуации руководящего состава ОЭ осуществляют вышестоящие органы управления, а также руководство соответствующих отраслей экономики по ведомственным системам связи.Для дополнительного информирования и инструктирования эвакуируемого населения используются местные сети вещания, сети кабельного вещания и т.п.

**Транспортное обеспечение** включает комплекс мероприятий по подготовке, распределению и эксплуатации транспортных средств, предназначенных для выполнения эвакуационных перевозок.

**Медицинское обеспечение** эвакуации ОЭ включает проведение организационных, лечебных, санитарно-гигиенических и противоэпидемических мероприятий, направленных на охрану здоровья эвакуируемого населения, своевременное оказание медицинской помощи заболевшим и получившим травмы в ходе эвакуации.

**Охрана общественного порядка и обеспечение безопасности движения** возлагаются на органы внутренних дел, закрепленные за соответствующей территорией, а также НФГО ОЭ.

**Инженерное обеспечение** эвакуации осуществляется путем оборудования объектов инженерной инфраструктуры в местах сбора эвакуируемого населения, на маршрутах эвакуации и в районах размещения в загородной зоне.

**Материально-техническое обеспечение** эвакуации заключается в организации технического обслуживания и ремонта транспортных средств в ходе эвакуации, снабжении горюче - смазочными материалами и запасными частями, водой, продуктами питания и предметами первой необходимости, обеспечении эвакуационных органов необходимым имуществом.

**Коммунально-бытовое обеспечение** эвакуируемого населения в местах его размещения в загородной зоне осуществляют предприятия жилищно-коммунального хозяйства органов местного самоуправления.

***6. Действия при возникновении чрезвычайных ситуаций.***

**Во время гололеда.**

Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободными. Хорошо использовать палку с заостренным металлическим наконечником. Если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения.

**Во время сильной метели.**

Выходите из зданий лишь в исключительных случаях и только не в одиночку. Сообщите членам семьи или соседям, куда Вы идете. В автомобиле можно двигаться только по большим дорогам и шоссе. При выходе из машины не отходите от неё за пределы видимости. Если Вас покидают силы, ищите укрытие и оставайтесь в нем.

**При обморожении.**

Растирайте рукой отмороженные части тела. В отапливаемом помещении согрейте обмороженную часть тела, растерев спиртом,водкой, одеколоном сухой шерстяной тканью, фланелью. Затем наложить сухую повязку и утеплить ватой или тканью.

**При тепловом поражении.**

Немедленно перейдите в тень, на ветер или примите душ, медленно выпейте много воды. Постарайтесь охладить тело, чтобы избежать теплового удара. В случае потери сознания кем-то из окружающих, проведите реанимационные мероприятия (массаж сердца и искусственное дыхание).

**При землетрясении, обрушении здания**.

Ощутив колебания здания – первые толчки, не поддавайтесь панике, у Вас есть 15-20 секунд. Быстро выйдете из здания, взяв документы, деньги и предметы первой необходимости. Не пользуйтесь лифтом! Находясь на улице, не стойте вблизи зданий и сооружений – выйдите на открытое место. Если Вы вынужденно остались в здании, то откройте входную дверь, встаньте в безопасном месте: у внутренней стены в углу во внутреннем стенном проеме или у несущей опоры, после прекращения толчков покиньте помещение.

Если Вы находитесь в автомобиле, оставайтесь в нем до прекращения толчков, но на открытом месте.

Если Вы оказались в завале, по возможности окажите себе первую медицинскую помощь. Попытайтесь осмотреться и поискать возможный выход, постарайтесь определить, где Вы находитесь, нет ли рядом других людей, подайте голос, поищите в карманах и вокруг себя предметы, которыми можно подать звуковые сигналы. Голосом и стуком привлекайте внимание людей, перемещая влево - вправо любой металлический предмет помогайте обнаружить себя металлолокатором. Если есть узкий лаз – протиснитесь в него, расслабив мышцы и прижав локти к телу. Продвигайтесь осторожно, стараясь не вызвать нового обвала, не зажигайте огонь – берегите кислород. Если возможно, с помощью кирпичей досок укрепите потолок от обрушения и дожидайтесь помощи. При сильной жажде положите в рот гладкий камешек или обрывок носового платка и сосите его, дыша носом.

**При грозе.**

Во время ударов молнии не подходите близко к электропроводке, восточным трубам, не стойте рядом с окном, выключите электроприборы. В лесу не стойте возле высоких деревьев особенно сосен и тополей. Не находитесь в водоеме или на его берегу, спуститесь с возвышенного места в низину. Находясь в автомобиле, не покидайте его, закройте окна и опустите антенну радиоприемника.

**Во время урагана, бури, смерча.**

Находясь в здании, отойдите от окна и займите безопасное место у стен внутренних помещений – в коридоре, в ванной, в туалете, в прочных шкафах, под столом. Отключите электроэнергию.

На улице держитесь дальше от легких построек, линий электропередачи, мачт, вышек, деревьев, водоемов, и промышленных объектов. Для защиты от летящих обломков и осколков используйте ящики, картонные коробки и другие подручные средства. Старайтесь быстрее укрыться в каменных зданиях, подвалах и других заглубленных помещениях. Не заходите в поврежденные и ветхие здания.

**При химических авариях.**

Закройте окна, отключите электроэнергию, наденьте одежду и головной убор из плотной ткани, резиновую обувь, возьмите документы, деньги, теплые вещи, 3-суточный запас непортящихся продуктов в герметичной упаковке, оповестите соседей и быстро выходите из зоны возможного заражения перпендикулярно направлению ветра. Для защиты органов дыхания используйте противогаз, респиратор или ватно-марлевую повязку или кусок ткани, смоченный водой.

При невозможности покинуть зону заражения плотно закройте окна, двери, вентиляционные отверстия. Имеющиеся в них щели заклейте бумагой или скотчем.

**При радиационной аварии.**

Находясь на улице, немедленно защитите органы дыхания платком, шарфом, косынкой и поспешите укрыться в помещении. Оказавшись в укрытии, снимите верхнюю одежду и обувь, поместите их в пластиковый пакет и примите душ. Закройте окна и двери, включите телевизор, радиоприемник для получения дополнительной информации об аварии и указаний местных властей о Ваших дальнейших действиях. Загерметизируйте вентиляционные отверстия и щели на окнах и дверях. Сделайте запас воды и продуктов в герметичных емкостях. Приготовьте плащи из полиэтиленовой пленки, резиновые сапоги и перчатки или побольше полиэтиленовой пленки для упаковки необходимых вещей, документов, продуктов на случай эвакуации. Для защиты органов дыхания используйте те же средства, что и при химической **аварии.**

**При железнодорожной аварии.**

Сразу после аварии быстро выбирайтесь из вагона через дверь или окна – аварийные выходы, гак как высока вероятность пожара. Покидайте вагон только на полевую сторону пути, взяв с собой документы, деньги, одежду или одеяла. При пожаре в вагоне закройте окна, чтобы ветер не раздувал пламя, и уходите от пожара в передние вагоны, а если это невозможно – в конец поезда, плотно закрывая за собой двери. Прежде чем выйти в коридор, подготовьте защиту для дыхания: шапки, шарфы, куски ткани, смоченные водой. Помните, что при пожаре материал облицовки стен вагонов выделяет токсичный газ, опасный для жизни.

**При аварии на воздушном судне.**

При декомпрессии немедленно наденьте кислородную маску. Не пытайтесь до этого оказывать кому-либо помощь, даже если это Ваш ребенок. Вы не успеете помочь себе и оба останетесь без кислорода. Сразу после надевания масок пристегните ремни безопасности и приготовьтесь к резкому снижению.

При пожаре в самолете наибольшую опасность представляет дым, поэтому дышите через хлопчатобумажные или шерстяные элементы одежды, по возможности смоченные водой. Пробираясь к выходу, двигайтесь пригнувшись или на четвереньках, так как внизу салона задымленность меньше. Защитите открытые участки тела от воздействия огня, используя одежду, пледы. После приземления и остановки самолета немедленно направляйтесь к ближайшему выходу, так как велика вероятность взрыва. Если проход завален, пробирайтесь через кресла, опуская их спинки. После выхода из самолета удалитесь от него как можно дальше и лягте на землю, прижав голову руками – возможен взрыв.

При жесткой посадке тщательно подгоняйте ремень безопасности, проверяйте, нет ли у Вас над головой тяжелых чемоданов. Освободите карманы от острых предметов, согнитесь и плотно сцепите руки под коленями. Голову уложите на колени или наклоните как можно ниже. Ноги уприте в пол, выдвинув их как можно дальше, но не под переднее кресло. В момент удара максимально напрягитесь и подготовьтесь к значительной перегрузке. Ни при каких обстоятельствах не покидайте своего места до полной остановки самолета.

**При аварии на водном транспорте.**

Помните, что решение об оставлении судна принимает только капитан. Перед посадкой в шлюпку или на спасательный плот оденьте на себя побольше одежды, а сверху – спасательный жилет. Если есть возможность, возьмите с собой одеяла, дополнительную одежду, питьевую воду, еду. Если Вы вынуждены прыгать с борта корабля в воду, то желательно с высоты не более 5 метров, закрыв рот и нос одной рукой, второй крепко держась за жилет. Плывите только к спасательному средству. Находясь в воде, подавайте сигнал свистком или поднятой рукой, при отсутствии спасательных средств двигайтесь как можно меньше, чтобы сохранить тепло – сгруппируйтесь в спасательном жилете, обхватив руками с боков грудную клетку и поднимите бедра повыше, чтобы вода меньше омывала область паха. Если у Вас нет спасательного жилета, поищите глазами какой-нибудь плавающий предмет и ухватитесь за него, чтобы легче держаться на плаву до прибытия спасателей, отдыхайте лежа на спине.

**При утечке магистрального газа.**

Почувствовав в помещении запах газа, немедленно перекройте его подачу к плите и отключите электроэнергию. При этом не курите, не зажигайте огня. Проветрите помещение, открыв все окна и двери, и покиньте его до исчезновения запаха газа. Если запах не исчезает срочно вызовите аварийную службу.

**При пожаре и взрыве.**

При обнаружении возгорания реагируйте на пожар быстро, используя все доступные способы для тушения огня (песок, воду, огнетушители). Если потушить огонь в кратчайшее время невозможно, вызовите пожарную охрану и покиньте горящее помещение. При эвакуации не пользуйтесь лифтами, горящие помещения проходите быстро, задерживая дыхание, защитив нос и рот влажной тканью. В сильно задымленном помещении передвигайтесь ползком или пригнувшись – в прилегающем к полу пространстве чистый воздух сохраняется дольше. Не подходите к взрывоопасным предметам. При угрозе взрыва ложитесь на живот, защищая голову руками, дальше от окон, застекленных дверей, проходов, лестниц. При невозможности самостоятельной эвакуации, обозначьте свое местоположение, свесив из окна белую простыню, штору, предмет одежды. Если к спасению один путь – окно, бросьте вниз матрасы, подушки, ковры, сократите высоту прыжка, используя привязанные к батареям веревки, шторы, простыни.

**Опасные ситуации в метро.**

Если эскалатор разогнался, а тормоза не сработали, единственное верное решение – перескочит через балюстраду на соседнюю лестницу.

Если Вы оказались на пути, не пробуйте подтянуться за край платформы: именно под ней идет 800-вольтный контактный рельс. Если поезд еще не въезжает на станцию, бегите к «голове» платформы (к часам). Если поезд показался, ложитесь между рельсами.

**При нападении собаки.**

К нападающей собаке повернитесь лицом, примите боевую стойку или, если уверены в себе, бросьтесь ей навстречу, но ни в коем случае не поворачивайтесь к собаке спиной и не убегайте. Для защиты используйте палку, зонтик, камни, одновременно отступая к укрытию (забору, дому) спиной. По возможности обмотайте плащом, пиджаком предплечье и руку, а затем, выставив ее вперед, спровоцируйте собаку на укус и сильно ударьте ее по верхней челюсти, Если собака сбила Вас с ног, то упадите на живот и закройте руками шею. Помните, что болевыми точками у собак являются нос, пах и язык.

**При нападении преступника.**

Если на вас напали и Вы заведомо слабее преступника, то бегите.

При неизбежности столкновения привлеките внимание прохожих и ближайших жителей призывом о помощи. При попытке вооруженного ограбления, без всякого сопротивления расстаньтесь с деньгами и прочими ценностями.

Если Вам угрожают убийством или изнасилованием, то попытайтесь вывести нападающего из строя, действуя смело, решительно и неожиданно, с максимально возможной силой. Отвлеките внимание нападающего, после чего быстро ударьте его в уязвимые места: рукой по ушам, в нос, под подбородок или ногой (стопой, коленом) по голени, колену, в пах. Смотрите преступнику прямо в глаза, чтобы не выдать место планируемого удара.

В качестве оружия самозащиты применяйте любой имеющийся предмет: горящую сигарету, ручку или карандаш, связку ключей, песок, туфли с каблуком-шпилькой, зонтик, палку, разбитую бутылку, камень.

Если на вас напали сзади, обхватив шею руками, ударьте противника локтем в солнечное сплетение (живот) или ногой по голени, ступне.

Если на Вас напали спереди, ткните распрямленными пальцами руки в глаза или в горло нападающего.

**При террористическом акте.**

При захвате самолета (автобуса, помещения) не привлекайте к себе внимание террористов, осмотрите салон (помещение) и отметьте места возможного укрытия в случае стрельбы. Снимите ювелирные украшения. Не смотрите в глаза террористам, не передвигайтесь по салону (помещению), не открывайте сумки и не суйте руки в карманы без разрешения. Женщинам в мини-юбках желательно прикрыть ноги. Если начнется штурм – ложитесь на пол между креслами и ждите его окончания. После освобождения немедленно покиньте самолет (автобус, помещение), так как он может быть заминирован.

Если Вы попали в перестрелку на улице, сразу же ложитесь на землю и осмотритесь. Выберите ближайшее укрытие (подъезд, подземный переход, выступ здания, памятник, бетонный столб, бордюр, канава), и проберитесь к нему, не поднимаясь в полный рост. Спрячьтесь и дождитесь окончания перестрелки. Находясь во время перестрелки дома – укройтесь в ванной комнате, туалете, кладовке и лягте на пол. Находиться в комнате с окнами опасно из-за возможности рикошета.

Если Вы обнаружили взрывоопасный (подозрительный) предмет на улице или в помещении, не подходите к нему, попросите находящихся рядом людей или сами сообщите в милицию и немедленно уйдите из помещения.

Если Вы обнаружили взрывоопасный (подозрительный) предмет в транспорте, немедленно сообщите об этом водителю (машинисту), удалитесь от этого предмета как можно дальше и постарайтесь быстрее покинуть транспортное средство.

**Действия населения при разливе ртути в домашних условиях**.  
**Это нужно знать.**  
Ртуть применяется в термометрах, манометрах, газоразрядных приборах. Ртуть и ее соединения ядовиты. Она легко испаряется даже при низкой температуре.

**Это нужно помнить.**

Даже кратковременный контакт со ртутью приводит к серьезным проблемам со здоровьем. У человека может пропасть аппетит, начаться бессонница, насморк, диарея, слезотечение, раздражение кожи, в ряде случаев возникают провалы памяти. В случае, если человек долгое время контактировал со ртутью, это может привести к серьезным проблемам: резкой потере веса, повреждениям головного мозга, почек, легких, иммунной системы и пр.

**Что ни в коем случае нельзя делать.**

• Использовать пылесос. Если Вы пытаетесь собрать ртуть с помощью пылесоса, это приведет к еще большему распространению паров ртути. Если пылесос был использован - его необходимо немедленно выбросить.

• Использовать метлу или швабру. В этом случае шарики ртути будут разбиты на еще более мелкие частицы, которые невероятно трудно собрать.

• Выбрасывать ртуть в унитаз. Она может осесть в канализационных трубах и продолжит оказывать негативное влияние на здоровье людей. Извлечь ртуть из канализации невероятно трудно.

• Стирать одежду или предметы, контактировавшие с ртутью в стиральной машинке или использовать для очистки посуды посудомоечную машину. Одежду и обувь, контактировавшие со ртутью, следует немедленно выбросить.

**Это нужно уметь.**

При разливе большого количества ртути необходимо быстро покинуть опасное место и срочно вызвать специалистов.

• Немедленно откройте окна в зараженном помещении. Выключите искусственную вентиляцию. Удалите детей и домашних животных.

• Ртуть можно легко удалить с линолеума, дерева и иных гладких поверхностей.

• Если ртуть попала на ковер или ковровое покрытие. Этот участок необходимо вырезать, тщательно упаковать и выбросить.

**Что необходимо использовать для удаления ртути.**

Для удаления ртути можно использовать полиэтиленовые пакеты, плотные мешки для мусора, резиновые или латексные перчатки, респиратор, бумажные полотенца или салфетки, картонку или скребок с резиновым кончиков, клейкую ленту (скотч), крем для бритья, резиновую грушу, фонарик.

Для удаления ртути прежде всего необходимо убрать осколки стекла. Их следует аккуратно переместить в пластиковый пакет, который тщательно закрыть. С помощью картонки или скребка медленными плавными движениями переместить ртуть на бумажное полотенце, которое также следует опустить в мешок. Для сбора отдельных частиц можно использовать клейкую ленту. После того как видимые частицы ртути удалены, используйте крем для бритья, для того, чтобы обильно покрыть место, где разбился градусник. Пену необходимо тщательно собрать. Используйте фонарик, чтобы найти частицы ртути, которые могут быть не видны при обычном освещении. Все предметы, которые использовались для удаления ртути, следует так же упаковать в мешки для мусора. После того как помещение очищено, следует открыть окна и включить вентиляцию. Желательно не заходить в эту комнату по меньшей мере 24 часа. После этого можно тщательно вымыть полы водой (до этого воду использовать категорически не рекомендуется).

Если помещение заражено значительным количеством ртути (больше, чем содержится в градуснике):

• Изолируйте это помещение.

• Откройте окна.

• Не давайте никому приблизиться к этому помещению.

* Не включайте поблизости вентиляторы, пылесосы, фены и пр.

• Немедленно сообщите о происшествии компетентным службам.

**ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ.**

***Искусственное дыхание:***

- пострадавшего положить на горизонтальную поверхность;

- очистить рот и глотку пострадавшего от слюны, слизи, земли и других посторонних предметов, если челюсти плотно сжаты – раздвинуть их;

- запрокинуть голову пострадавшего назад, положив одну руку на лоб, а другую на затылок;

- сделать глубокий вдох, нагнувшись к пострадавшему, герметизировать губами область его рта и сделать выдох. Выдох должен длиться около 1 секунды и способствовать подъему грудной клетки пострадавшего. При этом ноздри пострадавшего должны быть закрыты, а рот накрыт марлей или носовым платком из соображений гигиены;

- частота искусственного дыхания – 16-18 раз в минуту;

- периодически освобождать желудок пострадавшего от воздуха, надавливая на подложечную область.

***Массаж сердца:***

- пострадавшего уложить на спину на ровную и твердую поверхность, расстегнуть ремень и ворот одежды;

- стоя с левой стороны, наложить одну ладонь кисти на нижнюю треть грудины, вторую ладонь положить крестообразно сверху и произвести сильное дозированное давление по направлению к позвоночнику;

- надавливания производить в виде толчков, не менее 60 в 1 минуту.

При проведении массажа сердца у взрослого необходимо значительное усилие не только рук, но и всего корпуса. У детей массаж производят одной рукой, а у грудных и новорожденных – кончиками указательного и среднего пальцев с частотой 100-110 толчков в минуту.

Эффективность непрямого массажа сердца обеспечивается только в сочетании с искусственным дыханием. Их удобнее проводить вдвоем. При этом первый делает одно вдувание воздуха в легкие, затем второй производит 5 надавливаний на грудную клетку.

Если у пострадавшего восстановилась сердечная деятельность, определился пульс, лицо порозовело, то массаж сердца прекращают, а искусственное дыхание продолжают в том же ритме до восстановления самостоятельного дыхания.

***Остановка кровотечения.***

Осуществляется путем придания кровоточащей области приподнятого положения, наложения давящей повязки, максимального сгибания конечности в суставе и сдавливания при этом, проходящих в данной области сосудов, пальцевое прижатие, наложение жгута.

При отсутствии жгута может быть использован любой подручный материал (резиновая трубка, ремень, шнурок, веревка, платок, палка).

Порядок наложения кровоостанавливающего жгута:

1. Жгут накладывают при повреждении крупных артерий конечностей выше раны, чтобы он полностью пережимал артерию.

2. Под жгут подкладывают мягкую ткань (бинт, одежду), делают несколько витков до полной остановки кровотечения. Витки должны ложиться вплотную один к другому, чтобы между ними не попадали складки одежды.

3. Концы жгута надежно фиксируют (завязывают). Правильно затянутый жгут должен привести к остановке кровотечения и исчезновению периферического пульса.

4. К жгуту обязательно прикрепляется записка с указанием времени его наложения.

5. Жгут накладывается не более чем на 1,5 – 2 часа, а в холодное время года – на 1 час.

6. При крайней необходимости более продолжительного пребывания жгута на конечности его ослабляют на 5 – 10 минут (до восстановления кровоснабжения конечности), производя при этом пальцевое прижатие поврежденного сосуда.

***При обмороке:***

- уложить пострадавшего на спину так, чтобы голова была несколько опущена, а ноги приподняты;

- освободить шею и грудь от стесняющей одежды;

- тепло укрыть, приложить грелку к ногам;

- натереть виски нашатырным спиртом и поднести к носу ватку, смоченную в нем;

- лицо обрызгать холодной водой;

- при затянувшемся обмороке сделать искусственное дыхание;

- после прихода в сознание дать горячее питье.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_-