Бахмутські територіальні курси ЦЗ та БЖД
(ІІІ категорії)

ЯК ПІДГОТУВАТИСЯ ДО НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ

пам'ятка

Відомо, що попереджений – значить, озброєний. Щоб чітко і адекватно діяти у надзвичайних ситуаціях, які можуть виникнути будь-де і будь-коли, особливо у цей непростий для нашої України час, треба бути до них готовими. Ця пам'ятка зроблена у форматі паспорту – її зручно зберігати і мати постійно із собою. Сподіваємось, що найближчим часом бойові дії на Сході України будуть завершені і нам не доведеться на практиці застосовувати ці знання. Однак, нестандартні ситуації можуть виникати і в повсякденному житті.

ЯК ПОВОДИТИСЬ У ТЕПЕРІШНІХ УМОВАХ

Звертайте увагу на підозрілих осіб з нетиповою поведінкою (людина, яка тягне великий вантаж, часто озирається, виявляє інтерес до режиму роботи конкретних об'єктів, особливо стратегічного значення, розмовляє з акцентом тощо).

Запам'ятайте прикмети підозрілих людей і негайно повідомте про це співробітників поліції або Служби безпеки або міську оперативну службу за телефоном **102.**

Звертайте увагу на підозрілі предмети в транспорті або в людних місцях (господарські сумки, коробки тощо).

Негайно повідомте про знахідку співробітників поліції.

Будьте уважні, уважні і ще раз – уважні!

ЯК ПІДГОТУВАТИСЯ ДО НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ

Укомплектуйте і тримайте вдома заздалегідь зібрану "тривожну" валізу (рюкзак).

Вміст "тривожної" валізи:

• всі важливі документи (паспорт, свідоцтва про народження та шлюб, військовий квиток, право власності на майно тощо), складені у водонепроникний пакет;

• гроші;

• олівці, папір, записник із важливими для вас контактами;

• аптечка першої допомоги, медикаменти, ватно-марлева пов'язка чи респіратор;

• сірники, свічки, свисток;

• портативний радіоприймач, ліхтар, батарейки;

• паперові рушники, туалетний папір, гігієнічні серветки;

• зубна паста, зубна щітка, мило, шампунь, рідкий відбілювач;

• ніж, ножиці, пластиковий або металевий посуд (чашка, глибока миска, ложка);

• туристичний килимок, спальник або ковдра, взуття, одяг, рушник;

• запас води з розрахунку 3-5 літрів на людину;

• запас продуктів на 3 дні, зокрема тих, які не потребують приготування (консерви, сухарики,

крекери, соки, вітаміни, шоколад, цукерки, горіхи, сухофрукти);

• алюмінієва фольга, мішки для сміття.

У разі евакуації вам також стане в нагоді туристичний намет. У кишеню (особливо це стосується дітей) покладіть записку з іменем дитини, номером телефону та іншими вашими координатами.

Ви можете зробити це зараз же – зразок такого бланку:

ПАМ'ЯТКА З ОСОБИСТИМИ ДАНИМИ ДИТИНИ

Прізвище	
Ім'я	
По батькові	
Домашня адреса	
Домашній телефон	
Група крові	
Телефон рідних	

Хочемо наголосити – перевірте та відновіть радіоточку у вашому помешканні!

У разі відключення електроенергії, це буде один із небагатьох засобів зв'язку для оголошення важливих повідомлень.

Про кожен вид загрози **буде повідомлятись всіма можливими способами – радіо, телебачення, гучномовці тощо.** Нехай ваші засоби комунікації завжди будуть в належному стані.

БОМБАРДУВАННЯ ЧИ АРТИЛЕРІЙСЬКИЙ ОБСТРІЛ

Про цю ситуацію повідомляє **сигнал сирени з перервами через кожні 3 хвилини ("Повітряна небезпека").**

Якщо сигнал застав вас **удома,** необхідно:

1) **вимкнути газ, всі електроприлади**, відключити джерела газо- та електропостачання;

2) одягнути дітей, взяти "тривожну" валізу, попередити сусідів, якщо вони не почули сигналу;

3) вийти з дому та якнайшвидше знайти **природнє укриття.**

Якщо обстріл застав вас **в автомобілі чи громадському транспорті:**

1) негайно **залиште транспорт;**

2) **відбіжіть від дороги** в напрямі від будівель і споруд, заляжте на землю;

3) не панікуйте, озирніться і очима пошукайте надійніше укриття;

4) **перебіжіть в укриття** короткими швидкими кроками відразу після наступного вибуху.

Найкращі для укриття місця:

• канава, траншея або яма;
• широка труба водостоку;
• підземне овочесховище або погріб;
• оглядова яма СТО або гаражу;
• каналізаційний колодязь;
• яма–"воронка", що залишилася від попереднього обстрілу або авіанальоту.

У найгіршому випадку просто лягайте на землю і лежіть, закривши голову руками.

Переважна більшість снарядів чи бомб розриваються у верхньому шарі ґрунту або асфальту, тому осколки у момент вибуху розлітаються на висоті не менше 30-50 см над поверхнею.

Отже, **загальне правило:** ваше укриття має бути хоч мінімально поглибленим і, в той же час, повинно знаходитися чим далі від споруд.

Ідеальний захист дає траншея або канава.

Траншея або канава (подібна до окопу) глибиною 1-2 метри, на відкритому просторі.

Важливо: при бомбардуванні чи артобстрілі **тримайте рот злегка відкритим** – це убереже вас від контузії при близькому вибуху.

Не підходять для укриття:

• під'їзди будь-яких будівель, навіть невеликі прибудовані споруди;
• території, ближче 30-50 метрів до багатоповерхових будинків;

• місця під різною технікою (скажімо, під вантажівкою або під автобусом);
• звичайні підвали будинків – є великий ризик опинитися під масивними завалами;
• стіни офісів чи вітрини магазинів – від вибухової хвилі падатиме багато скла.

Не піднімайте із землі ніяких незнайомих предметів!

Бойові елементи часто розриваються при падінні, але можуть вибухнути і пізніше – від щонайменшого руху або дотику.

Особливо проінструктуйте з цього приводу дітей!

ТЕРОРИСТИЧНИЙ АКТ

При загрозі застосування терористами зброї лягайте на живіт, захищаючи голову руками, далі від вікон, засклених дверей, проходів, сходів.

У разі поранення рухайтеся якомога менше.

Будьте уважні, використайте будь-яку можливість для порятунку.

Якщо стався вибух – не допустіть пожежі і паніки, надайте першу медичну допомогу потерпілим.

При захопленні автобуса:

• не привертайте до себе уваги терористів;
• огляньте салон і визначте місця можливого укриття;
• зніміть ювелірні прикраси;
• не пересувайтеся по салону;

• не відкривайте сумки без дозволу терористів;
• при спробі штурму лягайте на підлогу між кріслами і залишайтеся там до його закінчення.

При стрільбі на вулиці:

• негайно ляжте на землю;
• проберіться в найближче укриття (під'їзд будинку тощо);
• не піднімайтеся у повний зріст;
• не ховайтесь у автомобілі – метал автомобіля тонкий, а пальне вибухонебезпечне.

При перестрілці у будинку:

• відійдіть від вікон;
• пересувайтеся по квартирі пригнувшись, краще повзіть;
• сховайтеся у ванній кімнаті.

При загрозі вибуху:

• не чіпайте вибухонебезпечний предмет (гранату, снаряд, бомбу тощо);
• не заливайте підозрілий предмет рідинами, не засипайте ґрунтом, не намагайтеся чим-небудь закрити;
• не користуйтеся радіоапаратурою та мобільним телефоном поблизу цього предмета;
• негайно повідомте в поліцію;
• не дозволяйте стороннім людям торкатися небезпечного предмета або намагатися знешкодити його;

• відійдіть якнайдалі від небезпечної знахідки, а в разі вибуху чи стрільбі падайте на землю і закривайте голову.

ЯК ПОВОДИТИСЬ У РІЗНИХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ

Припинення газопостачання

1) негайно виключіть газові прилади;

2) **перекрийте газовий кран.** Це потрібно для того, щоб під час вашої відсутності при включенні газопостачання не стався вибух.

Відключення водопостачання

У цьому випадку не працюватиме і каналізація.

1) **припиніть користуватись каналізацією.** Користуйтесь лише громадськими вбиральнями, які в найкоротший термін будуть облаштовані комунальними службами у вашому дворі;

2) введіть **економний режим** використання ваших запасів води;

3) уточніть на дошці оголошень чи у сусідів **пункт роздачі питної води** у вашому районі, щоденно поповнюйте запас води;

4) намагайтесь завжди **кип'ятити воду** перед вживанням.

Знеструмлення електромереж міста

1) **знеструміть всі електроприлади** (витягніть вилки з розеток), щоб при раптовому включенні електрики не виникла пожежа;

2) у разі серйозної аварії, ліквідація якої триватиме не один день, бажано виїхати за межі міста.

Викид хімічно-небезпечних речовин

Про таку загрозу свідчить **безперервний сигнал сирени.**

У більшості випадків небезпечних викидів головна небезпека – це перші кілька годин. З часом концентрація шкідливих речовин в повітрі зменшується і відноситься вітром. Для збереження життя та здоров'я важливе швидке реагування.

Якщо ви перебуваєте на вулиці, **негайно зайдіть у найближче приміщення.**

Надягніть засоби індивідуального захисту органів дихання (протигаз чи ватно-марлева пов’язка, якщо вони є під рукою) або найпростіші засоби захисту (хустка чи інша тканина, складені у кілька шарів).

Надійно **герметизуйте приміщення** – це зменшить проникнення шкідливих речовин: щільно закрийте вікна та двері, димоходи, вентиляційні люки, затуліть щілини в рамах вікон та дверей.

Якщо ви вдома, **вимкніть газ і електропостачання,** а також **попередьте сусідів,** надайте допомогу інвалідам, дітям та людям похилого віку.

Чекайте повідомлень органів влади через радіо та телебачення.
Почувши з повідомлень, що небезпека минула, зніміть верхній одяг і провітріть його на вулиці, умийтесь з милом, ретельно вимийте очі і прополощіть рота.

При отриманні повідомлення про катастрофічне затоплення потрібно негайно:

1) **вимкнути електрику та перекрити газ;**
2) взяти речі першої необхідності ("тривожну" валізу);
3) **прибути на збірний евакуаційний пункт** для подальшого тимчасового розселення (сільська, селищна, міська ради/громади).

Телефони аварійних та довідково-інформаційних служб

Управління ДСНС України у Донецькій області	**101**
Черговий УМВС області	**102**
Швидка медична допомога	**103**
Черговий _____	**104**
Черговий СБУ	
Черговий Управління НС ОДА	
Психологічна допомога	
Відділ з питань цивільного захисту, мобілізаційної та оборонної роботи _____	