



У РАЗІ НАДЗВИЧАЙНО Ї СИТУАЦІЇ АБО ВІЙНИ



ЗМІСТ:

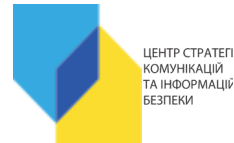
1	Вступне слово	3
	Оборонні можливості України	4
	Поради до підготовки вдома	6

2	Що робити в надзвичайній ситуації або в зоні бойових дій	8
	Як не стати жертвою дезінформації	14

3	Що робити після отримання сигналу «УВАГА ВСІМ»	18
	Як підготувати «тривожну валізу»	21

04	Що ще варто пам'ятати про зони обстрілів?	
	Дії під час	

- а) обстрілів стрілецьк
 - б) артобстрілах
 - с) артилерійських обс
- Що має бути в аптечці



ВСТУПНЕ СЛОВО

Будь-яка криза змінює наше повсякденне життя. Коли стається надзвичайна ситуація, прості речі, до яких ми звикли, швидко можуть стати недоступними.

В сучасному світі, окрім військової загрози, поширилися атаки на критичну інфраструктуру, транспорт, IT-систему, комунікації тощо. Наприклад, в результаті атак можуть виникнути проблеми з медичними послугами, системами зв'язку та електропостачання.

Україна протистоїть російській агресії уже понад сім років, протягом яких тривають військові дії на території нашої держави. Російська агресія не обмежується фізичною присутністю окупаційних військ. Ворог здійснює атаки в інформаційному просторі, намагаючись послабити нашу здатність чинити опір. Саме в цьому і полягає «гібридність» війни, яку веде проти нас Росія, адже у протистоянні задіяні всі сфери соціально-політичного життя.

Ми вже навчилися оборонятися і захищати найдорожче. У нас є перемоги, і ми знаємо, що в критичний момент зможемо дати гідну відсіч агресору. Втім, мусимо бути завжди готовими до надзвичайних ситуацій, а тому вкрай важливо знати, що саме може зробити кожен з нас в умовах кризи.

Особливо це стосується ситуацій, коли служби, на які ми звикли розраховувати, вимушені працювати в екстремому режимі. Безумовно, державні і місцеві органи влади, служби та інституції відповідають за підтримку функціонування суспільства і надання допомоги. Однак кожен окремий громадянин також долучається до **колективної відповідальності за безпеку** нашої країни.

Коли безпека суспільства під загрозою, готовність до взаємної допомоги стає вирішальною. Варто пам'ятати, що гарна підготовка –

запорука кращої допомоги ближнім, хто особливо її потребує. Розуміння алгоритму дій, ефективніше впоратися з кризою, зменшити негативні наслідки для суспільства загалом.

У брошурі ви знайдете практичні поради, які можуть стати корисними в надзвичайних ситуаціях і під час них. Зберігайте брошуру в доступному місці, аби в необхідний момент змогли її використати.

ОБОРОННІ МОЖЛИВОСТІ УКРАЇНИ

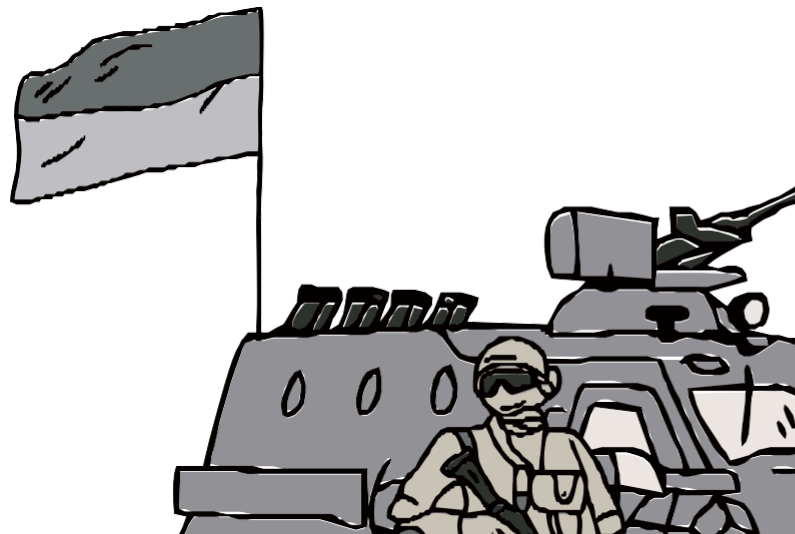
З 2014 року Україна веде боротьбу за свої території. Спочатку наші оборонні можливості були обмеженими, ми не були готові до нападу країни, яка довгий час заявляла про партнерство та декларувала дружні відносини.

За ці роки ми позбулись багатьох ілюзій і змінили погляд на деякі фундаментальні речі. Насамперед — на роль Збройних Сил України. Разом із усвідомленням того, що наші Збройні Сили — це запорука національної безпеки, виникла нагальна необхідність посилити обороноздатність війська. Тому з 2014 року Збройні Сили України пройшли складний шлях трансформації та реформування, посилити свої бойові спроможності і стали однією з найсильніших армій Європи. Сьогодні Збройні Сили України — це потужне і загартоване в боях військове формування, здатне захистити народ України та завжди прийти на допомогу цивільному населенню.

Тепер
дозволя
робити
рони
ситуац
міжнар
структ
управл
терито
швидк
бойов
разі в
елеме
оборо

4

5



ПО

ДО ПІДГОТОВКИ ВДОМА

«Мій дім — моя фортеця!». Цей вислів набуває особливого значення в надзвичайних ситуаціях. Незалежно від того, що саме спричинило кризу, для **МІНІМАЛЬНОЇ ГО-ТОВНОСТІ** варто задати собі кілька простих, але критичних питань:

- ЧИ МАЮ Я ДОСТАТНІЙ ЗАПАС ХАРЧІВ І ПИТНОЇ ВОДИ?

- ЧИ Є У МЕНЕ НЕОБХІДНІ МЕДИКАМЕНТИ?

- ЧИ ЗМОЖУ Я СВОЇМИ СИЛАМИ ЗАБЕЗПЕЧИТИ ОБІГРІВ ОСЕЛІ В ХОЛОДНИЙ ПЕРІОД РОКУ?



- перевірте наявності харчових продуктів, пиття, засоби гігієни та аптечки
- перевірте наявність ліків, особливо тих, які потрібні всім членам родини
- перевірте наявність засобів захисту (маски, рукавички, дезінфекційні засоби)
- зробіть запаси питної води
- зберіть документи
- зберіть гроші

- перевірте наявність в аптеці необхідних ліків, засобів першої допомоги і продумайте, які ліки потрібні протягом часу;
- підготуйте засоби пожежогасіння
- подбайте про альтернативні джерела енергії

ЩО РОБИТИ

В НАДЗВИЧАЙНІЙ СИТУАЦІЇ АБО В ЗОНІ БОЙОВИХ ДІЙ

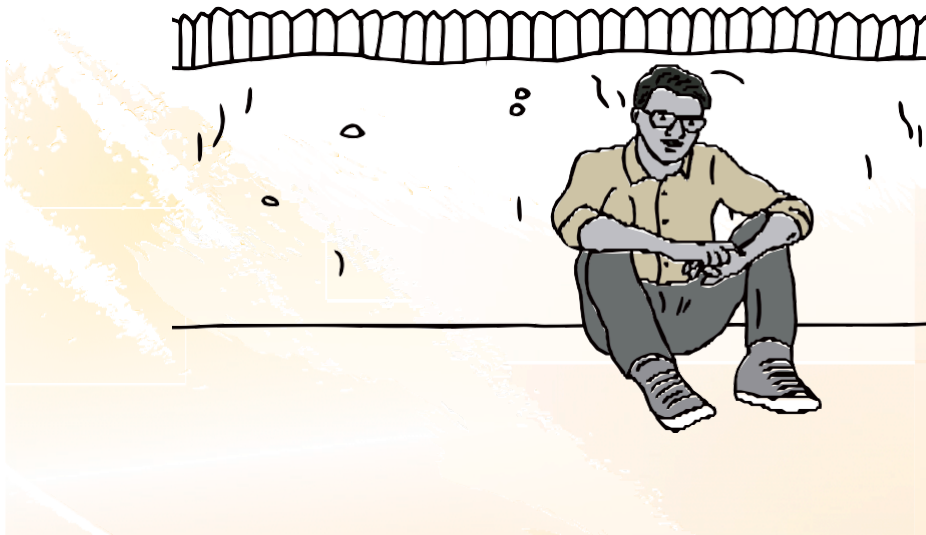
2

Зберігайте спокій і концентрацію уваги. Від цього залежатиме, наскільки вправно і швидко ви зможете впоратися з кризою і мінімізувати її наслідки.

В кризових умовах проти вас діятимуть численні фактори, зокрема емоції. Тому пам'ятайте, що в критичний момент необхідно бути зібраними і сфокусованими, не реагувати на можливі провокації.

ЯКЩО ВИ ОПИНІ ДІЙ АБО ПОТРА СИТУАЦІЮ ЗА У ЛЮДЕЙ:

- Не сповіщайте про це людям, а також знайомих;
- Завжди носіть з собою документи, тримайте їх в безпеці, шансів їх вберегти;
- Тримайте біля себе зброю (наприклад, алекалії, аерозольні засоби захворювання);
- Дізнайтеся, де розташована ваша оселя, роботи та інші важливі місця.



- Намагайтеся якнайменше зменшити кількість поїздки, купивши цю людину.

- При появі озброєних людей, військової техніки, заворушень негайно покиньте небезпечний район, якщо маєте таку можливість;
- Уникайте колон техніки і не стійте біля військових машин, які рухаються;
- Поінформуйте органи правопорядку, місцеві органи, військових про людей, які здійснюють протиправні і провокативні дії;
- У разі потрапляння у район обстрілу сховайтеся у найближчому сховищі або укритті і не виходьте ще деякий час після закінчення обстрілу;
- Якщо таких сховищ поблизу немає, використовуйте нерівності рельєфу (наприклад, канави, окопи, вирви від вибухів);
- У разі раптового обстрілу та відсутності поблизу сховищ — ляжте на землю головою в бік, протилежний до вибухів, і прикрийте голову руками або речами;
- Якщо поряд з Вами поранено людину, надайте першу допомогу і викличте швидку, представників ДСНС України, органів правопорядку, за необхідності — військових. Не намагайтесь надати допомогу

пораненим, поки не

- Якщо ви стали свідком протиправних дій (наприклад, зберегти якнайбільше

В ЖОДНОМУ РАЗІ НЕ ВАРТО:

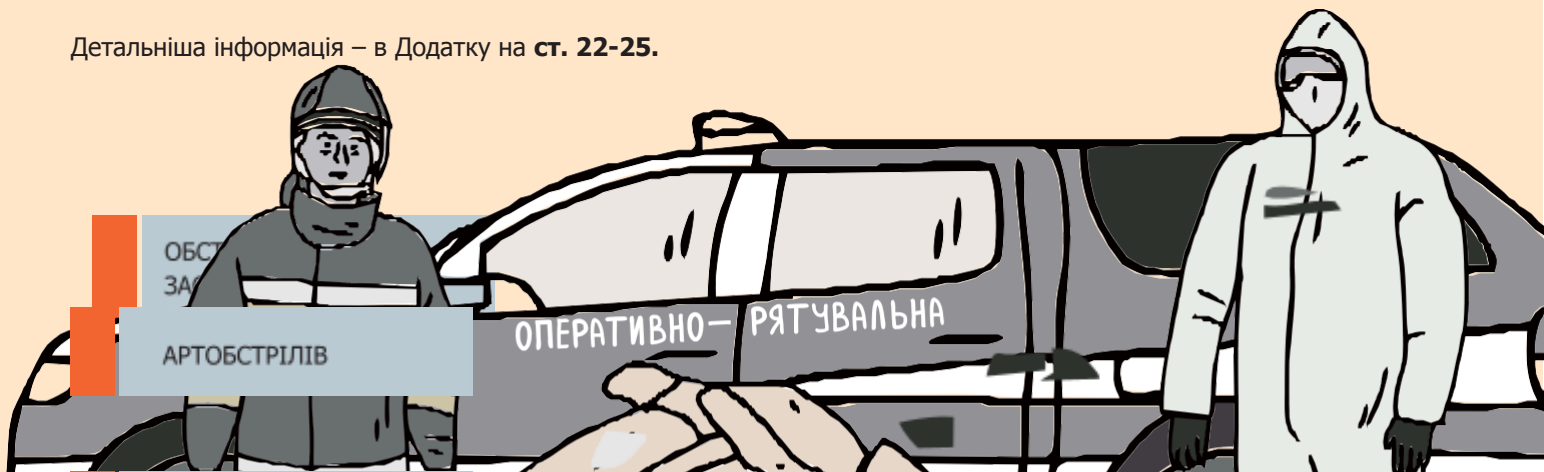
- наближатися до вікон, якщо почуєте постріли;
- спостерігати за ходом бойових дій, стояти чи перебігати під об-стрілом;
- сперечатися з озброєними людьми, фотографувати і робити записи у їхній присутності;
- демонструвати зброю або предмети, схожі на неї;
- підбирати покинуту зброю та боеприпаси;
- торкатися вибухонебезпечних та підозрілих предметів, намагатися розібрати їх чи перенести в інше місце — натомість негайно пові-домте про їхнє розташування територіальним органам ДСНС та Національній поліції **за телефоном «101» та «102»**;
- носити армійську форму або камуфльований одяг — краще

вдягай- те одяг тем
уникайте будь- яких
неадекватну реакції



ЩО ЩЕ ВАРТО ЗНАТИ ОПИНІВШИСЬ В ЗОНІ ОБСТРІЛУ?

Детальніша інформація – в Додатку на **ст. 22-25**.



ОБСТ
ЗА

АРТОБСТРІЛІВ

ОПЕРАТИВНО-РЯТУВАЛЬНА

ЯК НЕ СТАТИ ЖЕРТВОЮ ДЕЗІНФОРМАЦІЇ

Убезпеч
те себе
і оточуючих
від
інформаційн
их загроз

В умовах
протидіяти
Агресивні
дестабілізу
керівництво
силах і готу

Питання
особливого
інформацій
коли здатн
Найкра- щ
— страх,
дотримуват
бути особ
надходить і

ЗАЗДА

- що в разі необхідності з'ясувати своїми близькими;
- що маєте канали д
- радіокан

ДОТРИМУЙТЕСЬ

10 ПОРАД:

1

Мета по
ти нашу
собі: зб
емоційн

2

Україна
торію. Я
чуть дем

3

Не вірте
Достовір
державн

4

Жодним
українсь
вас і дер

5

Україна веде оборонну війну на своїй території. Повідомлення про нібито обстріли мирного населення українськими військовими — неправда. Ворог хоче підірвати вашу довіру до власних захисників.

Агресор поширює про військово-полі і йому. Але довіря провокаціям і по Звіряйте кожну три

Інформацію про в оборони України. І відповідати дійсно формацією.

Агресор поширюва ні чи підконтроль засоби — прикрив символікою. Переє повідомлення та за

Мета ворога — ро знищити нашу вір погляди можуть не дати відсіч окупан одне одного.

Якщо перервався органів були злам ного мовлення. Я

абонентську радіоточку.

ОТРИМАННЯ СИГНАЛУ

«УВАГА ВСІМ»

Якщо ви почули звуки сирен, переривчасті гудки підприємств або звуки гучномовця, що тривають протягом кількох хвилин, це означає попереджувальний сигнал «УВАГА ВСІМ».

ПО
ТАКИЙ СИГНАЛ



УВІМКНІТЬ ТЕЛЕБАЧІ
ІНФОРМАЦІЯ ПЕРЕД
ПРОТЯГОМ 5 ХВИЛИН

ПРОСЛУХАВШИ ПОВІС
ВИКОНУЙТЕ ІНСТРУКЦІ

ПІСЛЯ ОТРИМАННЯ ПОВІДОМЛЕННЯ МОЖЛИВІ НАСТУПНІ ВАРІАНТИ ДІЙ:

ЗАЛИШАТИСЯ ВДОМА.

При цьому необхідно пристосувати своє житло. Повідомте отриману інформацію сусідам.

ПЕРЕЙТИ ДО УКРИТТЯ АБО ЕВАКУЮВАТИСЯ В ІНШИЙ РАЙОН.

Перед виходом з будинку перекрийте газо-, електро- та водопо- стачання, зачиніть вікна і вентиляційні отвори. Візьміть з собою ін- дивідуальні засоби захисту дихання і найнеобхідніші речі. Прямуйте до укриття або на збірний евакуаційний пункт. Допоможіть тим, хто потребує допомоги.

ЯК ПІДГОТУВАТИ

- зарядні пристрої для мобільних телефонів
- радіоприймач, ліхтарик, аптечка, набір ком-пактний набір

В разі евакуації або переходу до безпечнішого району вам знадобляться найнеобхідніші речі. Заздалегідь підготуйте найважливіше:

- паспорт і копії всіх необхідних документів (свідоцтво про народження, військовий квиток, документ про освіту, трудову книжку або пенсійне посвідчення, документи на власність);
- гроші (готівку і банківські картки);

- посуд, в якому зможемо зварити їжу
- воду і продукти харчування, які не потребують додаткової обробки

Складіть речі у мішечки, які будуть наготові. В разі потреби вони будуть готові на збори.

20

21



ПІД ЧАС ОБСТРІЛУ СТРІЛЕЦЬКОЮ ЗБРОЄЮ:

- Під час стрілянини найкраще сховатися у захищеному приміщенні (наприклад, у ванній кімнаті або навіть у самій ванні). Коли це неможливо, варто лягти, прикрившись предметами, які здатні захистити вас від уламків і куль.

- Якщо ви потрапили під стрілянину на відкритому місці, краще впасти на землю та закрити голову руками. Ефективним захистом буде будь-який виступ, навіть тротуар, заглиблення в землі або канава. Укриттям також може стати бетонна сміттєва урна або сходинки ганку. Не намагайтеся сховатися за автомобілями або кіосками — вони часто стають мішенями.

- Де б ви не знаходились, тіло повинне бути у максимально безпечному положенні. Згрупуйтеся, ляжте в позу ембріона. Розверніться ногами у бік стрілянини, прикривши голову руками та відкривши рот, щоб близький

вибух не завдав шкоди не вщухне, а пострілів н

- Якщо ваше жит потрібно зміцнити вікна, уникнути розльоту уламків піском або масивними м

ПІД ЧАС

АРТОБСТРІЛІВ:

- Під час артилерійського, мінометного обстрілу або авіаційного нальоту не залишайтеся в під'їздах, під арками та на

сходових клітках. Та панельних будинків, біл станцій і під стінами буд неміцні, ви можете опин

- Якщо вогонь а бомбардування застали туди, де є виступ або можуть надати бетобвалитися або загоріти широкі труби водосток
- Закривайте долс від контузії, убереже від
- Не приступайте фахівців з розмінування служби.

22

23



АРТИЛЕРІЙСЬКИХ

ОБСТРІЛІВ СИСТЕМАМИ ЗАЛПОВОГО ВОГНЮ:

- Снаряд (ракету) можна помітити та зреагувати, залп реактивної установки добре видно. Вночі це яскравий спалах на обрії, а вдень — димні сліди ракет;

- Організуйте постійне спостереження, постійно тримайте у полі зору будівлі та споруди, які знаходяться поруч та які можливо використувати

як укриття. Після сигналу негайно сховатись.

- Ховайтеся у підземні укриття, обирайте місце у кутку мотузка для того, щоб миттєво прикритись.

- Не виходьте з укриття після завершення обстрілу, адже це може призвести до негативних наслідків стрільби і кори-

ПІД

ЧАС

АПТЕЧКІ

За рекомендаціями Міністерства Охорони Здоров'я України аптечку слід укомплектувати відповідно до ваших потреб. Важливо перевірити заздалегідь термін придатності всіх препаратів.

Базовий набір:

- сухий та медичний спирт;
- 2 пари гумових рукавичок;

ЩО НАС ВІДНОСНО

- клапан з плівкою для
- засоби для зупинки кр
- бинт з гемостатичним
- марлеві серветки різн
- еластичні бинти з мо
- пластирі різних розмі



- атравматичні ножиці,
- великий шматок тканини по-страждалого;
- антисептичні засоби - спиртові серветки.

ТЕЛЕФОНИ РЯТУВАЛЬНИХ ТА АВАРІЙНИХ СЛУЖБ

112 – єдиний номер виклику всіх служб екстреної допомоги. Зателефонувавши за цим номером, диспетчер викличе бригаду потрібної служби.

101 – Пожежна допомога

102 – Поліція

103 – Швидка медична допомога

104 – Аварійна служба газової мережі