



РАДІАЦІЙНА АВАРІЯ – це порушення правил безпечної експлуатації ядерно-енергетичної установки, обладнання або пристрою, що спричинило вихід радіоактивних продуктів або іонізуючого випромінювання за межі безпеки.



Вона може супроводжуватися вибухами та пожежами. Основними наслідками таких аварій є радіаційний вплив та радіоактивне забруднення.

Через радіаційний вплив у людини можуть порушуватися життєві функції різних органів (органи кровотворення, нервової системи, шлунково-кишкового тракту тощо), може розвиватися променева хвороба.

Рекомендації Центру громадського здоров'я МОЗ України

Що робити при радіаційній аварії?

- Найперше правило – **слухайте вказівки влади**, ДСНС та інших установ, які координуватимуть на місцях.

- Якщо ця аварія трапиться у вашій місцевості, необхідно **залишатись у приміщенні** або негайно зайти до нього, якщо ви перебуваєте на вулиці.

Це найбезпечніша дія, яку ви можете зробити.

- **Зайдіть в укриття, підвал або в середину будівлі.**

Радіоактивний матеріал осідає на зовнішній стороні будівель, тому найкраще триматися якомога далі від стін і даху будівлі.

- **Заберіть всередину домашніх тварин.**

- **Закрийте та заблокуйте всі вікна та двері** в приміщенні, не підходьте до них без нагальної потреби.
- Зробіть кількадеенний **запас води** у герметичних ємностях.
- Продукти **загорніть у плівки** і покладіть у холодильник або шафу.
- Підготуйте **маску, респіратор або ватно-марлеву пов'язку** для захисту органів дихання.
- Слідкуйте за повідомленнями від рятувальників ДСНС, поліції, місцевої влади.

Як діяти, якщо вам необхідно вийти з укриття?

- Виходьте лише у разі нагальної потреби.
- Користуйтеся респіратором, одягніть плащ та гумові чоботи й рукавички.
- **НЕ** роздягайтеся на вулиці.
- **НЕ** сідайте на землю.
- **НЕ** купайтеся у відкритих водоймах.
- **НЕ** збирайте гриби або лісові ягоди.
- Після повернення додому **зніміть верхній шар одягу**.
Так ви позбудетеся до 90% радіоактивного матеріалу.
Робіть це обережно, аби не розтрусити радіоактивний пил.
- Помістіть одяг у пластиковий пакет або **герметичний контейнер** і тримайте його подалі від людей і домашніх тварини.
- **Помийтеся**. Якщо є можливість, прийміть душ з милом, голову помийте шампунем.
- **НЕ** використовуйте кондиționери для волосся. Вони можуть закріпити радіоактивний матеріал на ньому.
- **НЕ тріть і НЕ дряпайте шкіру**, щоб радіоактивний матеріал не потрапив у відкриті рани.
- Якщо можливості прийняти душ немає, **вимийте руки, обличчя** та відкриті частини вашого тіла з милом під проточною водою.

- Якщо доступу до води немає, скористайтесь **вологими серветками, вологою тканиною**.

- Зверніть особливу увагу на ваші руки й обличчя, протріть повіки, вії, вуха.

- Одягніть **чистий одяг**.

Як безпечно харчуватися та пити воду?

ВОДА

- Вживайте воду лише з перевірених джерел.

- Поки рятувальники чи влада не повідомляють про безпеку водопровідної води, **лише вода в пляшках** залишатиметься не забрудненою.

Упаковка захищає рідину всередині від радіоактивних речовин.

- Кип'ятіння водопровідної води не позбавляє від радіоактивних речовин.

- Майте запас води у пляшках чи інших герметичних контейнерах.

- Напої у холодильнику теж безпечні для вживання.

- Вода в інших ємностях у вашому домі, таких як унітаз або водонагрівач, **не** буде містити радіоактивних речовин.

- Водопровідну або колодязну воду для можна використовувати для миття себе та упаковок їжі і води.

Навіть якщо водопровідна вода забруднена, ви все одно можете використовувати її для знезараження.

«Будь-який радіоактивний матеріал, який потрапляє в поверхневі або підземні води, буде розбавлятися водою до дуже низького рівня і буде безпечним для миття шкіри, волосся та одягу».

ЇЖА

- Їжа з **герметичних контейнерів** (консерви, банки, пляшки, коробки тощо) буде безпечною для вживання.

- Також можна їсти продукти, які зберігались у холодильнику чи в морозильній камері.

Як правильно їсти?

- Перед відкриттям **протріть харчові контейнери** вологою тканиною або чистим рушником.
- Перед використанням **протріть кухонне приладдя** вологою тканиною або чистим рушником.
- Використану тканину чи рушник покладіть у **поліетиленовий пакет** або **герметичний контейнер** і залиште у недоступному місці, подалі від людей і тварин.

Йодопрофілактика

Якщо ви отримали повідомлення про радіаційну аварію, проведіть йодопрофілактику.

- Протягом **7 днів** приймайте по одній таблетці (0,125 г) **йодистого калію**, а для дітей віком до 2-х років – частину таблетки (0,04 г).
- Якщо немає йодистого калію, використовуйте **йодистий розчин: 3-5 крапель 5% розчину йоду** на склянку води, дітям до 2-х років – **1-2 краплі** на пляшку молочної суміші.

**Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки життєдіяльності
Івано-Франківської області**



У РАЗІ ВІЯВЛЕННЯ П СХОЖОГО НА ВИ РЕКОМЕ



РЕДМЕТА, СТРІЙ

- негайно припинити роботи в місці (районі) його виявлення;
- поінформувати про нього інших осіб, які знаходяться поруч, у разі можливості забезпечити їх евакуацію з небезпечної території;
- не підходити, не торкатися та не пересувати його;
- знаходячись поблизу нього, утримуватися від куріння, використання засобів радіозв'язку, у тому числі й мобільного, не здійснювати самостійні дії;
- по можливості забезпечити охорону виявленого підозрілого предмета, (за захисними спорудами чи предметами), ведучи спостереження на безпечній відстані, як зазначено нижче:

Тип вибухового пристрою (підозрілої речі)	Безпечна відстань
Ручна граната	Не менш ніж 200 метрів
Тротилова шашка	Не менш ніж 50 метрів
Банка ємністю 0,33 літра	Не менш ніж 60 метрів
Валіза (кейс)	Не менш ніж 300 метрів
Дорожня валіза	Не менш ніж 400 метрів
Легковий автомобіль	Не менш ніж 600 метрів
Мікроавтобус	Не менш ніж 1000 метрів

- по можливості позначити або огородити місце перебування (для огорожі можна використовувати різні підручні матеріали – дошки, жердини, гілки, мотузки, шматки яскравої матерії тощо);
 - повідомити про небезпечну знахідку будь-який місцевий орган виконавчої влади, чергові служби правоохоронних органів за номером 102, надавши інформацію про характерні ознаки ймовірного вибухового пристрою (місце його розташування, дату і час виявлення та особу, яка його виявила);
 - по можливості та у разі наявності фото-, відеозасобів здійснити фото та відеофіксацію місця знаходження підозрілого предмета, схожого на вибуховий пристрій;
 - обов'язково дочекатися прибуття представників правоохоронних органів, знаходячись на безпечній відстані від місця знахідки.
- У разі залишення підозрілого предмета невідомою особою, свідком чого ви стали, максимально запам'ятати її зовнішність, одяг, автотранспорт та його номерні знаки.

**Навчально-методичний центр цивільного захисту
та безпеки життєдіяльності Івано-Франківської області**



**НАДАВШИ ІНФОРМАЦІЮ ПО ТЕЛЕФОНУ ЩОДО
АНОНІМНОГО ЗАМІНУВАННЯ БУДІВЛІ (ОБ'ЄКТА З
МАСОВИМ ПЕРЕБУВАННЯМ ЛЮДЕЙ)
РЕКОМЕНДУЄТЬСЯ:**



- не класти передчасно слухавку;
- уважно вислухати і з'ясувати вимоги та інформацію про характер погрози щодо вчинення теракту й по можливості записати вимоги;
- спробувати під час розмови встановити інформацію про особу (стать, вік, особливості мови тощо);
- запропонувати повторити свої вимоги, поставити уточнюючі запитання про характер погрози, місце та час її реалізації, мотивувати про надання якнайбільше інформації про вчинення теракту;
- установити мотиви дій, поставити запитання про цілі, які він ставить, запропонувати інші шляхи вирішення вимог;
- обов'язково звернути увагу на фонові звуки (шум вулиці, машин, які проїжджають, музику, звуки тощо, що допоможе в подальшому визначити місце, звідки здійснено анонімний дзвінок);
- закінчуючи розмову, повторити основні моменти телефонної бесіди;
- після завершення розмови зателефонувати до правоохоронних органів за номером 102;
- обмежити коло осіб, які знають про погрозу вчинення теракту.

**Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки життєдіяльності
Івано-Франківської області**

**ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ПІД ЧАС АРТОБСТРІЛУ І
БОМБАРДУВАННЯ**

МІСЦЯ ДЛЯ УКРИТТЯ:



- підземні переходи, тунелі, склади;
- споруди котлованного типу (автостоянки, паркінги, гаражі, підземні торговельні центри, підприємства громадського харчування, магазини);



- колишні оборонні об'єкти та бази;
- підвальні, цокольні і перші поверхи об'єктів цивільного і промислового призначення;
- підземні гірські виробки, печери та інші підземні порожнини різного призначення.



НЕ МОЖНА УКРИВАТИСЬ:

- під стінами сучасних будівель (є великий ризик зсувів і завалів);
- під стінами офісів і магазинів (від вибухової хвилі буде падати велика кількість скла).
- серед будь-яких штабелів, в місцях, заставлених контейнерами, завалених ящиками, будматеріалами і т.п. (небезпечно тим, що можуть бути легкозаймисті предмети і рідини, виникає ризик опинитися в осередку пожежі);
- у річці, фонтані і т.п. (вибух бомби чи снаряду у воді навіть на значній відстані дуже небезпечний: сильний гідроудар – і як наслідок – важка контузія).

У БУДИНКУ

Якщо у будинку є підвал – спуститися у підвал.

Якщо підвалу немає – спуститися на нижні поверхи. Чим нижче, тим краще.

Заздалегідь знайти найбільш внутрішню кімнату, чим більше капітальних стін навкруги, тим краще, якщо усі кімнати зовнішні, вийти на сходову клітину.

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ НА ВУЛИЦІ

Якщо ви почули свист снаряду (він більше схожий на шелест), а через 2-3 секунди – вибух, відразу падайте на землю. Не панікуйте

Однак, наступний снаряд пролетить ближче до вас, а тому замість самозаспокоєння швидко і уважно озирніться навколо: де можна більш надійно сховатися.

Якщо є якийсь виступ (навіть тротуар – то поруч з ним), канава, будь-яке заглиблення у землі.



У ТРАНСПОРТІ

Якщо перші вибухи застали вас в дорозі на власному автомобілі – не розраховуйте, що на ньому ви можете швидко втекти від обстрілу. Невідомо в який бік перенесеться обстріл. До того ж паливний бак автомобіля додає ризик вибуху і пожежі. Тому негайно залишити машину і швидше шукати укриття.

У випадку, якщо обстріл застав вас у громадському транспорті, негайно залишити транспорт, відбігти від дороги у напрямку «від будинків та споруд» й лягти на землю. Озирніться і пошукайте більш надійне укриття. Перебігати варто короткими перебіжками, відразу після наступного вибуху.

Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Івано-Франківської області



У РАЗІ ВІЯВЛЕННЯ П СХОЖОГО НА ВИ РЕКОМЕ



РЕДМЕТА, СТРІЙ

- негайно припинити роботи в місці (районі) його виявлення;
- поінформувати про нього інших осіб, які знаходяться поруч, у разі можливості забезпечити їх евакуацію з небезпечної території;
- не підходити, не торкатися та не пересувати його;
- знаходячись поблизу нього, утримуватися від куріння, використання засобів радіозв'язку, у тому числі й мобільного, не здійснювати самостійні дії;
- по можливості забезпечити охорону виявленого підозрілого предмета, (за захисними спорудами чи предметами), ведучи спостереження на безпечній відстані, як зазначено нижче:

Тип вибухового пристрою (підозрілої речі)	Безпечна відстань
Ручна граната	Не менш ніж 200 метрів
Тротилова шашка	Не менш ніж 50 метрів
Банка ємністю 0,33 літра	Не менш ніж 60 метрів
Валіза (кейс)	Не менш ніж 300 метрів
Дорожня валіза	Не менш ніж 400 метрів
Легковий автомобіль	Не менш ніж 600 метрів
Мікроавтобус	Не менш ніж 1000 метрів

- по можливості позначити або огородити місце перебування (для огорожі можна використовувати різні підручні матеріали – дошки, жердини, гілки, мотузки, шматки яскравої матерії тощо);
 - повідомити про небезпечну знахідку будь-який місцевий орган виконавчої влади, чергові служби правоохоронних органів за номером 102, надавши інформацію про характерні ознаки ймовірного вибухового пристрою (місце його розташування, дату і час виявлення та особу, яка його виявила);
 - по можливості та у разі наявності фото-, відеозасобів здійснити фото та відеофіксацію місця знаходження підозрілого предмета, схожого на вибуховий пристрій;
 - обов'язково дочекатися прибуття представників правоохоронних органів, знаходячись на безпечній відстані від місця знахідки.
- У разі залишення підозрілого предмета невідомою особою, свідком чого ви стали, максимально запам'ятати її зовнішність, одяг, автотранспорт та його номерні знаки.

**Навчально-методичний центр цивільного захисту
та безпеки життєдіяльності Івано-Франківської області**



**НАДАВШИ ІНФОРМАЦІЮ ПО ТЕЛЕФОНУ ЩОДО
АНОНІМНОГО ЗАМІНУВАННЯ БУДІВЛІ (ОБ'ЄКТА З
МАСОВИМ ПЕРЕБУВАННЯМ ЛЮДЕЙ)
РЕКОМЕНДУЄТЬСЯ:**



- не класти передчасно слухавку;
- уважно вислухати і з'ясувати вимоги та інформацію про характер погрози щодо вчинення теракту й по можливості записати вимоги;
- спробувати під час розмови встановити інформацію про особу (стать, вік, особливості мови тощо);
- запропонувати повторити свої вимоги, поставити уточнюючі запитання про характер погрози, місце та час її реалізації, мотивувати про надання якнайбільше інформації про вчинення теракту;
- установити мотиви дій, поставити запитання про цілі, які він ставить, запропонувати інші шляхи вирішення вимог;
- обов'язково звернути увагу на фонові звуки (шум вулиці, машин, які проїжджають, музику, звуки тощо, що допоможе в подальшому визначити місце, звідки здійснено анонімний дзвінок);
- закінчуючи розмову, повторити основні моменти телефонної бесіди;
- після завершення розмови зателефонувати до правоохоронних органів за номером 102;
- обмежити коло осіб, які знають про погрозу вчинення теракту.

**Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки життєдіяльності
Івано-Франківської області**

**ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ ПІД ЧАС АРТОБСТРІЛУ І
БОМБАРДУВАННЯ**

МІСЦЯ ДЛЯ УКРИТТЯ:



- підземні переходи, тунелі, склади;
- споруди котлованного типу (автостоянки, паркінги, гаражі, підземні торговельні центри, підприємства громадського харчування, магазини);



- колишні оборонні об'єкти та бази;
- підвальні, цокольні і перші поверхи об'єктів цивільного і промислового призначення;
- підземні гірські виробки, печери та інші підземні порожнини різного призначення.



НЕ МОЖНА УКРИВАТИСЬ:

- під стінами сучасних будівель (є великий ризик зсувів і завалів);
- під стінами офісів і магазинів (від вибухової хвилі буде падати велика кількість скла).
- серед будь-яких штабелів, в місцях, заставлених контейнерами, завалених ящиками, будматеріалами і т.п. (небезпечно тим, що можуть бути легкозаймисті предмети і рідини, виникає ризик опинитися в осередку пожежі);
- у річці, фонтані і т.п. (вибух бомби чи снаряду у воді навіть на значній відстані дуже небезпечний: сильний гідроудар – і як наслідок – важка контузія).

У БУДИНКУ

Якщо у будинку є підвал – спуститися у підвал.

Якщо підвалу немає – спуститися на нижні поверхи. Чим нижче, тим краще.

Заздалегідь знайти найбільш внутрішню кімнату, чим більше капітальних стін навкруги, тим краще, якщо усі кімнати зовнішні, вийти на сходову клітину.

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ НА ВУЛИЦІ

Якщо ви почули свист снаряду (він більше схожий на шелест), а через 2-3 секунди – вибух, відразу падайте на землю. Не панікуйте

Однак, наступний снаряд пролетить ближче до вас, а тому замість самозаспокоєння швидко і уважно озирніться навколо: де можна більш надійно сховатися.

Якщо є якийсь виступ (навіть тротуар – то поруч з ним), канава, будь-яке заглиблення у землі.



У ТРАНСПОРТІ

Якщо перші вибухи застали вас в дорозі на власному автомобілі – не розраховуйте, що на ньому ви можете швидко втекти від обстрілу. Невідомо в який бік перенесеться обстріл. До того ж паливний бак автомобіля додає ризик вибуху і пожежі. Тому негайно залишити машину і швидше шукати укриття.

У випадку, якщо обстріл застав вас у громадському транспорті, негайно залишити транспорт, відбігти від дороги у напрямку «від будинків та споруд» й лягти на землю. Озирніться і пошукайте більш надійне укриття. Перебігати варто короткими перебіжками, відразу після наступного вибуху.

Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Івано-Франківської області

ЩО РОБИТИ У ВИПАДКУ ХІМІЧНОЇ АТАКИ НА ХІМІЧНОМУ ПІДПРИЄМСТВІ



(ІНСТРУКЦІЯ МОЗ)



При хімічній атаці чи аварії на хімічному підприємстві насамперед необхідно:

- щільно зачинити вікна та двері, вентиляційні отвори, димоходи;
- заклеїти щілини у вікнах папером чи скотчем;
- увімкнути телевізор чи радіо для отримання вказівок;
- попередити близьких про небезпеку та можливу евакуацію;
- вимкнути побутові прилади та газ.

Як евакуюватися?

- Одягніться так, щоб залишилося якомога менше відкритої шкіри. У випадку евакуації візьміть з собою аптечку.
- Використовуйте протигази чи ватно-марлеві пов'язки, змочені водою або краще 2-5% розчинами питної соди (при ураженні хлором), 3-5% оцтової, борної або лимонної кислоти (при ураженні аміаком).
- Покиньте приміщення, використовуючи сходи.
- **Пам'ятайте – хлор важчий за повітря** (буде проникати в підвальні приміщення й нижні поверхи будинків, скупчуватись в низинах і ярах), **а аміак легший за повітря** (заповнює більш високі поверхи будинків).

У разі аварій з викидом хлору – намагайтеся пересуватися по підвищеннях, у разі викиду аміаку – низинами.

- Якомога швидше покиньте зону ураження, рухаючись поперек (перпендикулярно) потоку повітря чи вітру.
- На вулиці не біжіть, не торкайтеся будь-яких предметів, не наступайте у калюжі.
- Не їжте і не пийте нічого.

Якщо у вас немає можливості покинути небезпечну зону

- Зачиніть вікна та без нагальної потреби не відкривайте їх. При відкритті – завішуйте їх вологою або марлевою тканиною, періодично міняйте її.
 - Уникайте тривалого перебування на повітрі.
 - Користуйтеся системою кондиціонування та очищення повітря. Поставте у вашому приміщенні ємності з водою для підвищення вологості повітря.
 - Регулярно здійснюйте вологе прибирання.
 - Якщо ви відчуваєте запах диму, негайно надягайте вологі маски, а віконні та дверні отвори ізолюйте вологою тканиною.
 - Збільшіть споживання рідини до 2-3 літрів на день для дорослих. Краще пити підсолену та мінеральну лужну воду, молочнокислі напої (мінеральні напої, киснево-білкові коктейлі).
- НЕ вживайте газовані напої.**
- Декілька разів на день приймайте душ, промивайте ніс та горло.
 - Якщо у вас є проблеми із серцево-судинними захворюваннями, додатково проконсультуйтеся з лікарем.

Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Івано-Франківської області

**ПОРАДИ ЩОДО ДІЙ НАСЕЛЕННЯ
ПРИ ЕВАКУАЦІЇ ТА В МІСЦЯХ БОЙОВИХ ДІЙ**

1) Як діяти при евакуації



Перед повідомленням про початок евакуації буде подано звуковий сигнал «УВАГА, ВСІМ!». Це уривчасте звучання електросирен, вуличних гучномовців, часті гудки транспорту. Тривалість сигналу становить три - п'ять хвилин.

Почувши цей сигнал, негайно увімкніть радіоприймач або телевізор і слухайте повідомлення про надзвичайну ситуацію та порядок дій. Тим, хто знаходиться на вулиці, слід зайти в установу, магазин і попросити зробити теж саме.

На кожний випадок надзвичайних ситуацій підготовлено різні варіанти повідомлень, які з урахуванням конкретних подій, коригуються. При потребі повідомлення повторюється через кожні 10-15 хвилин.

Вислухавши повідомлення, кожний громадянин повинен діяти у відповідності з отриманими вказівками.

Отримавши інформацію про евакуацію рекомендується:

- не панікувати, зберігати спокій;
- уточніть місце найближчого укриття;
- упакуйте в герметичні пакети та складіть у рюкзак документи, цінності та гроші, предмети першої необхідності, ліки, термобілизну, дощовик, білизну та одяг, запас питної води та консервованих продуктів на 2-3 доби, найпростіші засоби санітарної обробки та гігієни. Дітям дошкільного віку вкласти в кишеню або пришити до одягу записку, у якій вказати прізвище, ім'я та по-батькові дитини та батьків і їх домашню адресу і контактні телефони;
- обов'язково взяти з собою засоби індивідуального захисту (протигази, респіратори, марлеві пов'язки);
- перевірити сусідні квартири на наявність у них дітей, які на час проведення (оголошення) евакуації залишились без нагляду дорослих, та повідомити про це представників правоохоронних органів за номером 102 (аварійно-рятувальних служб за номерами 101 та 104);
- перед виходом з будинку знеструмити квартиру та перекрити подачу води і газу до квартири, замкнути входні двері до квартири;
- залишати будинок спокійно, не створюючи паніки, при цьому надавати допомогу літнім, важкохворим людям, жінкам і дітям.

- на збірних пунктах евакуації уважно слухайте та чітко виконуйте всі розпорядження посадових осіб евакуаційних органів.

2) Як діяти населенню в місцях бойових дій

- При першій же нагоді залиште місце ведення бойових дій! Майте при собі документи.

- Якщо це неможливо, варто вивісити на будинку плакат: «ТУТ МИРНІ ЖИТЕЛІ»:

- Зробіть запас продуктів харчування і питної води.

- Якщо є змога, обладнайте укриття у підвалі, захистіть його мішками з піском, передбачте там наявність аварійного виходу.

- З'ясуйте, де у разі потреби вам може бути надана медична допомога.

- Якщо у вашому районі розпочалась перестрілка, ляжте на підлогу або у ванній кімнаті.

- По квартирі пересувайтесь поповзом.

- Якщо перестрілка застала вас на вулиці: негайно ляжте на землю; якщо по вас не стріляють, займіть найближче укриття (канаву, яму), переповзіть під бетонний бордюр; не виходьте звідти до завершення обстрілу.

Чого не можна робити:

- підходити до вікон, якщо почуєте вибухи, постріли;

- спостерігати за ходом бойових дій;

- стояти чи перебігати під обстрілом;

- конфліктувати з озброєними людьми;

- носити армійську форму або камуфльований одяг;

- демонструвати зброю або предмети, схожі на неї;

- підбирати покинуті зброю та боєприпаси.

У разі, коли ви потрапили під удар авіації, знаходячись поза межами будівель, слід лягти на землю по можливості у найбільш заглиблені місця (канави, рівчаки тощо), прикрити голову якимись речами або, на крайній випадок, руками і дочекатись закінчення вибухів.

Навчально-методичний центр цивільного захисту

та безпеки життєдіяльності Івано-Франківської області