

## **Правила поведінки та дії населення в надзвичайних ситуаціях воєнного характеру**

Серед заходів щодо захисту населення в надзвичайних ситуаціях важливе місце належить вчасному оповіщенню та укритті населення в захисних спорудах. Почувши завивання сирен, що означає попереджувальний сигнал «УВАГА ВСІМ» потрібно увімкнути радіо, радіотрансляційні та телевізійні приймачі для отримання термінового повідомлення про НС. Завчасно слід зібрати необхідні документи:

паспорт, військовий квиток, свідоцтва про народження, шлюб, пенсійне посвідчення, документи про освіту, гроші та коштовності, продукти харчування та воду, необхідні ліки та одяг.

Все це також необхідно брати під час евакуації. Перед виходом із квартири (будинку) вимкнути освітлювальні та нагрівальні прилади, воду, газ.

У будь-якій ситуації зберігайте спокій, уникайте паніки, допомагайте людям похилого віку та дітям. Успіх захисту населення залежить від правильної поведінки і дотримання рекомендацій. Завчасно підготуйте укриття або сховище. Підготуйте ємкості для запасу води, стелажі для зберігання продуктів, лави для відпочинку, переносні електричні ліхтарі. Для вентиляції приміщення встановіть витяжну коробку. Якщо ви проживаєте в будинку, що обслуговуються ЖЕКом, зверніться до їх консультаційного пункту, щоб отримати необхідну інформацію щодо місць розміщення укриття. Під захисні споруди можуть використовуватись будь-які заглиблені приміщення, зокрема підвали будівель та погребі.

### **Правила перебування у захисних спорудах**

Населення укривається в захисних спорудах за сигналами ЦЗ. Заходити до них потрібно організовано, швидко і без паніки. У сховищі зручніше розміщуватися групами — з тих, хто разом працює або мешкає в одному будинку. В кожній групі призначають старшого. Тих, хто з дітьми, розміщують в окремих відсіках або у спеціально відведених місцях. Літніх і хворих намагаються влаштувати ближче до вентиляційних труб.

У сховище (укриття) потрібно приходити зі своїми продуктами харчування і документами. Не дозволяється приносити з собою речі громіздкі, з сильним запахом, легкозаймисті, приводити тварин. У сховищі забороняється ходити без потреби, шуміти, курити, виходити назовні без дозволу коменданта. Всі у сховищі зобов'язані виконувати розпорядження чергового по сховищу, надавати посильну допомогу хворим, інвалідам.

Військові експерти рекомендують як поводитись під час обстрілів та бомбардувань

Почувши свист снарядів або авіабомб, відразу падайте на землю. Після вибуху шукайте найближче місце, де можна знайти захисток. Заховатися можна у ямі, окопі, підземному овочесховищі, силосній ямі, в каналізаційних люках, у дуже глибоких підвалах капітальних будинків. У найгіршому випадку, якщо немає куди сховатися, лежіть, закривши голову руками, трішки відкривши рота - це вбереже від контузії. У разі, якщо обстріл застав вас у

транспорті, потрібно негайно зупинити транспортний засіб, відбігти від дороги та будинків і залягти на землю, а потім короткими перебіжками прямувати до найближчої схованки.

Дії населення в разі можливих терактів

Загроза терористичних атак є актуальною для України. Найбільш вірогідними цілями терористичних атак є місця масового перебування людей та об'єкти підвищеної небезпеки, які внаслідок підриву призводять до значної кількості людських жертв і можуть створити додаткову загрозу населенню та територіям, внаслідок викиду у навколишнє природне середовище небезпечних речовин (хімічних, біологічних, радіоактивних).

Типовою зброєю терористів є використання замаскованих вибухових пристроїв. Залежно від мети терористичного акту такі пристрої, споряджені годинниковим механізмом, можуть залишатись терористами у житлових будинках, навчальних закладах, установах і організаціях, підприємствах, громадському транспорті тощо.

Завдяки пильності громадян можна запобігти численним жертвам від спрацювання вибухового пристрою.

Терористи намагаються розмістити вибухові пристрої у найбільш уразливих місцях, де зможуть завдати найбільшої шкоди населенню.

До таких місць, як правило, належать:

автомобілі;

входи, внутрішні двори, підсобні приміщення адміністративних і житлових будинків, складських приміщень;

урни для сміття, інженерні комунікації в місцях масового перебування людей (фестивалі, ярмарки, базари, супермаркети, підземні переходи тощо);

громадський транспорт (вагони тролейбусів, автобусів, трамваїв, поїздів тощо);

об'єкти підвищеної небезпеки тощо.

В окремих випадках вибуховий пристрій може бути замаскований у поштових посиленнях (посилки, конверти), букетах квітів, подарунках тощо.

Також до ознак підозрілих предметів, що можуть бути вибуховими пристроями можна віднести:

електропроводи, що виходять з невідомого предмета, антени, лампочки на його поверхні, хід годинника, що прослуховується;

залишені предмети побутового призначення (валізи, сумки, гаманці, дитячі іграшки, ручні ліхтарики тощо);

предмети, що знаходяться в не призначених для цього місцях (наприклад, велика дитяча іграшка біля вхідних Дверей);

предмети з прикріпленими до них мобільними телефонами, радіостанціями, акумуляторами.

Слід пам'ятати, що вибухова речовина може бути різноманітного виду та мати різні властивості, що, у свою чергу, надає можливість замаскувати вибуховий пристрій навіть у поштовому конверті.

З метою попередження вибуху та встановлення наявності вибухового пристрою необхідно:

бути уважними та звертати увагу на покинуті речі (валізи, сумки, пакунки, парасольки тощо);

звернути увагу на ділянки свіжоскопаної землі, свіжопоштукатуреної або свіжопофарбованої стіни будівлі;

не приймати від сторонніх осіб подарунків, квітів, поштових посилянь; користуючись громадським транспортом, не погоджуватись на пропозиції супроводжувати речі невідомої особи (у тому числі провідників, стюардів, контролерів).

При виявленні вибухового пристрою або підозрілої речі необхідно: зберігати спокій;

негайно повідомити про знахідку представників міліції, охорони аварійно-рятувальних служб або зателефонувати за номерами 101,102;

не курити;

не користуватись запальничками, іншими джерелами відкритого також предметами, що можуть його утворювати; не торкатись до підозрілої речі руками або іншими речами;

у жодному разі не намагатися переміщувати вибуховий пристрій (підозрілий предмет) або змінювати його положення;

У разі отримання повідомлення від представників влади (правоохоронних органів, аварійно-рятувальних служб) про евакуацію із будинку (зони ймовірної надзвичайної ситуації або проведення антитерористичної операції) необхідно зберігати спокій та чітко виконувати отримані інструкції.

Якщо ви знаходитесь у квартирі:

візьміть з собою документи, гроші, цінності та, у разі необхідності, ліки;

потрібно знеструмити квартиру та перекрити воду і газ;

надайте допомогу в евакуації літнім та важкохворим людям;

перевірте сусідні квартири на наявність у них дітей, які на час оголошення евакуації залишились без нагляду дорослих, та повідомте про це представників правоохоронних органів (аварійно-рятувальних підрозділів);

обов'язково замкніть свою квартиру;

залишайте будинок спокійно, не створюючи паніки.

Якщо ви знаходитесь на вулиці:

уникайте великих скупчень людей;

якщо ви опинились у натовпі, не намагайтесь вийти з нього, рухайтеся у тому ж напрямку, що й натовп;

руки зігніть у ліктях на рівні грудей та розсуньте їх, звільняючи від тиску грудну клітину;

не тримайте руки у кишенях;

якщо натиск натовпу набрав загрозливого характеру, негайно покиньте будь-яку ношу та позбавтесь від сумок на довгому ремні і шарфу;

якщо ви упали, намагайтесь одразу встати на ноги, не опираючись на руки, а якщо це неможливо, потрібно згорнутись клубком і захистити голову передпліччями, поклавши долоні на потилицю.

У разі вибуху (спрацювання вибухового пристрою) у вашій або сусідній квартирі необхідно:

негайно по телефону повідомити про подію правоохоронні (№ 102),

аварійно-рятувальні (№ 101) та медичні (№ 103) служби;

у разі можливості та наявності необхідних знань і навичок надати першу медичну допомогу постраждалим;

обов'язково відкрити вікна і двері для провітрювання, оскільки продукти вибуху містять отруйні та шкідливі компоненти;

дочекатись прибуття представників правоохоронних органів (аварійно-рятувальних служб) та у подальшому діяти за їх вказівками.

Якщо в результаті вибуху важким предметом притиснуло будь-яку частину тіла, необхідно:

масажувати її для підтримання циркуляції крові;

намагатись перебувати як можна довше при свідомості (читайте вірші, співайте пісні тощо);

подавати сигнали всіма доступними засобами (мобільний телефон, стукіт по перекриттях та металевих предметах тощо).

Слід пам'ятати, що одразу після повідомлення про вибух аварійно-рятувальними підрозділами розпочинаються роботи щодо визволення постраждалих з-під завалів. Під час аварійно-рятувальних робіт передбачено періодичні «хвилини тиші», коли зупиняється робота спеціального обладнання та приймаються сигнали про допомогу.

В окремих випадках терористи використовують вибуховий пристрій у поєднанні з ємністю з хімічно або біологічно небезпечною речовиною. Хімічно та біологічно небезпечні речовини можуть також розповсюджуватись без допомоги вибухового пристрою (аерозольним шляхом, через речі масового використання тощо).

У разі коли після вибуху (або раптово) з'являються хмара або різкий сторонній запах, подібні ознаки нездужання в оточуючих людей (запаморочення, нудота, слабкість у суглобах і кінцівках тощо) необхідно:

негайно залишити місце забруднення, орієнтуючись на погодні умови та фізичні властивості хмари (у разі її наявності);

негайно по телефону повідомити про подію правоохоронні (№ 102), аварійно-рятувальні (№ 101) та медичні (№ 103) служби;

у разі коли покинути місце забруднення неможливо, вжити заходів для захисту органів дихання і шкіри підручними засобами (застебнути одяг, закрити обличчя, закрити органи дихання вологою тканиною);

після виходу з місця зараження негайно звернутись до медичних закладів.

Якщо ви опинились у будинку (приміщенні, території) захопленому терористами, але не були ними знайдені, необхідно:

- зберігати спокій та намагатись уникнути контакту з терористами;
- як можна тихіше повідомити правоохоронні органи про терористичну атаку, а також про своє місцезнаходження;
- не курити;
- не наближатись до дверей та вікон;
- чітко виконувати інструкції та команди правоохоронців;
- сховати свої документи та візитні картки.

Пам'ятайте, що одразу після і вашого повідомлення антитерористичними підрозділами буде вжито вичерпних заходів для збереження вашого життя та здоров'я.

Почувши про початок антитерористичної операції (стрільба, вибухи), необхідно:

лягти на підлогу обличчям вниз, поклавши руки долонями на потилицю;

чітко виконувати команди співробітників антитерористичного підрозділу уникаючи різких рухів.

Надання екстреної само- та взаємодопомоги у надзвичайних ситуаціях

- не панікувати, взяти себе в руки, сконцентрувати силу волі, оцінити ступінь отриманих ушкоджень і їх небезпеки для життя;
- почати надавати самодопомогу з найбільш загрозливих для вашого життя клінічних проявів (артеріальна кровотеча, шок, відкритий перелом та ін.);
- якщо відчуваєте, що втрачаєте свідомість, підняти ноги вище тулуба: лежачи на спині, уперти їх об найближчу стіну або покласти на поверхню що підвищується (створити приплив крові до мозку), розтерти вушні раковини, натиснути нігтем на точку реанімації (вона знаходиться в носо-губній складці на верхній щелепі);
- зібратися з силами і голосно покликати на допомогу; при наявності стільникового телефону набрати «101», викликати «швидку допомогу» по телефону «103»;
- при артеріальній кровотечі до приїзду «швидкої» або співробітників ДСНС сильно затиснути артерію пальцями безпосередньо в рані або вище рани;
- якщо у вас кров б'є фонтаном, яскраво-червоного кольору, терміново зберіться із силами і накладіть собі джгут-закрутку, використовуючи пояс, ремінь, шарф, краватку, шматок матерії (правильно передавлена артерія сигналізує припиненням кровотечі з рани);
- варто накласти на рану бинт або шматок чистої бавовняної матерії (асептика);
- при переломі верхньої кінцівки зігніть її в ліктьовому суглобі і зафіксуйте, притиснувши до тулуба і притримуючи її здоровою рукою (імобілізація);

- при переломі нижньої кінцівки прибинтуйте її в двох-трьох місцях до здорової ноги;
- можливо, в сумочці у вас є знеболюючий анальгетик (анальгін, пенталгін, солпадеін), прийміть його, це зменшить біль;
- надаючи допомогу іншій людині, дійте за обставинами;
- визначте стан потерпілого (у свідомості чи ні), ступінь пошкоджень — вони небезпечні для життя або середньої тяжкості;
- надайте посильну долікарську допомогу, викличте «швидку допомогу»;
- візуально і по пульсу контролюйте стан потерпілого до прибуття медичних працівників, психологічно підтримуйте його.

***Пам'ятайте: допомога, що надана в перші хвилини, рятувала життя багатьом постраждалим людям!***