

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ЦЕНТР ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ ТА
БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ КІРОВОГРАДСЬКОЇ ОБЛАСТІ

**«ЗАХИСТ ЛЮДИНИ
В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ СОЦІАЛЬНОГО ТА
ВОЄННОГО ХАРАКТЕРУ»**

Кіровоград
2014

«ЗАХИСТ ЛЮДИНИ В УМОВАХ НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЙ СОЦІАЛЬНОГО ТА ВОЄННОГО ХАРАКТЕРУ»

Зважаючи на той стан, який склався зараз в країні нам необхідно пам'ятати *про тероризм*. Пам'ятати про те, що ми живемо в епоху тероризму,- означає налаштувати себе, свою свідомість і поведінку у відповідне русло: сприйняття оточуючого середовища, відношення до того, що відбувається, і до поведінки в житті. Це означає, що необхідно знати напам'ять не тільки "101", "102", "103", за цими телефонними номерами буває важко додзвонитись, але і телефони більш оперативної й ефективної Служби порятунку Державної служби з надзвичайних ситуацій. Це означає, що необхідно заздалегідь знати, куди бігти і що робити в критичній ситуації. Це означає, що потрібно тримати документи і гроші, предмети першої необхідності в доступному місці, так щоб при необхідності не витратити багато часу на їх пошуки.

Досвід різних країн і народів показує: якщо люди пам'ятають про те, що в житті існує тероризм і терористи, їх поведінка ніби сама автоматично підлаштовується під потенційну загрозу. Тоді люди самі стають більш уважними, обережними, спостережливими. Мова в жодному разі не йде про паніку, про постійний страх, з яким жити неможливо. Але дисциплінуючи себе і навколишнє середовище, люди добиваються того, що терорист стає більш помітним на такому фоні, адже він завжди порушує ті чи інші норми суспільного життя: чи злочинець несе в руках щось незвичне, велике і запаковане у щось невідповідне, чи кармани у нього занадто відтопирюються, чи він залазить під чужий автомобіль, що стоїть у вашому дворі і підозріло довго возиться там, чи веде себе неадекватно.

На жаль, більшість з нас ходить по вулиці приблизно однаково – в основному, дивлячись собі під ноги. Дивитися ж треба на всі боки, причому уважно. Так можна побачити і потенційного терориста, і підозрілий предмет, і просто небезпечну компанію вуличної шпани у підворотті. На вулиці практично все має значення. Добре відомо, що вибух припаркованого в людному місці або біля житлових будинків автомобіля — один з улюблених прийомів терористів. Звертайте найпильнішу увагу на такі кинуті машини. Якщо помітили біля свого будинку незнайомий автотранспорт, що припаркований протягом декількох днів, - спробуйте з'ясувати у сусідів, кому він належить, чому саме тут покинутий. Або хоча б не полінуйтеся подзвонити своєму дільничному інспектору, в крайньому випадку зверніться до ЖЕК – вони вживуть необхідних заходів.

Остерігайтеся на вулиці не тільки сп'янілих, але і гулящих підлітків – і вони можуть бути небезпечними. Остерігайтесь входів до підвалів, на горища.

Пам'ятайте: як правило, терористи – чужаки, прийшли люди, сторонні у вашому місті. Свої рідко стануть висаджувати у повітря будинки, у яких, можливо, живуть їх власні родичі. Чужа ж людина завжди помітна. Вона не знає, де знаходяться усім відомі місця, розпитує дорогу, іноді цікавиться тим,

що для нормальної людини давно відоме і звичне. Ви, наприклад, знаєте, де знаходиться найближче відділення міліції? Або знаєте, або вам і знати цього не треба. А ось терористу це украй необхідне знати, для того щоб унебезпечити себе від оперативних співробітників.

Отже придивіться уважніше до чужої людини, яка цікавиться, де ж тут міліція. Запитайте, навіщо це йому знадобилося. І подивіться, як він реагуватиме. Якщо щось здасться вам підозрілим, дивним або просто незрозумілим, знайдіть спосіб сповістити про це співробітників міліції (дільничного або «102»). Спробуйте добре запам'ятати зовнішні прикмети людини, що викликала у вас підозру, щоб детально описати його співробітникам міліції. Не намагайтеся організувати стеження за підозрілою людиною, це повинні робити фахівці. Не робіть самостійних спроб затримати підозрілу людину, як би добре Ви б не були фізично підготовлені.

Стежте ретельніше за всім, що використовується для внутрішнього вживання. Купуйте їжу і напої в тих місцях і торгових пунктах, де перевіряють якість товарів, що продаються: бажано у супермаркетах, а не з рук. Терористи можуть скоїти недобре і отруївши продукти.

ПРИ ЗАГРОЗІ ТЕРОРИСТИЧНИХ АКТИВ

Терористи можуть встановити вибухові пристрої у самих непередбачених місцях: на дорогах, в будинках, на транспорті, у громадських місцях, автомобілях, баках для сміття. На сьогоднішній день можуть використовуватися як промислові, так і саморобні вибухові пристрої, замасковані під будь-які предмети (книжку, коробку цукерок, футбольний м'яч, дитячі іграшки, тощо).

Замаскована вибухівка



Заходи безпеки при загрозі проведення теракту:

- Будьте уважні та доброзичливі до оточуючих.
- Ні при яких умовах **НЕ ПРИПУСКАЙТЕСЬ ПАНІКИ!!!**
- Якщо є можливість, виїдьте на кілька днів на дачу, у село, до родичів в інше місто.

Зробіть безпечним власне житло:

- Приберіть пожежонебезпечні предмети — старі фарби, лак, бензин та ін.;
- Приберіть з вікон квіти (поставте їх на підлогу);
- Закрийте штори на вікнах — це захистить вас від пошкоджень уламками скла.
- Зберіть у сумку всі необхідні вам документи, речі, гроші на випадок термінової евакуації.
- По можливості не користуйтеся громадським транспортом.
- Не відвідуйте громадські місця.

Якщо вами виявлено вибухонебезпечний предмет

Вибухонебезпечні пристрої



- Побачивши вибухонебезпечний предмет (гранату, снаряд, бомбу и т. Ін.), не підходьте близько до нього, покличте людей та попросіть терміново повідомити про знахідку у міліцію. Не дозволяйте випадковим людям торкатися небезпечного предмету або намагатися знешкодити його.
- Здійснюючи поїздки у громадському транспорті (особливо у метро), звертайте увагу на залишені сумки, портфелі, згортки, іграшки та предмети, у яких можуть знаходитись саморобні вибухонебезпечні пристрої. Терміново повідомте про це водію, машиністу поїзду, будь-якому працівнику міліції. Не відкривайте їх, не чіпайте руками, попередьте людей про небезпеку.

- Заходячи у під'їзд, звертайте увагу на сторонніх людей й невідомі предмети. Як правило, вибуховий пристрій у будівлі закладають у підвалах, на перших поверхах, під сходами. Будьте уважні та обережні.
- Помічайте предмети схожі на зображені на фотографіях, чи будь-які інші дивні, невідповідні до обстановки, незнайомі речі, що привертають до себе увагу, покинуті іграшки і побутові предмети, а також дротові розтяжки, зазвичай натягнуті на рівні з колінами. Все, що має підозрілий вигляд, обминайте і повідомляйте про це дорослим.
- Обминайте зелені насадження, місця зі слідами руйнувань, звалища, покинуті будівлі, машини і зруйновану техніку, шляхи з пошкодженим покриттям, місця обстрілів і бойових дій, а також зони позначені сигнальними стрічками, знаками з черепом і кістками й написами УВАГА МІНИ!
- Помітивши підозрілий предмет чи місце, не намагайтеся підійти ближче, сфотографувати чи взяти в руки, а запам'ятайте, як вона виглядає і де знаходиться, і якнайшвидше повідомте знайомим, рятувальникам, чи представникам місцевої влади.
- Опинившись на замінованій ділянці (позначеній сигнальними стрічками, знаками з черепом і кістками й написами УВАГА МІНИ!), не намагайтеся вийти самостійно, а залишайтеся на місці і кличте на допомогу.

Якщо стався вибух!

- Пересувайтесь обережно, не чіпайте пошкоджені конструкції та оголений дрiт.
- У пошкодженому приміщенні із-за небезпеки вибуху газу не можна користуватися відкритим вогнем.
- При задимленні захистіть органи дихання мокрим рушником, частиною одягу.
- Дійте у відповідності з наказами осіб, які керують розбором завалів, ліквідацією наслідків вибуху.

Якщо вас завалило уламками стін

Намагайтеся не панікувати, дихайте глибоко й рівно, приготуйтеся терпіти голод та спрагу. Голосом і стуком привертайте увагу людей. Якщо ви знаходитесь глибоко під поверхнею землі, пересувайте вліво вправо будь-який металевий предмет (кільце, ключі и т. ін.) для знаходження вас метало детектором.

Якщо простір поруч з вами відносно вільний, не запалюйте сірники, свічки, бережіть кисень. Якщо у вас є можливість, закріпіть стелю та чекайте на допомогу.

Якщо сталась пожежа

Пожежа може статись уразі вибуху, уразі використання відкритого вогню (сірники, свічки) у приміщенні, розпалювання багаття на підвір'ї, особливо у суху, спекотну, вітряну погоду.

- Давайте пригадаємо ваші дії, якщо ви відчули запах диму або побачили вогонь:

1) терміново зателефонуйте до "Служби порятунку 101" з домашнього

телефону, якщо вам не загрожує вогонь. У разі небезпеки - краще залишити приміщення, а викликати пожежних-рятувальників з мобільного свого чи перехожих;

2) по телефону чітко назвіть *свою повну адресу (вулицю, будинок, корпус, квартиру), ім'я та прізвище, по можливості поясніть, що саме горить;*

3) відповідайте на всі питання оператора (як краще під'їхати до місця пожежі, який код домофона і т.д.). Знайте: у цей час досвідчені пожежні-рятувальники вже поспішають вам на допомогу, а всю додаткову інформацію щодо пожежі вони отримують від оператора по рації;

4) повідомивши про пожежу, запитайте у оператора, що вам робити далі: чи то спробувати власноруч загасити вогонь, чи то чекати на пожежних-рятувальників на вулиці і т.д.;

5) якщо поряд знаходяться люди похилого віку або молодші діти, допоможіть їм залишити небезпечну зону;

6) не забудьте і про своїх домашніх улюбленців, якщо неможливо їх взяти з собою, залишаючи квартиру, то знайди для них найбезпечніше місце, наприклад, ванна кімната;

7) якщо в квартирі знаходяться усі члени сім'ї, то намагайтеся не панікувати, діяти рішуче та швидко;

8) залишаючи приміщення, що горить, щільно зачиніть усі двері, щоб запобігти подальшому розповсюдженню вогню;

9) якщо ви мешканець багатоповерхівки, то не користуйтеся ліфтом під час пожежі, оскільки світло можуть вимкнути в аварійному режимі.

У режимі повсякденної діяльності при можливому раптовому нападі противника:

Уважно слухайте сигнали цивільного захисту та інформацію, які доводяться до всіх мешканців міста.

Будьте готові до проведення евакуації із приміщення, або укриття в підвалах.

Не допускайте проявів паніки, скупчень на шляхах евакуації, користуйтеся показниками (відповідними написами про місце знаходження необхідного підвалу), дотримуйтеся порядку.

Застосовуйте при необхідності засоби індивідуального захисту органів дихання.

При травмуваннях, зверніться за допомогою тих хто знаходиться поруч. По можливості допоможіть собі самі.

Виконуйте правила поведінки в захисних спорудах та інших пристосованих укриттях, вимоги технічних працівників (старших будинків, в яких знаходяться визначені підвали для укриття).

Правила заповнення захисних споруд і поведінки людей, що укриваються.

Готуючись до укриття в захисній споруді чи підвалі населення повинно заздалегідь приготувати: документи, гроші, цінні речі, ковдру, розкладний стілець, або розкладачку, найпростіші засоби індивідуального захисту, медичні засоби, ліки, запас харчів (які довго зберігаються), води, мінімум на добу, кишеньковий ліхтарик із запасними батареями, сірники, предмети особистої гігієни;

У разі виникнення загрози повітряного обстрілу, або раптового нападу противника необхідно, взявши все приготоване, надягнувши зручне високе взуття, довгий плащ із капюшоном, що не пропускає вологу; швидко заповнювати споруди (підвали) людьми.

Для цього, ті хто укриваються, повинні заздалегідь вивчити маршрут руху до захисних споруд (укриттів, підвалів). Для цього бажано звернути увагу на спеціальні написи і стрілки - покажчики, намальовані на видних місцях. В нічний час написи-покажчики і входи повинні бути освітлені або дубльовані світловими покажчиками.

Заповнювати захисні споруди (підвали) слід організовано і без паніки. Розміщує людей у відсіках підвалу старший будинку (відкриває підвал за необхідності). Захисною спорудою опікується спеціально призначений технічний працівник. Осіб, які прибувають з дітьми, розміщують в місці, спеціально відведеному для них (найбільш затишному).

Одразу ж після заповнення усі двері та інші отвори, а також пристрої, які вимикаються на мережах водопроводу і опалення закриваються.

В захисній споруді (підвалі) забороняється палити, шуміти, запалювати без дозволу газові лампи, свічки, приносити легкозаймисті або маючі запах речовини, а також громіздкі речі і приводити тварин.

Ті люди, які укриваються повинні також тримати в готовності засоби індивідуального захисту, медичні засоби, ліки, запас харчів, води і т.д., виконувати усі вказівки старшого по будинку, пов'язані з перебуванням людей в укритті, надавати йому необхідну допомогу.

Не слід ходити по приміщеннях без особливої на те потреби. Відомості про сигнали, що передаються і наземну обстановку ті, що укриваються можуть отримати через радіотрансляційну мережу або радіоприймачі.

При укритті людей в захисній споруді, внаслідок деякого тепловиділення, збільшення вологості і підвищеного вмісту вуглекислого газу можуть створитися дуже важкі умови для подальшого перебування, особливо дітей, літніх людей та хворих. Такі умови можуть наступити через 2-4 години, якщо споруда заповнена до розрахункової місткості, а фільтровентиляційні агрегати не приведені в дію, або зовсім відсутні, як у пристосованих підвалах.

Підвищення температури, збільшення вологості і погіршення інших параметрів повітря, які шкідливо впливають на організм людини, можуть відбуватись і при працюючих агрегатах, наприклад, в спекотний день літа.

Враховуючи це, необхідно прийняти ряд заходів, які полегшують умови перебування людей в захисній споруді. Дітей, літніх людей та людей з поганим самопочуттям розміщують в медичній кімнаті або в огорожувальних стінах і ближче до повітряходів.

Для жінок і дітей бажано виділити окремі відсіки з підвищеною температурою. Тим, хто знаходиться в укритті, по можливості, необхідно зняти теплий верхній одяг. Для зміни одягу при підвищеній вологості доцільно взяти з собою комплект натільної білизни.

При тривалому перебуванні людей в захисних спорудах дуже важливо створити умови для відпочинку. Для цього необхідно організувати позмінний відпочинок людей на місцях для лежання. Для забезпечення кращого відпочинку можна тримати в спорудах або брати з собою легкі підстилки і невеликі подушки із поролону, губчатої гуми або іншого синтетичного матеріалу.

Якщо лавки або нари відсутні, необхідно, направляючись в укриття, брати з собою розкладні ліжка, складні стільці, невеликі табуретки.

В умовах переповнювання захисної споруди (підвалах) ті, що укриваються можуть розміщуватися також в проходах і тамбурах.

У захисній споруді (підвалі) щодня проводиться дворазове прибирання приміщень силами тих, хто там укритися, за розпорядженням технічного працівника (старших домів).

Обслуговування устаткування і прибирання технічних приміщень здійснюється черговими по захисній споруді (укриттю).

Сповіднення тих, хто укритися в захисній споруді про обстановку зовні, про сигнали, що надходять і розпорядження здійснюється по радіотрансляційній мережі.

Ті, що укриваються в захисних спорудах **ЗОБОВ'ЯЗАНІ**:

- швидко і без метушні зайняти вказані місця у приміщенні;
- виконувати правила внутрішнього розпорядку, усі розпорядження особового складу формування з обслуговування захисної споруди;
- дотримуватися спокою, припиняти випадки паніки і порушення громадського порядку, залишатися на своїх місцях у разі вимкнення освітлення;
- підтримувати чистоту і порядок в приміщеннях;
- тримати в готовності засоби індивідуального захисту;
- надати допомогу при ліквідації аварій і усуненні ушкоджень інженерно-технічного устаткування;
- дотримуватися правил техніки безпеки.

Тим, хто укривається в захисних спорудах **ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ**:

- палити і вживати спиртні напої;
- приводити (приносити) в сховище домашніх тварин (собак, кішок та ін.);
- приносити легкозаймисті, вибухонебезпечні і такі, що мають сильний, специфічний запах речовини, а також громіздкі речі;

- шуміти, голосно розмовляти, ходити по споруді без особливої потреби, відкривати двері і виходити із споруди;
- включати радіоприймачі, магнітофони і інші радіозасоби;
- застосовувати джерела освітлення з відкритим вогнем (гасові лампи, свічки, карбідні ліхтарі та ін.). Вказані джерела освітлення застосовуються тільки по дозволу старшого дому на короткий час у разі крайньої необхідності - при проведенні аварійних робіт, наданні допомоги постраждалим та ін.

У разі припинення подання в захисну споруду електроенергії від зовнішньої міської мережі:

- у споруді вмикається освітлення акумуляторними ліхтарями;
- встановлюється причина припинення подання електроенергії і усуваються несправності.

При виявленні в повітрі отруйних речовин ті, що укриваються повинні надіти протигази.

При утворенні завалів у вході в захисну споруду:

- використовується аварійний вихід;
- приймаються заходи по зняттю з петель захисно-герметичних дверей і звільненню від завалів передтамбурів;
- у разі руйнування аварійного виходу знаходяться інші шляхи виводу тих, хто укривається із захисної споруди (проробляються отвори в конструкціях, що захищають)

При виникненні пожежі в захисній споруді:

- за допомогою засобів пожежогасіння пожежа ліквідується або ізолюється в межах приміщення.

При раптовому артобстрілі, коли відсутня можливість залишити будівлю:

Займіть саме безпечне місце: прорізи капітальних внутрішніх стін, кути, утворені капітальними внутрішніми стінами, під балками каркаса.

Краще лягти і обхопити голову руками. Відкрити рот - це вбереже вас від контузії при близькому розриві снаряда чи бомби.

Якщо можливо, сховайтеся під стіл - він захистить вас від падаючих предметів і уламків.

Якщо з вами діти, укрийте їх під собою.

Не піддавайтеся паніці і зберігайте спокій, підбадьорюйте присутніх.

Тримаєтесь подалі від вікон, електроприладів.

Якщо виникла пожежа, відразу ж спробуйте загасити її.

Використовуйте телефон тільки для виклику представників органів правопорядку, пожежних, лікарів, рятувальників.

Після закінчення обстрілу (бомбардування)

Залишаючи місце укриття уважно дивіться собі під ноги.

Не піднімайте з землі ніяких незнайомих вам предметів: авіабомба, ракета або снаряд.

Якщо ви потрапили на вулиці у перестрілку:

- одразу ляжте та озерніться навколо, виберіть найближче укриття та проберіться до нього не піднімаючись у повний зріст;
- при першій можливості сховайтесь за кам'яними або бетонними конструкціями, у підвалі або під їзді будинку, підземному переході і т.д.;
- прийміть заходи щодо рятування дітей, прикрийте їх собою;
- по можливості сповістіть про події співробітникам правоохоронних органів.

Захоплення заручників

Не слід забувати, що головним завданням терористів є не розправа із заручниками, а тиск під загрозою цієї розправи на органи влади.

Що робити в таких випадках?

- намагайтесь бути розважливими, спокійними, по можливості миролюбними, не піддавайте себе зайвому ризику;
- якщо злочинці перебувають в стадії алкогольного чи наркотичного сп'яніння, то намагайтесь максимально обмежити всілякі контакти з ними, оскільки їхні дії можуть бути непередбаченими;
- не посилюйте агресивність злочинців непокорюю, лайкою, зайвим опором, оскільки перевага сил у таких випадках складається не на вашу користь;
- виконуйте вимоги терористів, не створюючи конфліктних ситуацій, запитуйте дозволу переміститись, сходити в туалет, відкрити сумочку і т.д.;
- уникайте будь-яких дискусій. Особливо політичних, зі злочинцями, будьте насамперед уважними слухачами;
- з першою ж нагодою намагайтесь повідомити про своє місце знаходження рідним чи в міліцію;
- зберігайте свою гідність і нічого не просіть, намагайтесь з'їдати все, що дають незважаючи на те, що їжа може бути вкрай непривабливою;
- якщо ви тривалий час перебуваєте разом із злочинцями, постарайтесь встановити з ними контакт, викликати гуманні почуття і завести розмову, не наводячи їх на думку, що ви хочете щось довідатися;
- намагайтесь запам'ятовувати будь-яку інформацію (вік, зріст, манеру розмовляти, звички тощо) про злочинців, яка в майбутньому допоможе встановити х місцезнаходження;
- не дозволяйте собі падати духом, намагайтесь заспокоюватись і розслаблюватись за допомогою медитації, читайте різні тексти, виконуйте вправи для розуму, намагайтесь згадати вірші-усе це є найефективнішим захистом від апатії і депресії;
- уважно стежте за поведінкою злочинців, їхніми намірами, будьте готові рятуватися втечею, якщо абсолютно впевнені в безпечності такої спроби;

- намагайтесь віднайти найбільш безпечне місце в приміщенні, де вас утримують і де можна було б захиститися під час штурму терористів.
- у разі відсутності такого місця падайте на підлогу при будь-якому шумі або стрілянині;
- при застосуванні спец підрозділом сльозоточивого газу дихайте через мокру тканину, швидко і часто моргайте, викликаючи сльози;
- під час штурму ні в якому разі не беріть зброї терористів;
- при звільненні виходьте якомога швидше, речі залишайте там, де вони лежать, оскільки там можливі вибухи або пожежі, беззастережно виконуйте команди групи захоплення.