

Памятка для населения ЗАТО г. Островной по действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К НАВОДНЕНИЮ. ДЕЙСТВИЯ ПРИ ЭВАКУАЦИИ

Соберите необходимые ценности, документы, аптечку, теплые вещи, запас продуктов и воды на 2-3 суток, нож, топорик, теплое одеяло, фонарик с запасом батареек — для подачи сигналов бедствия в темноте.

Подготовьте плавсредства.

Заранее продумайте маршрут эвакуации до возвышенного места, куда не доходит вода.

Перед уходом из дома выключите газ и свет, погасите огонь в печи, перенесите на верхние этажи или чердак ценные предметы и вещи, закройте окна и двери. Если боитесь мародеров, то окна и двери можно забить снаружи.

Если вы вынуждены оставаться дома, то до подхода спасателей лучше перебраться на верхние этажи, чердак или крышу дома, взяв с собой все необходимое.

Если за вами подошла спасательная лодка, садитесь спокойно, по одному. Берите с собой только самое необходимое. Выполняйте все указания спасателей.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПОСЛЕ НАВОДНЕНИЯ

Вернувшись после ухода воды домой, сначала проверьте, не подмыло ли фундамент здания, не упадет ли что-нибудь сверху. Проветрите помещения — в них могут скапливаться вредные газы. Газовую плиту не зажигайте до тех пор, пока не убедитесь, что нет утечки газа.

Из соображений безопасности не употребляйте в пищу подмоченные продукты, так как они могут быть загрязнены болезнетворными микробами. По этой же причине, прежде чем брать воду из колодца, надо его сначала осушить, почистить, а затем откачивать воду до тех пор, пока она не станет пригодной для питья.

Существует много способов проверить воду на пригодность употребления, но единственно точный и надежный способ проверки воды на качество — это ее анализ.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЮ

Признаки начинающегося землетрясения: предварительные слабые толчки, деформация земной поверхности, изменение уровня воды в колодцах или скважинах, изменение поведения животных, приглушенный гул, звучащий как бы издали, возможно появление характерного запаха газа.

Соберите необходимые ценности, документы, аптечку, теплые вещи, запас продуктов и воды на 2-3 суток, нож, топорик, теплое одеяло, фонарик с запасом батареек, свечи, спички и зажигалку.

Прочно закрепите мебель, прикрепив ее к стенам или к полу. Разместите

ее так, чтобы она не могла упасть на спальные места, перекрыть выходы из комнат, загородить двери. Закрепите «антресоли», лежащие на шкафах.

Не загромождайте вещами вход в квартиру, коридоры и на лестничные площадки.

Не располагайте спальные места у больших оконных проемов, стеклянных перегородок.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИИ

Постарайтесь в течение первых 15-20 секунд покинуть здание. Не создавайте давку! Не прыгайте в окно, находясь выше первого этажа. Не пользуйтесь лифтом. Покинув здание, сразу отойдите от него подальше на открытое место.

В помещении можно переждать толчки, стоя в проемах капитальных внутренних стен, в углах, образованных внутренними капитальными стенами, у колонн и под балками каркаса.

Укрыться от падающих предметов можно под прочными столами и кроватями. Научите детей прятаться туда при сильных толчках в отсутствие взрослых. Проведите дома репетиции.

На улице отойдите на открытое место подальше от зданий и линий электропередач. Остерегайтесь оборванных проводов!

Если землетрясение застало вас в автомобиле, то необходимо остановиться в месте, где не будут созданы помехи другому транспорту и открыть двери. Пассажирам безопаснее всего оставаться на своем месте до конца колебаний.

Будьте готовы к повторным сильным толчкам. По крайней мере в первые 2-3 часа не входите в здания без крайней нужды.

ПРИЗНАКИ УГРОЗЫ ЦУНАМИ

Опасность цунами существует для вас, только если вы находитесь на побережье океана, на побережье замкнутой бухты или большого озера.

Если вы ощутили сильные подземные толчки, при этом колебания длятся более 20 секунд, создают ощущение морской качки - это природный сигнал, что вам угрожает затопление волной цунами.

Полезно знать следующие дополнительные признаки угрозы цунами:

- быстрый отход воды от берега (сморкает шум прибоя), быстрое понижение уровня (в прилив) или повышение уровня (в отлив). Не спускайтесь к воде, чтобы это проверить;
- необычный дрейф плавающего льда и других плавающих предметов, образование трещин в припае, необычные волны у кромки льда или рифов, толчея.

Первая волна может подойти через 15-20 минут. Знайте, что может быть несколько последовательных волн с интервалами от нескольких минут до часа; при этом самой сильной может быть не первая, а одна из последующих волн.

ЧТО ДЕЛАТЬ ВО ВРЕМЯ ПРИХОДА ЦУНАМИ

По возможности срочно переберитесь на возвышенное место.

Если вблизи нет возвышенностей, следует уйти от берега на 2-3 километра.

Не следует уходить от берега долинами рек и ручьев.

Оказавшись в безопасном месте, выждите три часа после сильных толчков, если вы не видите берега. Если берег виден, наблюдайте за ним.

Если волн не было в течение двух часов — опасность миновала: не все сильные землетрясения сопровождаются цунами.

Если волны были, ждите 1,5 часа после последней заметной волны.

Если после землетрясения вы услышали тревогу цунами - ждите отбоя тревоги.

Имейте в виду, что удаленные сильные землетрясения, которые возникают в Тихом океане вдали от Камчатки, также могут вызвать опасные волны высотой до 10 метров на восточном побережье Камчатки.

В этих случаях должна быть подана тревога цунами. Оповещение населения осуществляется передачей сообщения по сетям радиовещания и телевидения.

ДЕЙСТВИЯ ПРИ ОБРУШЕНИИ ЗДАНИЙ

Первыми признаками разрушения строений могут быть:

- внезапно возникшие трещины в стенах, полу и потолке;
- вибрация;
- признаки взрыва или механического удара. Обнаружив эти признаки:

Постарайтесь как можно быстрее покинуть здание, взяв документы, деньги и предметы первой необходимости. Вызовите спасателей по номеру «01» или с мобильного телефона «112».

Пресекайте панику, давку при эвакуации, останавливайте тех, кто собирается прыгать с балконов и окон из этажей выше первого.

На улице перейдите на открытое пространство. Если вы не можете покинуть здание:

- держитесь подальше от окон, электроприборов;
- немедленно отключите воду, газ и электричество.

Займите безопасное место: в проеме капитальных внутренних стен, в углу, образованном капитальными внутренними стенами, под балками каркаса. Можно спрятаться под стол - он защитит от падающих предметов. Если с Вами дети, укройте их собой.

Ни в коем случае не пользуйтесь спичками или зажигалкой.

ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ В ЗАВАЛЕ

Дышите глубоко, не поддавайтесь панике и не падайте духом. Знайте, помощь придет обязательно! Помните, что человек способен обходиться без еды и воды достаточно длительное время.

В ожидании спасателей попытайтесь приспособиться к обстановке. Убедитесь в том, что Вы не получили серьезных травм. Постарайтесь определить, где Вы находитесь, нет ли рядом других людей: прислушайтесь, подайте голос. Не старайтесь самостоятельно выбраться, это зачастую чревато пагубными последствиями. Постарайтесь укрепить «потолок» находящимися рядом обломками. Отодвиньте от себя острые предметы. Закройте нос и рот носовым платком и одеждой, по возможности намоченными.

Если у вас есть мобильный телефон - позвоните спасателям по мобильному

телефону «112».

ЗНАЙТЕ! В ходе проведения поисково-спасательных работ через каждый час делаются паузы («минуты тишины»), в течение которых техника перестает работать, а спасателям легче обнаружить и уточнить место нахождения пострадавших. Дождитесь этого времени и дайте о себе знать криком или стуком.

ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ ПОЖАРА

Помните, пожар легче предотвратить, чем потушить!

Обучите детей правильно обращаться с огнем, а взрослых членов семьи простейшим способам тушения пожара.

Приобретите бытовой огнетушитель и храните его в доступном месте.

Никогда не курите в постели.

Не оставляйте без присмотра электробытовые приборы, воздержитесь от использования самодельных электрических устройств. Не перегружайте электросеть.

Храните легковоспламеняющиеся вещества далеко от источников огня. Не складывайте взрывопожароопасные вещества на чердаках и в подвалах

Не сушите белье над плитой.

При обращении с праздничными фейерверками, хлопушками, свечами будьте предельно осторожными, строго следуйте инструкции.

Держите свободными пути возможной эвакуации.

При возникновении возгорания в квартире:

- закройте окна, двери;
- накройте огонь плотной несинтетической тканью, засыпьте землей, стиральным порошком или залейте водой.

Помните, горящие электроприборы нельзя тушить водой, если они не отключены от электросети!

Если огонь нельзя ликвидировать в течение 10 секунд, срочно вызовите пожарных и спасателей по номеру «01» или «112» с мобильного телефона.

Уведите из опасной зоны детей, инвалидов и пожилых людей.

Покидая помещение, где начался пожар, передвигайтесь к выходу ползком или пригнувшись, закрыв нос и рот мокрой тряпкой. Не пользуйтесь лифтом.

Если нет возможности эвакуироваться, заткните тканью (желательно мокрой) щели вокруг двери, вентиляционные отверстия на кухне, в ванной комнате, в туалете. Наполните водой все имеющиеся емкости.

Привлекайте к себе внимание прохожих, высовывая из слегка приоткрытой форточки большой кусок яркой ткани. Ночью можно подавать сигнал фонариком.

Если есть возможность, выйдите на балкон или лоджию, встаньте за простенок, плотно прикрыв балконную дверь. Зовите на помощь.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ

Собираясь на природу, обязательно возьмите с собой карту, компас, средства связи (мобильный или сотовый телефон и запасные заряженные аккумуляторы к ним). Сообщите о своем маршруте родственникам и знакомым. По возможности

зарегистрируйтесь в местном поисково-спасательном отряде. Определите контрольную дату возвращения. Договоритесь о периодичности сеансов связи.

У каждого члена группы должны быть с собой спички в непромокаемой упаковке, зажигалка, нож, минимальный набор продуктов.

Передвигаясь на местности, отмечайте на карте видимые ориентиры, которые помогут вам найти дорогу обратно.

Если вы все же заблудились и у вас нет ни карты, ни компаса, по возможности влезьте на самое высокое дерево и оглядите окрестности, после чего выбирайтесь к шоссе, железной дороге, реке или линии электропередач - они выведут к населенному пункту.

По возможности свяжитесь со спасателями по номеру «112». Ожидая спасателей, выйдите на открытый участок местности (поляна, берег реки и т. п.). Разложите на земле и развесьте на деревьях яркие предметы. Это поможет спасателям, если поиск будет вестись с воздуха.

КАК ПРАВИЛЬНО РАЗЖЕЧЬ КОСТЁР.

Для костра лучше всего использовать старое кострище. Если его нет, освободите от дерна участок почвы размером примерно метр на метр. Снятые куски дерна разложите вокруг площадки для костра травой вниз. Для растопки разыщите сухую траву, солому, бересту, щепки. Подожгите растопку, раздуйте огонь и понемногу добавляйте в него ветки. Уходя с места отдыха, обязательно залейте костер водой или засыпьте землей. Убедитесь, что в кострище не осталось тлеющих угольков и золы. Верните на место снятые пласты дерна.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМАХ (ЛЕТО)

Не купайтесь и не ныряйте в незнакомых местах. Никогда не заплывайте за буйки и не купайтесь в шторм. Не выплывайте на судовой путь и не приближайтесь к судам. Не уплывайте далеко от берега на водных матрасах и катамаранах.

Не купайтесь в нетрезвом виде.

Не оставляйте детей без присмотра у воды и во время купания.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ, ЧТОБЫ СПАСТИ УТОПАЮЩЕГО

Используйте для спасения лодку, веревку, спасательный круг или подручные средства. Постарайтесь успокоить тонущего. Если он не контролирует свои действия, то, подплыв к утопающему, поднырните под него и, взяв сзади одним из приемов захвата (классический - за волосы), транспортируйте его к берегу. Если утопающему удалось схватить вас за руку, шею или ноги, немедленно ныряйте - инстинкт самосохранения заставит потерпевшего вас отпустить. Если утопающий находится без сознания, транспортируйте его к берегу, взяв рукой под подбородок, чтобы его лицо постоянно находилось над поверхностью воды. Вытащив потерпевшего на берег, окажите первую медицинскую помощь и отправьте в лечебное учреждение при первой возможности.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ НА ВОДЕ

Если Вы заплыли далеко и устали, то отдохните на воде лежа на спине. Для этого расправьте руки и ноги, лягте головой на воду и расслабьтесь. Второй способ - сжавшись «поплавок». Вдохните, погрузите лицо в воду, обнимите колени руками и прижмите их к телу, медленно выдохните в воду, а затем - быстрый вдох над водой и снова «поплавок».

Если вы замерзли, согревайтесь по очереди, напрягая руки и ноги. Отдохнув, снова плывите к берегу.

Если вас подхватило течение реки - двигайтесь по диагонали к ближайшему берегу. Для преодоления морского прилива отдыхайте при движении волны от берега и активно плывите при ее движении к берегу.

Если у Вас свело ногу, погрузитесь с головой в воду и, распрямив ногу, с силой рукой потяните на себя ступню за I большой палец.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ

Если вы вынуждены переходить реку или озеро, покрытые льдом, помните следующее:

Лед может быть непрочным около стока вод.

Лед всегда тоньше под слоем снега, в тех местах, где быстрое течение, где бьют ключи или в реку впадает ручей.

Около берега лед может неплотно соединяться с берегом.

Ни в коем случае не проверяйте прочность льда ударом ноги.

Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).

Если при передвижении по льду вы слышите потрескивание, немедленно скользящими шагами возвращайтесь назад по своим следам.

При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).

С наступлением весенней оттепели на лед выходить запрещено! Выходить на лед можно только тогда, когда его толщина достигает не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров в соленой.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ПОПАДАНИИ ПОД ЛЕД

Если под вами провалился лед, удерживайтесь от погружения с головой, широко раскинув руки. Старайтесь, не обламывая кромку, без резких движений выбраться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги. Выбравшись, откатитесь, а затем ползите в сторону откуда шли.

Оказывая помощь провалившемуся человеку, приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки. Подложите под себя лыжи, доску, фанеру, чтобы увеличить площадь опоры. За 3-4 метра до полыньи бросьте пострадавшему спасательные средства - ремни, шарфы, протяните лыжи, любую доску - они помогут вам спасти человека. Помните, к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажетесь в воде.

Вытащив пострадавшего, выбирайтесь из опасной зоны ползком.

ОСНОВНЫЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ОБРАЩЕНИИ С ЭЛЕКТРОПРИБОРАМИ

- не вынимайте вилку из розетки, потянув за шнур (он может оборваться, оголив проводки, находящиеся под напряжением);
- не оставляйте включенный утюг без присмотра, не наматывайте шнур вокруг горячего утюга, это может повредить изоляцию провода;
- не включайте больше одной вилки в розетку: перегруз электросети может вызвать короткое замыкание и пожар;
- не перекручивайте и не завязывайте в узел провода, не заземляйте их дверьми (оконными форточками) и не закладываете провода за газовые (водопроводные) трубы, батареи отопления;
- не устанавливайте электронагревательные приборы вблизи занавесок и мягкой мебели, не сушите на обогревателях одежду;
- следите за состоянием электросети в вашем доме, обнаруженные неисправности необходимо немедленно устранять, не делайте это самостоятельно, предоставьте выполнение ремонта квалифицированным специалистам.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ЧЕЛОВЕКУ ПРИ ПОРАЖЕНИИ ЭЛЕКТРОТОКОМ

Быстро освободите пострадавшего от воздействия тока. Разомкните электрическую цепь с помощью выключателя, рубильника, а также путем вывертывания пробок, либо отключения пакетных или автоматических выключателей на щитке.

Если это невозможно, оттяните пострадавшего от провода за одежду одной рукой, обернутой сухой материей, или же отбросьте сухой палкой оборвавшийся кусок провода от пострадавшего. Затем вызовите скорую помощь.

Если пострадавший в сознании, оставьте его лежащим на спине с ногами, поднятыми на 30 см. Если он в бессознательном состоянии - положите его горизонтально на спину, обязательно на что-нибудь твердое. Создайте приток свежего воздуха, дайте понюхать нашатырный спирт, обрызгивайте водой, растирайте и согревайте тело, укройте его легким одеялом. При обширных ожогах не применяйте холодную воду во избежание ухудшения шокового состояния. Переносить пострадавшего следует только в тех случаях, когда опасность продолжает угрожать ему или оказывающему помощь.

При отсутствии пульса на крупных артериях и внешних признаков дыхания необходимо приступить к реанимационным мероприятиям.

КАК ПОДГОТОВИТЬСЯ К УРАГАНУ, БУРЕ, СМЕРЧУ

Основными признаками возникновения ураганов, бурь и смерчей являются: усиление скорости ветра и резкое падение атмосферного давления; ливневые дожди и штормовой нагон воды; бурное выпадение снега и фунтовой пыли.

После получения штормового предупреждения ставнями, щитами из досок или фанеры закрепите оконные проемы в чердачных помещениях; освободите

балконы и территории двора от пожароопасных предметов; приготовьте запас продуктов и воды на 2-3 суток на случай эвакуации в безопасный район, а также автономные источники освещения (фонари, керосиновые лампы, свечи); по возможности покиньте легкие постройки и переберитесь в более прочные здания или в защитные сооружения гражданской обороны. Если ураган (буря, смерч) застал вас в здании, отойдите от окон и займите безопасное место у стен внутренних помещений, в коридоре, у встроенных шкафов, в ванных комнатах, туалете, кладовых, в прочных шкафах, под столами. Погасите огонь в печах, отключите электроэнергию, закройте краны на газовых сетях. Включите радиоприемник для получения информации управления ГО и ЧС. По возможности находитесь в заглубленном укрытии, в убежищах, погребах и т. п.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ УРАГАНА, БУРИ, СМЕРЧА

Если ураган застал вас на улице, держитесь как можно дальше от легких построек, зданий, мостов, эстакад, линий электропередачи, мачт, деревьев, рек, озер и промышленных объектов.

Для защиты от летящих обломков и осколков стекла используйте листы фанеры, картонные и пластмассовые ящики, доски и другие подручные средства. Старайтесь быстрее укрыться в подвалах, погребах и противорадиационных укрытиях, имеющихся в населенных пунктах. Не заходите в поврежденные здания, так как они могут обрушиться при новых порывах ветра.

При пыльной буре закройте лицо марлевой повязкой, платком, куском ткани, а глаза очками. При поступлении сигнала о приближении смерча необходимо немедленно спуститься в укрытие, подвал дома или погреб, либо укрыться под кроватью и другой прочной мебелью.

Если смерч застает Вас на открытой местности, укрывайтесь на дне дорожного кювета, в ямах, рвах, узких оврагах, плотно прижимаясь к земле, закрыв голову одеждой или ветками деревьев. Нужно лечь максимально низко. Не оставайтесь в автомобиле, немедленно выходите из него и укрывайтесь, как указано выше.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ СИЛЬНОЙ МЕТЕЛИ

Если Вы получили предупреждение о сильной метели, плотно закройте окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия. Стекла окон оклейте бумажными лентами, закройте ставнями или щитами. Подготовьте двухсуточный запас воды и пищи, запасы медикаментов, средств автономного освещения (фонари, керосиновые лампы, свечи), походную плитку, радиоприемник на батарейках. Уберите с балконов и подоконников вещи, которые могут быть захвачены воздушным потоком. Включите радиоприемники и телевизоры - по ним может поступить новая важная информация. Подготовьтесь к возможному отключению электроэнергии. Перейдите из легких построек в более прочные здания. Подготовьте инструмент для уборки снега.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПОСЛЕ СИЛЬНОЙ МЕТЕЛИ

Выходите из здания лишь в исключительных случаях. Запрещается

выходить в одиночку. В автомобиле можно двигаться только по большим дорогам и шоссе. При выходе из машины не отходите от нее за пределы видимости. Остановившись на дороге, подайте сигнал тревоги прерывистыми гудками, поднимите капот или повесьте яркую ткань на антенну, ждите помощи в автомобиле. Если вас покидают силы, ищите укрытие и оставайтесь в нем.

Если в условиях сильных заносов, Вы оказались заблокированным в помещении, осторожно, без паники выясните, есть ли возможность выбраться из-под заносов самостоятельно, используя имеющийся инструмент и подручные средства. Если самостоятельно разобрать снежный занос не удастся, попытайтесь установить связь со спасательными подразделениями. Включите радиотрансляционный приемник (телевизор) и выполняйте указания местных властей. Примите меры к сохранению тепла и экономному расходованию продовольственных запасов.