

ФГБОУ ВПО
НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

ГРАЖДАНСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

**Памятка
личной безопасности
сотрудников и студентов в
чрезвычайных ситуациях**

Новосибирск 2012

Составители: А. С. Денисов, С. Н. Магер, В. К. Старыгин, В. А. Понуровский, А. С. Кусов, Л. А. Памятка личной безопасности сотрудников и студентов НГАУ в чрезвычайных ситуациях:/НГАУ; сост.: А. С. Денисов, С. Н. Магер, В. К. Старыгин В. А. Понуровский, А. С. Кусов, Новосибирск; Изд-во НГАУ, 2012 – 40 с.

Памятка предназначена для сотрудников и студентов ФГБОУ ВПО «НГАУ» при повседневной деятельности. Рассмотрены действия при землетрясениях; пожарах; гололеде; при обнаружении подозрительного предмета; захвате в заложники; отравлении; нападении собаки; оказание первой медицинской помощи.

Утверждено и рекомендовано к изданию методическим советом Инженерного института.

Подписано в печать 25 апреля 2012 г. Формат 60х84 ¹/₁₆.
Объем 1,3 уч.-изд. л., 2,5 усл. печ. л. Тираж 500 экз. Заказ № 533.
Отпечатано в издательстве Новосибирского государственного аграрного университета. 630039, Новосибирск, ул. Добролюбова, 160, каб. 106. Тел./факс (383) 267–09–10. E-mail: 2134539@mail.ru

ОБЯЗАННОСТИ СТУДЕНТОВ И СОТРУДНИКОВ НГАУ по выполнению мероприятий гражданской обороны, предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций

Студенты и сотрудники обязаны:

1. Активно содействовать выполнению всех мероприятий в области ГОЧС, проводимых руководством, комиссией по предупреждению и ликвидации ЧС и ПБ, штабом по делам ГОЧС НГАУ

2. Выполнять меры безопасности в быту и повседневной трудовой деятельности, не допускать нарушений производственной, технологической и учебной дисциплины, требований экологической безопасности, которые могут привести к экстремальным ситуациям.

3. Изучать и знать основные способы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций (ЧС), приемы оказания первой помощи пострадавшим, правила пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты.

Постоянно пополнять и совершенствовать свои знания и практические навыки по вопросам ГОЧС для действий в любых условиях обстановки.

4. Знать сигналы оповещения и порядок действий по ним.

5. Оказывать помощь и содействие в проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ (АСНДР).

6. Знать и строго выполнять требования инструкции по предупреждению и ликвидации ЧС природного и техногенного характера в Новосибирском государственном аграрном университете.

7. При угрозе (совершении) террористического акта, пожаре, авариях на соседних предприятиях, имеющих аварийно химически опасные вещества (АХОВ), других сти-

хийных бедствиях – соблюдать мужество, выдержку, не поддаваться панике.

О случившемся НЕМЕДЛЕННО сообщить любому начальнику, а также начальнику штаба по делам ГОЧС по телефону 267-45-79 или председателю комиссии по предупреждению и ликвидации ЧС и ПБ по телефону 204-08-10

В дальнейшем действовать по их указанию, в соответствии с Инструкцией о порядке действий в подразделениях НГАУ.

В соответствии со статьей 19 Федерального закона «О гражданской обороне» от 12.02.98 г. № 28-ФЗ должностные лица и граждане, виновные в недобросовестном выполнении мероприятий ГО, несут дисциплинарную, административную, гражданско-правовую и уголовную ответственность.

1. ДЕЙСВИЯ В УСЛОВИЯХ ВОЗМОЖНОГО ХИМИЧЕСКОГО ЗАРАЖЕНИЯ ПОРАЖАЮЩИЕ ФАКТОРЫ



При аварии на химически опасном объекте могут действовать несколько поражающих факторов – пожары, взрывы, химическое заражение местности и воздуха и др., а за пределами объекта – зараженная окружающая среда.

Наиболее часто на территории России происходит заражение хлором, аммиаком и их производными соединениями.

МЕРЫ ЗАЩИТЫ

Оповещение населения местными органами управления ГОЧС о химической аварии осуществляется сиренами, прерывистыми гудками предприятий и транспортных средств. Это означает сигнал «**ВНИМАНИЕ ВСЕМ!**».

Услышав его, немедленно включите громкоговоритель, радио- или телеприемник и слушайте передаваемые сообщения.

При опасности отравления необходимо быстро выйти из района заражения в направлении, перпендикулярном движению зараженного облака, подняться на верхние этажи зданий (при заражении хлором), загерметизировать помещения, использовать противогазы всех типов, при их отсутствии – ватно-марлевые повязки, смоченные водой или лучше 2–5 % раствором питьевой соды (от хлора), уксусной или лимонной кислоты (от аммиака).

Если отсутствуют средства индивидуальной защиты и выйти из района аварии невозможно, останьтесь в помещении, включите радиоточку, ждите сообщений органов управления ГОЧС. Плотнo закройте окна и двери, дымоходы, вентиляционные отдушины (люки). Входные двери зашторьте, используя одеяла и любые плотные ткани. Заклейте щели в окнах и стыки рам пленкой, лейкопластырем или обычной бумагой.

ПОМНИТЕ:

- Надежная герметизация помещения значительно уменьшает возможность проникновения опасных химических веществ в помещение.

- Покидая квартиру (помещение) выключите источники электроэнергии, возьмите с собой личные документы, необходимые вещи, наденьте противогаз или ватно-марлевую повязку, накидку или плащ, резиновые сапоги.

- После выхода из зараженного района обязательны санитарная обработка людей и дегазация (обеззараживание) средств индивидуальной защиты и одежды.

- При подозрении на поражение опасными химическими веществами исключите любые физические нагрузки, примите обильное теплое питье (чай, молоко и т. д.) и обратитесь к медицинскому работнику.

2. ДЕЙСТВИЯ В УСЛОВИЯХ ВОЗМОЖНОГО БИОЛОГИЧЕСКОГО (БАКТЕРИАЛЬНОГО) ЗАРАЖЕНИЯ

В результате применения биологического оружия возможны массовые заболевания особо опасными инфекционными болезнями людей (чума, холера, натуральная оспа, сибирская язва, птичий грипп) и животных, а также поражение сельскохозяйственных культур на больших площадях. В целях предупреждения распространения биологического заражения и ликвидации возникшего очага поражения проводится комплекс изоляционно-ограничительных мероприятий.

ВОЗБУДИТЕЛИ ИНФЕКЦИЙ



Возбудителями инфекционных заболеваний являются болезнетворные микроорганизмы (бактерии, риккетсии, вирусы, грибки) и вырабатываемые некоторыми из них яды (токсины). Они могут попасть в организм человека при работе с зараженными животными, загрязненными предме-

тами – через раны и трещины на руках, при употреблении в пищу зараженных продуктов питания и воды, недостаточно обработанных термически, воздушно-капельным путем при вдыхании.

МЕРЫ ЗАЩИТЫ

От биологического оружия защищают убежища и противорадиационные укрытия, оборудованные фильтровентиляционными установками, средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, а также специальные средства противозидемической защиты, предохранительные прививки, сыворотки, антибиотики.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ

Нельзя без специального разрешения покидать место жительства.

Без крайней необходимости не выходите из дома, избегайте мест большого скопления людей. Дважды в сутки измеряйте температуру себе и членам семьи. Если она повысилась и вы плохо себя чувствуете, изолируйтесь от окружающих в отдельной комнате или отгородитесь ширмой. Срочно сообщите о заболевании в медицинское учреждение.

Если вы не можете сами установить характер болезни, действуйте так, как следует действовать при инфекционных заболеваниях.

Обязательно проводите ежедневную влажную уборку помещения с использованием дезинфицирующих растворов.

Мусор сжигайте. Уничтожайте грызунов и насекомых – возможных переносчиков заболеваний.

Строго соблюдайте правила личной и общественной гигиены. Тщательно мойте руки с мылом, особенно перед приемом пищи.

Воду используйте из проверенных источников и пейте только кипяченую.

Сырые овощи и фрукты после мытья обливайте кипятком.

При общении с больным надевайте халат, косынку и ватно-марлевую повязку.

Выделите больному отдельную постель, полотенце, посуду. Регулярно их стирайте и мойте.

При госпитализации больного проведите в квартире дезинфекцию, постельное белье и посуду прокипятите в течение 15 мин в 2 %-м растворе дезинфицирующего средства. Затем посуду обмойте горячей водой, белье прогладьте, комнату проветрите.

3. ПРИ ОБЪЯВЛЕНИИ ВОЗДУШНОЙ ТРЕВОГИ

Вариант сообщения при возникновении воздушной тревоги:

«Внимание! Внимание! Говорит главное управление МЧС России по Новосибирской области, Граждане! Воздушная тревога! Воздушная тревога! Отключите свет, газ, воду, погасите огонь в печах. Возьмите средства индивидуальной защиты, документы, запас продуктов и воды. Предупредите соседей, при необходимости окажите помощь больным и престарелым. Как можно скорее дойдите до защитного сооружения или укройтесь на местности. Соблюдайте спокойствие и порядок. Будьте внимательны к сообщениям Главного управления МЧС России по Новосибирской области и информации территориальных отделов защиты населения!»

ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ

Отключить свет, газ, воду, погасить огонь в печах. Взять средства индивидуальной защиты (ватно-марлевые повязки, респираторы, противогазы), документы, запас продуктов питания и воды (на три дня). Предупредить соседей. Оказать помощь больным и престарелым, выйти на улицу и укрыться в защитных сооружениях (для неработающего населения – в подвалах жилых зданий) или в складской местности.

Вариант сообщения при отбое воздушной тревоги:

«Внимание! Внимание! Говорит Главное управление МЧС России по Новосибирской области. Граждане! Угроза нападения с воздуха миновала. Отбой воздушной тревоги! Всем возвратиться к местам работы или проживания. Окажите помощь больным и престарелым.

Находящимся в защитных сооружениях не выходить из них без разрешения постов гражданской обороны (работников милиции). Будьте готовы к возможному повторному воздушному нападению противника. Всегда имейте при себе средства индивидуальной защиты. Будьте внимательны к сообщениям Главного управления МЧС России по НСО».

По указанию вышеуказанных представителей выйти из укрытия и возвратиться к местам работы или проживания.

4. ПРИ УГРОЗЕ РАДИОАКТИВНОГО ЗАРАЖЕНИЯ



Действия при угрозе радиоактивного заражения

Внимание! Говорит управление по делам ГОЧС. Граждане! Возникла непосредственная угроза радиоактивного заражения!

Приведите в готовность средства индивидуальной защиты и держите их постоянно при себе. Для защиты тела используйте спортивную одежду, комбинезоны, сапоги, плеченные накидки, куртки, плащи.

Проведите дополнительную герметизацию жилых помещений и места нахождения домашних. Плотно закройте окна, двери. Загерметизируйте продукты питания и создайте в емкостях запас воды.

Оповестите соседей о полученной информации. Окажите в этом помощь больным и престарелым

В дальнейшем действуйте в соответствии с указаниями управления по делам ГОЧС. Далее может быть такая информация: «в населенном пункте Т. ожидается выпадение радиоактивных осадков. Населению, проживающему в этом районе, находится в помещениях»

В течение 10 дней принимать йодистый препарат из аптечки АИ-2 (если нет АИ-2, приготовить йодистый препарат самим: в стакан воды закапать 3–5 капель настойки йода и принимать один раз в сутки в течение 7 дней).

Сложить в полиэтиленовые пакеты документы, деньги, носимые ценности, комплект верхней одежды по сезону, продукты питания на 2–3 суток.

При объявлении эвакуации организованно занять место в поданном к вашему дому транспорте. Соблюдайте спокойствие и организованность.

5. НАВОДНЕНИЯ

Правила поведения и действия при наводнениях.

«Внимание! Говорит управление по делам ГОЧС. Граждане! В связи с ливневыми дождями и резким повышением уровня воды в реке _____ ожидается затопление домов по улицам _____.»

Населению, проживающему там, перенести необхо-

димые вещи, одежду, обувь, продукты питания на чердаки, верхние этажи.

В случае внезапных наводнений, необходимо быстро покинуть подвальные помещения, первые этажи и подняться на верхние этажи, а в одноэтажных домах – на чердаки или другие возвышенные места или деревья. Перед уходом отключить огонь в печах, возьмите документы на всех членов семьи, деньги. Соблюдайте спокойствие, порядок и хладнокровие. Оказать срочную помощь людям, оказавшимся в воде, любыми средствами привлечь внимание спасателей, в первую очередь из зоны затопления детей, больных и ослабевших людей.

БЕЗОПАСНОСТЬ ПРИ НАВОДНЕНИИ

Оказавшись в зоне затопления, оставайтесь на верхнем этаже или крыше здания, на дереве или другом возвышенном месте.

При внезапном наводнении быстро займите ближайшее возвышенное место.

- Днем вывесьте белое или цветное сигнальное полотнище, в темноте – подавайте световые сигналы.

- При вынужденной самоэвакуации (вода у порога!) спасайтесь на плоту из подручных средств

Самостоятельно из затопленного района можно выбираться лишь в безвыходных ситуациях, когда надежды на спасателей нет

Вы оказались в воде

- Держитесь за плавающие предметы.
- Попытайтесь связать из плавающих предметов плот.
- Отталкивайте опасные предметы с острыми частями.
- Эвакуируйтесь в безопасное место.

Не поддавайтесь панике. Сигнальте о себе.

После спада воды

- Остерегайтесь порванных и провисших электропроводов.

- Не используйте воду без соответствующей санитарной проверки и не употребляйте продукты питания, попавшие в воду.

В доме

- Как только войдете в дом, распахните окна и двери.
- Не зажигайте огонь до полного проветривания.
- Не включайте освещение и электроприборы до проверки исправности электросети.

Что делать, если вы обнаружили пострадавших при наводнении

- Заметив пострадавших на крышах зданий, возвышенных местах, деревьях, необходимо срочно сообщить органам местного самоуправления или в милицию об этом.

- При наличии плавсредств принять меры к спасению пострадавших при наводнении.

- При отсутствии плавсредств необходимо соорудить простейшие плавучие средства из подручных материалов (бревен, досок, автомобильных камер, бочек, бидонов и т. п.) и принять меры к спасению пострадавших.

Смерть от холода — это одна из главных причин по которой происходит уход из жизни людей, попавших в воду. Потеря тепла телом при непрерывном охлаждении организма до температуры ниже 35 градусов Цельсия приводит к гипотермии, а если этот процесс оказывается необратимым, то он может привести к смерти. Поскольку вода является проводником тепла, в 25 раз большим, чем воздух, потерпевший, погруженный в воду, охлаждается гораздо быстрее.

Наиболее эффективный способ согревания человека, находящегося в гипотермии, — общий обогрев (теплый душ, сауна, общий электрообогрев, теплая сухая одежда, горячее питье), особенно обогрев груди и спины.

6. ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

Землетрясение – это подземные толчки и колебания земной поверхности, возникающие в результате внезапных смещений и разрывов в земной коре или верхней мантии и передающиеся на большие расстояния в виде упругих колебаний.

Безопасность при землетрясении

От первых толчков (звенит посуда, падают предметы, осыпается побелка) до последующих, от которых начнется разрушение, есть 15 –20 секунд, чтобы либо покинуть здание, либо относительно безопасно укрыться в нем.

Во время внезапного землетрясения

В здании – относительно безопасны:

- проемы дверные и в капитальных стенах;
- углы, образованные капитальными внутренними стенами;
- места у колонн, под каркасными балками, прочными столами и рядом с кроватями.

На улице – самое главное не поддаваться панике и защититься от падающих обломков, стекол, тяжелых предметов. Отойдите на открытое место, не паникуйте.

Передвигайтесь, используя свободное пространство, удаленное от зданий, водохранилищ, башен. Следите за опасными предметами, которые могут оказаться на земле.

После землетрясения

- Осмотрите себя и окружающих – не ранены ли;
- Освободите попавших в легкоустраиваемые завалы.
- Успокойте детей, больных, стариков.
- Проверьте водопровод, газовую и электрическую сети. При запахе газа откройте окна и двери, немедленно покиньте помещения (позаботьтесь об окружающих) и сообщите в аварийную службу. При повреждении водопровода отключите водоснабжение.

При землетрясении недопустимо в доме или зданиях:

- создавать давку и пробки в дверях, прыгать из окон выше первого этажа;
 - пользоваться лифтом;
 - находиться возле оконных проемов, стеклянных перегородок, зеркал, печей, неустойчивой мебели;
 - зажигать спички, свечи, пользоваться открытым огнем
- На улице:
- подходить к опасным полуразрушенным домам, оборванным проводам;
 - заходить в дома;
 - продолжать движение в автомобиле и выходить из него.

7. УРАГАНЫ, БУРИ

Ураган – это атмосферный вихрь больших размеров со скоростью ветра до 120 км/час, а в приземном слое – до 200 км/час.



Буря – длительный, очень сильный ветер со скоростью более 20 м/сек. Наблюдается обычно при прохождении циклона и сопровождается сильным волнением на море и разрушениями на суше.

При урагане, бури:

Если ураган (буря) застал вас в здании: закройте окна, двери, чердачные помещения, закрепите все предметы. С балконов, лоджий уберите всё, что может быть сброшено ураганом. Выключите газ, потушите огонь в печах, подготовьте фонари, свечи, лампы.

Запаситесь водой, продуктами, держите радиоточку, телевизор, приёмник включенными. Укройтесь в надёжном укрытии. Дома займите внутреннюю комнату подальше от окна. Подготовьте медикаменты и перевязочные материалы. На открытой местности лучше всего укрыться в канаве, яме, овраге, лечь на дно и прижаться к земле.

Если ураган (буря) застали вас на улицах населенного пункта 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.

Если вы оказались в поле или на проселочной дороге выходите на магистральные дороги, которые периодически расчищаются, и где большая вероятность оказания вам помощи. При пыльной буре закройте лицо марлевой повязкой, платком, куском ткани, а глаза — очками.

8. ПОЖАРЫ

При пожарах:

Наиболее доступными средствами тушения пожаров являются: вода, песок, грунт, ручные огнетушители, асбестовые и брезентовые покрывала и даже ветки деревьев

и одежда. Прежде всего, необходимо остановить распространение огня имеющимися средствами пожаротушения.

Огнегасящие вещества направлять в места наиболее интенсивного горения и не на пламя, а на горящую поверхность.

Горючие жидкости тушите пенообразующими составами, засыпайте песком или землёй, небольшие очаги закрывайте покрывалом, одеждой, брезентом и т. п.

Если горит электропроводка, сначала выключите рубильник, а потом приступайте к тушению.

Если на вас загорелась одежда, ложитесь на землю и перекатываясь, сбейте пламя (*бежать ни в коем случае нельзя – это ещё больше раздувает пламя*)

При спасении пострадавших из горящих зданий и при тушении пожара соблюдайте правила:

Прежде чем войти в горящее помещение, накройтесь с головой мокрым покрывалом, плащом, куском плотной ткани, дверь в задымлённом помещении открывается осторожно, чтобы избежать вспышки пламени от быстрого притока воздуха, двигайтесь ползком или пригнувшись, для защиты от угарного газа дышите через увлажнённую ткань, увидев человека в горящей одежде, набросьте на него пальто, плащ, покрывало и плотно прижмите. На места ожогов положите стерильные повязки. Помните! Действовать нужно быстро, но без суеты и паники.

9. О ПРАВИЛАХ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ ПРОЖИВАЮЩИХ В ОБЩЕЖИТИЯХ

Необходимо соблюдать правила пожарной безопасности:

– не пользоваться в комнате электронагревательными приборами (кофеварками, утюгами, электроплитками, кипятильниками и т. д.)

- уходя из комнаты, не забывать выключить электроприборы

- крайне опасно накрывать включенные торшеры и настольные лампы предметами из сгораемых материалов.

- не курить в постели и оставлять не погашенные сигареты (папиросы). Это опасно!

- не бросать не погашенные сигареты (папиросы) в корзину для бумаг.

- недопустимо приносить и хранить в комнате пожароопасные вещества и материалы. Проживание в общежитии должны хорошо запомнить расположение выходов и лестниц.

В случае возникновения пожара:

- немедленно сообщить о случившемся в пожарную охрану 01 или 66–06–51, 66–51–17

- если ликвидировать очаг горения своими силами не представляется возможным, необходимо выйти и закрыть дверь, не запирая ее на засов,

- обязательно сообщить о пожаре дежурной по вахте или другому представителю администрации

В случае пожара вне вашей комнаты:

- немедленно сообщить о случившемся в пожарную охрану по телефону 01, 66–06–51

- покинуть комнату после того, как закроются окна и двери, выйти из здания,

- если коридоры и лестничные клетки сильно задымлены покинуть помещение невозможно, необходимо оставаться в комнате, открыть настежь окно.

- закрыться – хорошо уплотненная дверь может надолго защитить от опасной температуры

- чтобы избежать отравления дымом, закрыть щели и вентиляционные отверстия смоченными водой полотенцами

- постараться сообщить администрации о своем местонахождении

- с прибытием к месту происшествия пожарных, подойти к окну и подать знак об оказании помощи

10. О ПРАВИЛАХ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В УЧЕБНЫХ КОРПУСАХ НГАУ

В учебных корпусах запрещается:

1. Убирать помещения с применением бензина, керосина и других воспламеняющихся и горючих жидкостей.
2. Обивать стены помещения горючими тканями.
3. Производить отопление замерзших трубопроводов, оборудования и инвентарных коммуникаций, зданий и сооружений паяльными лампами и любыми другими способами с применением открытого огня.
4. Проведение огневых и других пожароопасных работ без прекращения занятий в помещениях аудиторий на период ремонта.
5. Использовать технические этажи, технические подполья, вентиляционные камеры, коммуникационные ниши и машинные помещения не по прямому назначению, хранить в них горючие материалы.
6. Устанавливать не открывающиеся металлические решетки на окнах, курить в не установленных местах.
7. Оставлять без присмотра находящиеся под напряжением компьютеры, телевизоры, радиоприемники и электронагревательные приборы.
8. Наружные пожарные лестницы и ограждения на крышах должны содержаться в исправном состоянии.
9. Чердаки должны быть постоянны закрыты и опечатаны.

Действия в случае пожара:

В случае возникновения пожара действия в первую очередь должны быть направлены на немедленном сообщении о нем в пожарную охрану, обеспечение безопасности людей, их эвакуации, и его тушения.

Каждый обнаруживший пожар или загорание ОБЯЗАН:

Немедленно сообщить об этом в пожарную охрану по т. 01 или 66–06–51.

Приступить к тушению очага пожара имеющимися на рабочем месте средствами пожаротушения (огнетушитель, внутренний пожарный кран и т. п.).

Принять все меры по организации вызова к месту пожара администрации учебного заведения

тушении пожара, от возможных обрушений конструкций, поражений электрическим током, отравлений, ожогов.

11. ГОЛОЛЕД

Гололед – это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на предметах (деревьях, проводах и т. д.) при намерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Обычно гололед наблюдается при температуре воздуха от 0 до минус 3 градусов Цельсия. Корка намерзшего льда может достигать несколько сантиметров.

Гололедица – это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

Как подготовиться к гололеду (гололедице)

Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности, получения травмы. Подготовьте малоскользящую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, можете натереть подошвы песком (наждачной бумагой).

Как действовать при гололеде (гололедице)

Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву, при этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны. Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную

палку с заостренными шипами. Если вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю.

Гололед зачастую сопровождается обледенением. В этом случае особое внимание обращайтесь на провода линий электропередач, контактных сетей, электротранспорта. Если вы увидели оборванные провода, сообщите администрации населенного пункта о месте обрыва.

12. ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОДОЗРИТЕЛЬНОГО ПРЕДМЕТА, ПОЛУЧЕНИИ ПИСЬМЕННОГО СООБЩЕНИЯ ПО ТЕЛЕФОНУ С УГРОЗОЙ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОГО ХАРАКТЕРА

- Немедленно сообщить об этом своему руководителю, а при его отсутствии – заместителю или любому педагогу и в милицию (02) или в местное отделение ФСБ.

- Не предпринимать никаких действий со взрывчатыми устройствами или подозрительными предметами – это может привести к взрыву, человеческим жертвам и разрушениям

- Отойти на безопасное расстояние (не менее 100 м).
- По возможности не подпускать никого к опасной зоне.
- При получении команды на эвакуацию убыть в район сбора.

При получении по телефону сообщения, содержащего угрозу, надо постараться дословно запомнить разговор и зафиксировать его на бумаге, отметить точное время начала разговора и его продолжительность, запомнить особенности речи звонившего. Все это сообщить в милицию (тел.02) или в местное отделение ФСБ.

При получении угрозы в письменном виде надо обращаться с полученным документом предельно осторож-

но: поместить в полиэтиленовый пакет все – сам документ, конверт, все вложения и упаковку. Постараться не оставлять на документе отпечатков пальцев.

Сообщить о случившемся преподавателям, а при их отсутствии в МВД (ФСБ) и действовать по их указаниям.

13. АВАРИИ СО ВЗРЫВОМ И РАЗРУШЕНИЯМИ НЕОБХОДИМО:

- Оповестить состав вуза и проживающее вблизи население.
- Вызвать пожарную охрану, скорую помощь, милицию, спасательные службы.
- Помочь тем, кто оказался в горящих и задымленных помещениях, придавлен обломками и конструкциями,
- Вывести людей в безопасное место,
- Использовать первичные средства пожаротушения, предотвратить распространение огня,
- Оказать первую помощь пострадавшим.

Если возможны повторные взрывы и обрушения, то оцепить район аварии и не допускать туда посторонних. Если вы оказались в завале, голосом и стуками привлечь внимание спасателей; по возможности, установкой подпорок укрепить завал. Освободившись из завала – зарегистрироваться в штабе проведения АСНДР и пройти медицинский осмотр у врача.

14. ЭВАКУАЦИЯ

При эвакуации готовят и берут с собой:

- Средства индивидуальной защиты (обязательно средства защиты органов дыхания), продукты, воду, вещи, документы и деньги.
- Из вещей – самое необходимое – одежда, обувь, белье. В комплекте одежды желательно иметь плащ и спор-

тивный костюм, обувь предпочтительно должна быть резиновой или на резиновой основе. Эти виды одежды и обуви наиболее пригодны для использования в качестве средств защиты кожи в случае радиоактивного, химического или бактериологического заражения. Обязательно следует взять теплые (шерстяные) вещи, даже если эвакуация проводится летом. Одежда – по времени года.



- Продукты питания берутся не менее чем на 3 суток, лучше не скоропортящиеся: удобно хранимые и не требующие длительной подготовки перед употреблением – в виде консервов, галет, сухарей и пр. Воду целесообразно хранить во фляжке.

Количество вещей и продуктов питания должно быть рассчитано на то, что человеку придется нести их самому, т. е. 25–30 кг. Все вещи и продукты питания должны быть упакованы в рюкзаки и вещевые мешки.

К каждому месту с вещами и продуктами питания прикрепляется бирка с обозначением на ней фамилии, имя, отчества, адреса постоянного места жительства и конечного пункта эвакуации их владельца.

* Из документов необходимо взять свидетельство о рождении, паспорт, взрослым также военный билет, трудовую книжку или пенсионное удостоверение, диплом (аттестат) об окончании учебного заведения, свидетельство о браке и рождении детей.

15. ЗАХВАТ ЛЮДЕЙ В ЗАЛОЖНИКИ

При захвате в заложники

К сожалению, никто из нас не защищен от ситуации, когда мы можем оказаться в заложниках у террористов. Но все же есть несколько универсальных правил.

Постарайтесь соблюдать спокойствие и не показывать своего страха. Не оказывайте террористам сопротивления, не пытайтесь вступать с ними в беседу, не стремитесь разжалобить их или отговорить от выполнения намеченного ими плана. Выполняйте их требования и не реагируйте на их действия в отношении других заложников.

Не нарушайте установленных террористами правил, чтобы не спровоцировать ухудшения условий вашего содержания. Не следует, например, пробовать связаться с родными, или правоохранительными органами. Если об этом станет известно вашим похитителям, они воспримут это как неподчинение и, как минимум, сделают режим вашего содержания более жестким.

Может наступить такой момент, когда забота о состоянии собственного духа и тела станет казаться вам бессмысленной. Тем не менее, в такой ситуации очень важно не забывать о личной гигиене, делать физические упражнения. Нельзя позволять себе сосредотачиваться на переживаниях. Способов отвлечься существует немало: попробуйте придумать себе какую-либо игру, вспоминать полузабытые стихотворения, анекдоты и т. п. Для верующих большим подспорьем является молитва.

Рекомендации к действиям при захвате

Когда происходит захват заложников следует помнить, что:

Только в момент захвата заложников есть реальная возможность скрыться с места происшествия.

- Настройтесь психологически, что моментально вас не освободят, но помните, что освободят вас обязательно.

- Ни в коем случае нельзя кричать, высказывать свое возмущение.

- Если начался штурм, необходимо упасть на пол и закрыть голову руками, старайтесь при этом занять позицию подальше от окон и дверных проемов.

- Держитесь подальше от террористов, потому что при штурме по ним будут стрелять снайперы.

- Если **вы получили ранение, главное – постараться остановить кровотечение**, перевязав рану. Окажите помощь тому, кто рядом, но в более тяжелом положении.

- Не следует брать в руки оружие, чтобы вас не перепутали с террористами.

- Не старайтесь самостоятельно оказать сопротивление террористам.

16. ДЕЙСТВИЯ ПРИ БЫТОВЫХ ОТРАВЛЕНИЯХ, ПОЖАРНОЙ ОПАСНОСТИ И ДРУГИХ СИТУАЦИЯХ РАЗЛИВ РТУТИ ИЗ ПОВРЕЖДЕННЫХ БЫТОВЫХ ПРИБОРОВ

- Удалить всех посторонних из помещения.

- Открыть окна, двери для проветривания.

- Надеть ватно-марлевую повязку, резиновые перчатки.

- Провести демеркуризацию: собрать ртуть (скребком, щеткой, пылесосом, спринцовкой), очищенное от ртути место промыть горячей мыльной жидкостью (растворить в воде стиральный порошок) или концентрированным раствором марганцовки.

- После уборки руки вымыть с мылом горячей водой.

- При ухудшении состояния здоровья обратиться к врачу.

ОТРАВЛЕНИЕ БЫТОВЫМИ ПРЕПАРАТАМИ (Аммиачная вода, нашатырный спирт, стиральный порошок, препараты для мытья посуды, ванн, стекол и т.д.)

- Сообщить врачу и вывести пострадавшего на свежий воздух, снять загрязненную одежду.

- При попадании на кожу препаратов бытовой химии смыть их обильной струей воды в течение 5–7 мин.

- При попадании в глаза промыть их струей воды в течение 10–30 мин, закапать 30 %-м раствором альбумида или чайной заварки.

- При попадании препарата внутрь дать выпить 1–2 стакана молока или холодной воды, употребить в пищу растительное масло.

ОТРАВЛЕНИЕ РАСТИТЕЛЬНЫМИ ЯДАМИ (ядовитые грибы, ягоды, растения и т. п.)

- дать пострадавшему выпить 1–2 стакана воды (на стакан воды добавить ½ чайной ложки поваренной соли).

- Вызвать рвоту.

- Повторить эту процедуру 5–6 раз, после чего пострадавший должен съесть 100 г черных сухарей или принять 3–4 таблетки активированного угля.

- Принять слабительное (сернокислый натрий или сернокислую магнезию

- (30–50 г), разведенные в ½ стакане воды).

- При возбуждении наложить на голову холодный компресс, остаться в постели.

- При обмороке положить пострадавшего (если он сидит, то опустить голову вниз), ноги приподнять. Дать выпить теплого крепкого чая.

- При остановке дыхания и сердца делать искусственное дыхание и немедленно сообщить врачу.

ОТРАВЛЕНИЕ УГАРНЫМ ГАЗОМ

- Немедленно открыть окна, двери или вывести пострадавшего из помещения на свежий воздух.

- Положить холодный компресс на голову.

- Спрыснуть лицо холодной водой.

- Сообщить врачу и, по возможности, дать пострадавшему понюхать нашатырный спирт.

ПРИ ПОЖАРЕ

Если очаг незначителен

- сообщить преподавателям и в пожарную охрану,
- приступить к немедленному его тушению водой, использовать также плотную мокрую ткань, мешковину, брезент и т. п.,
- горящие занавески, гардины, шторы сорвать и тушить на полу,
- при пожаре не открывать окна и двери.

При сильном пожаре

- сообщить в пожарную охрану и преподавателям,
- эвакуировать всех людей из здания.

Загорелся телевизор

- Выключить телевизор из сети.
- Накрыть телевизор плотной тканью.
- Всем покинуть помещение.
- При необходимости вызвать пожарную охрану.

Запрещается тушить горящий телевизор водой.

ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ В ЛЕСУ

Немедленно остановитесь и тщательно продумайте, как выбраться к тому месту, откуда начинается знакомый путь (маршрут).

Выйти к людям помогают:

- солнце – днем (тень в полдень показывает направление на север, полярная звезда ночью на севере),
- звуки (работа трактора, движение автотранспорта, лай собаки),
- запах дыма,
- муравейник (к югу от дерева, к югу более пологий склон),
- мох, лишайники (более развиты на северной стороне деревьев, пней, камней),
- годовые кольца на спине пня (с южной стороны толще).

Если вы не можете определить свое местоположение – громко зовите на помощь.

ПРИ ЖАЖДЕ

- Воду из реки, ручья или озера внимательно проверить (просмотреть) на отсутствие посторонних включений, запахов, цвета.
- Прокипятить 10 мин (или бросить несколько кристаллов марганцовки, пить через 10–15 мин или добавить йод – две чайные ложки настойки на ведро воды – и три щепотки соли, пить через 20 мин).

17. ОЖОГИ ХИМИЧЕСКИМИ ВЕЩЕСТВАМИ

- Промыть пораженный участок тела большим количеством чистой воды.
- Вызвать врача («Скорую помощь»).
- Обработать пораженный участок кожи нейтрализующими растворами: при ожогах щелочами – борной кислотой (на 1 стакан воды – 1 чайная ложка), при ожогах кислотами – пищевой содой (на 1 стакан воды – 1 чайная ложка).

18. ПРИ НАПАДЕНИИ СОБАКИ

- Необходимо защитить горло, прижав подбородок к груди и выставив вперед локти.
- Не смотреть собаке в глаза. Это провоцирует ее нападение.
- Не кричать, не махать руками и предметами, не кидать ничего в собаку. Не убегать от нее.
- Встать к собаке боком и несколько раз дать команды:
 - «Нельзя!», «Фу!», «Сидеть!».
- Если вблизи хозяин, позвать его и потребовать взять собаку на поводок.

- В отсутствие помощи уходить от собаки спокойным шагом, не делая резких движений.

Для избежания нападения собаки

- Не подходите к ней, когда она ест,
- Не замахивайтесь на хозяина и его родственников,
- Не подходите к собаке, имеющий щенков,
- Не пугайтесь и не кричите, если к вам бежит собака,
- Не трогайте и не гладьте чужих собак,
- Не подходите к собаке, находящейся на привязи.

Если вас укусила собака, немедленно сообщите о случившемся в милицию и обратитесь к врачу

19. ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ

Первая помощь – это временная мера, осуществляемая для того, чтобы спасти жизнь, предотвратить дополнительные травмы и облегчить страдания до оказания квалифицированной медицинской помощи специалистами.

ОБЩИЕ ПРАВИЛА

- Вызовите «Скорую помощь».
- Убедитесь в том, что ни пострадавшему, ни вам не угрожает опасность.
- По возможности, оставьте потерпевшего лежать там, где он находится, пока его не осмотрят. Если придется его перемещать, делайте это с особой осторожностью.
- Если у потерпевшего рвота, положите его набок, чтобы не задохнулся.
- Если пострадавший не дышит, сделайте ему искусственное дыхание.
- Накройте потерпевшего, чтобы он не замерз, защитите его от дождя и снега.
- Привяжите и зафиксируйте травмированный орган.

- Выберите наиболее подходящий способ транспортировки.

ПОТЕРЯ СОЗНАНИЯ

- Убедитесь в том, что пострадавший потерял сознание.
- Если он без сознания, убедитесь в том, дышит ли он.
- Если он не дышит, освободите ему носоглотку. Вытяните вперед его нижнюю челюсть. Наклоните ему голову назад так, чтобы подбородок был выше носа. Вытяните его язык вперед, чтобы он не закрывал собой носоглотку.

- Если пострадавший не начал дышать, применяйте искусственное дыхание.

ОСТАНОВКА КРОВОТЕЧЕНИЯ

- Положите потерпевшего так, чтобы рана была выше уровня сердца, если рана на голове или шее, приподнимите голову и плечи.

- Почти любое кровотечение можно остановить, приложив свернутую в несколько слоев чистую ткань. Наложите повязку на рану и затяните ее крепче.

- Если кровотечение продолжается, надо прижать артерию к кости выше раны: на руке – посередине между локтем и подмышкой, на ноге – в складке между торсом и бедром.

ОСТАНОВКА АРТЕРИАЛЬНОГО КРОВОТЕЧЕНИЯ

(самого опасного) наложением жгута:

1) сделайте жгут из куска ткани шириной не менее 5 см (не используйте веревку, нейлон, женский чулок, провод);

2) поместите жгут на поврежденную часть конечности непосредственно над раной, так чтобы он не сползал при затягивании;

3) оберните ткань дважды вокруг поверхности и наложите один конец ткани на другой, а затем пропустите один под другой;

4) возьмите короткую крепкую палку, положите ее поперек полузла на ткани и завяжите оба конца поверх палки на узел;

5) поверните палку так, чтобы жгут затянулся. Поворачивайте его, пока кровотечение не прекратится;

6) привяжите кусок ткани вокруг палки и закрепите ее вокруг конечности так, чтобы жгут был хорошо зафиксирован.

Под жгут подкладывают записку с указанием даты, часа и минут его наложения.

Жгут можно применять в течение 1,5–2 час. Иначе произойдет отмирание конечности. За это время пострадавший должен быть доставлен в лечебное учреждение.

ПРОНИКАЮЩЕЕ РАНЕНИЕ ГРУДНОЙ КЛЕТКИ

- Если пуля или острый предмет пробил грудную клетку, слышится свистящий звук при входе и выходе, чтобы не наступил коллапс легких, отверстие необходимо закрыть. Это можно сделать рукой, полиэтиленовым пакетом, лейкопластырем или чистой тканью, сложенной в несколько слоев.

- Независимо от того, находится ли пострадавший в сознании или нет, его кладут на бок травмированной стороной вниз.

РАНЕНИЕ БРЮШНОЙ ПОЛОСТИ

- Наложите на рану чистую тканевую повязку. Если кишечник или другие внутренние органы вывалились наружу, не пытайтесь вернуть их на место.

- Придайте пострадавшему наиболее удобное положение. Под согнутые в коленях ноги подложите свернутое одеяло, снижет давление на стенку брюшной полости.

- Не давайте пострадавшему пить, даже если он требует воды. Нельзя также есть или курить.

ПОРАЖЕНИЕ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ

- Отключите электрический ток (работайте с электричеством только сухими руками; никогда не пользуйтесь электроприборами на мокром полу, скамейке или столе).

- Если невозможно отключить ток, уберите контактный провод от пострадавшего безопасным предметом (он должен быть из материала не проводящего или плохо проводящего электрический ток). Палка, сложенная газета, об-

увь на резиновой подошве, кеды, одежда – все эти предметы можно использовать, если они сухие.

- Никогда не прикасайтесь к потерпевшему, пока вы не отключили ток или не убрали провод.

- Посмотрите, дышит ли пострадавший. Убедитесь в том, что дыхательные пути свободны. При необходимости применяйте искусственное дыхание.

- Если потерпевший находится без сознания, но дышит, придайте ему безопасное положение.

ОЖОГИ

- Ожоги можно только орошать холодной чистой водой. Дайте ей течь минут десять, пока боль не ослабнет.

- Никогда не прорывайте волдырь, образовавшийся над обожженным участком кожи.

Никогда не отрывайте одежду, прилипшую к ожогу.

- Наложить стерильную повязку на пораженный участок тела.

- На обожженные глаза сделать примочки раствора борной кислоты (на 1 стакан воды – половина чайной ложки борной кислоты).

- Завернуть пострадавшего в чистую простыню, укутать потеплее, дать выпить 2 таблетки анальгина, создать покой.

- Если ожог, покрытый волдырями, занимает площадь большую, чем ладонь, доставьте потерпевшего в медпункт или вызовите «Скорую помощь».

- Дайте пострадавшему обильное питье: чай с сахаром, фруктовый сок, воду с разбавленной в ней солью (2 чайные ложки на 1 л).

- Никогда не давайте пить человеку, потерявшему сознание.

ОТМОРОЖЕНИЯ

- Пострадавшего вносят в теплое помещение, протирают пораженные участки спиртом (водкой) и растирают

чистыми руками до покраснения кожи.

- При отморожении значительного большого участка конечностей делают теплые ванну из слабого (бледно-розового) раствора марганцево-кислого калия температурой 32–36 градусов Цельсия или прикладывают нагретые предметы.

- В случае общего отморожения проводят возможно быстрое отогревание пострадавшего (вносят в помещение с температурой 20–22 градусов Цельсия) и дают горячий кофе, чай, водку.

ПИЩЕВЫЕ ОТРАВЛЕНИЯ

- Промывание желудка в домашних условиях: пострадавшему дают пить большое количество воды (1–2 л) и вызывают искусственную рвоту – глубоко закладывая в рот пальцы, надавить на корень языка. Затем процедуру повторяют. Всего для промывания желудка требуется 10–12 л воды.

- Последние порции промывных вод должны быть прозрачными и не содержать остатков пищи.

ОБМОРОКИ

- Пострадавшего укладывают на кушетку (голова ниже ног) и дают нюхать нашатырный спирт.

СОЛНЕЧНЫЕ И ТЕПЛОВЫЕ УДАРЫ

- Пострадавшего укладывают в тень и охлаждают – прикладывают холод к голове и на область сердца, обтирают кожу мокрым полотенцем.

- При жалобах на боли в сердце дают под язык валидол или нитроглицерин.

ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИИ УГАРНЫМ ГАЗОМ

Угарный газ (оксид углерода – CO) – продукт неполного сгорания органических веществ. Высокотоксичный газ, без цвета, иногда имеющий запах гари. Приводит организм к острому кислородному голоданию.

Отравление может произойти на пожаре, при работе бензиновых двигателей, сгорания природного газа и т.д.

Обычно смерть наступает в результате отравления СО в закрытых помещениях с неудовлетворительной вентиляцией.

Отравление в зависимости от концентрации СО в воздухе, длительности его воздействия и состояния человека может быть постепенным или мгновенным.

Возможная внезапная потеря сознания, в т. ч. и за рулем.

ПРИЗНАКИ ОТРАВЛЕНИЯ:

а) при легкой степени:

- появление ощущения тяжести и пульсаций в голове;
- боль в височной области и лба («сжатие обручем»);
- потемнение и мелькание «мушек» в глазах, шум

в ушах;

б) при более тяжелой степени:

- головокружение, поверхностное дыхание, учащение пульса, расширение зрачков, нарастающая мышечная слабость;

- сонливость, путаное сознание, затем потеря сознания;
- непроизвольное опорожнение мочевого пузыря и кишечника;

- появление на лице розовых пятен или синюшности.

При отсутствии помощи, поверхностном дыхании, сердечной аритмии, глухом сердцебиении возможны судороги и смерть пострадавшего из-за острого кислородного голодания.

Первая помощь

Вынести на свежий воздух и положить на спину.

- Расстегнуть одежду и открыть грудную клетку.
- Охладить лицо и грудь холодной водой, снегом, льдом.

- Обвязать тряпкой, смоченной холодной водой, голову.

Если пострадавший не приходит в себя:

- заставить его чихать, вызвав раздражение в носу;
- растирать грудь, пострадавшего варежкой, шарфом, другим предметом до появления дыхания;

- сделать искусственное дыхание;
- доставить пострадавшего в лечебное учреждение или вызвать врача.

20. ЛЕСНЫЕ ПОЖАРЫ В ЛЕСАХ И НА ТОРФЯННИКАХ

Массовые пожары в лесу и на торфяниках могут возникнуть в жаркую и засушливую погоду от ударов молнии, неосторожного обращения с огнем, очистки поверхности земли выжигом сухой травы и других причин.

Предупредительные мероприятия

Для защиты населения и снижения ущерба при массовых пожарах заблаговременно проводятся мероприятия по прокладыванию и расчистке просек и грунтовых полос шириной 5–10 м в сплошных лесах и до 50 м в хвойных лесах. В населенных пунктах устраиваются пруды и водоемы, емкость которых принимается из расчета не менее 30 куб. м на 1 га площади поселка или населенного пункта.

21. СНЕЖНЫЕ ЗАНОСЫ И МЕТЕЛИ

Снежный занос – это гидрометеорологическое бедствие, связанное с обильным выпадением снега, при скорости ветра свыше 15 м/сек и продолжительностью снегорода более 12 ч.

Метель – перенос снега ветром в приземном слое воздуха. Различают поземок, низовую и общую метель. При поземке и низовой метели происходит перераспределение ранее выпадавшего снега, при общей метели наряду с перераспределением происходит выпадение снега из облаков. Снежные заносы и метели типичны для многих районов России. Их опасность для населения заключается в заносах дорог, населенных пунктов и отдельных зданий. Высота

заносов может быть более 1 м, в горных районах до 5–6 м. Возможно снижение видимости на дорогах до 20–50 м, а также частичное разрушение легких зданий и крыш, обрыв воздушных линий электропередачи и связи.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ СИЛЬНОЙ МЕТЕЛИ

Лишь в исключительных случаях выходите из зданий. Запрещается выходить в одиночку. Сообщите членам семьи или соседям, куда вы идете и когда вернетесь.

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 поставьте ограждения. При этом можно оставить мотор включенным, приоткрыв стекло для обеспечения вентиляции и предотвращения отравления угарным газом.

Если вы потеряли ориентацию, передвигаясь пешком вне населенного пункта, зайдите в первый попавшийся дом, уточните место вашего нахождения и, по возможности, дождитесь окончания метели. Если вас покидают силы, ищите укрытие и оставайтесь в нем. Будьте внимательны и осторожны при контактах с незнакомыми вам людьми, так как во время стихийного бедствия резко возрастает число краж из автомобилей, квартир и служебных помещений.

22. ДЕЙСТВИЯ ЧЕЛОВЕКА НА ЛЬДУ

Как определить состояние безопасности льда

Один из опознавательных признаков прочности льда – его цвет. Во время оттепели или дождей лед становится белым (матовым), а иногда и желтоватым (значит он непрочен). Надежный ледяной покров имеет синеватый или зеленоватый оттенок.

Обязательные правила для любителей подледного лова

– не пробивать рядом много лунок.

- не собираться большими группами в одном месте.
- не пробивать лунки на переправе.

Как действовать при проваливании людей и техники под лед

Если вы провалились под лед:

1. Широко раскиньте руки по кромке льда и постарайтесь удержаться от погружения с головой. Действуйте решительно, не паникуйте и до вас многие попадали в такую ситуацию

2. Старайтесь не обламывать кромку, без резких движений выбраться на лед, наползая грудью и поочередно выталкивая на поверхность ноги. Главное – занять как можно большую площадь опоры, Выбравшись из пролома, откажитесь, а затем ползите в сторону, откуда шли (и где прочность льда, таким образом, проверена).

3. Несмотря на то, что от сырости и холода вам хочется побежать и согреться, будьте осторожны до самого берега.

4. На берегу в безопасном месте некоторое время катайтесь на снегу в мокрой одежде, так как сухой снег впитывает влагу как губка. Действуя по обстановке, найдите место для обогрева и просушки одежды.

Если на ваших глазах человек провалился под лед:

5. Немедленно крикните, что идете на помощь.

6. К полынье приближайтесь только ползком, широко раскинув руки. По возможности положите под себя лыжи, доску, фанеру (для увеличения площади опоры) и ползите на них. Не подползайте к самому краю льда – провалитесь сами. Не доползая до полыни, протяните пострадавшему шест, ремни, шарфы, любую доску или жердь, санки, лыжи и т. п. Бросать связанные ремни, шарфы или доски нужно на 3–4 м до кромки льда.

Если вы с машиной провалились под лед

1. Некоторое время машина может держаться на плаву и у вас есть несколько секунд, чтобы из нее выскочить.

2. Если вы не успели покинуть автомобиль и он погрузился под воду, не открывайте двери, так как тут же вода хлынет внутрь и машина начнет резко погружаться.

3. При погружении на дно с закрытыми окнами и дверями воздух в салоне автомобиля держится несколько минут. Это немало. Есть возможность оценить обстановку, активно провентилировать легкие (глубокие вдохи и выдохи позволяют наполнить кровь кислородом «впрок»), избавиться от лишней одежды, мысленно представить себе путь наверх.

4. Выбирайтесь через дверь или окно (если сможете – через опущенное стекло), протиснетесь наружу, взявшись руками за крышу, подтянитесь, а затем резко плывите вверх. Выбирайтесь наружу, когда машина наполнится водой наполовину, так как если резко распахнуть дверь и попытаться тут же выбраться, вам будет мешать поток воды, идущий в салон. Выбравшись из машины, имейте в виду, что у вас есть 30–40 сек для всплытия.

23. ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОДОЗРИТЕЛЬНЫХ ВЕЩЕСТВ В ПОЧТОВЫХ ОТПРАВЛЕНИЯХ

Признаки писем (бандеролей), которые должны вызывать подозрение

- корреспонденция неожиданна;
- не имеет обратного адреса, неправильный адрес, неточности в написании адреса, неверно указан адресат;
- отправления нестандартны по весу, размеру, форме, неровные по бокам, заклеены липкой лентой;
- помечены ограничениями типа «Лично» и «Конфиденциально»;
- имеют странный запах, цвет, в конвертах прощупывается вложения, не характерные для почтовых отправок (порошок и т. д.);
- не соответствующие марки или штампы почтовых отделений.

В случае обнаружения подозрительных отправлений, содержащих неизвестные вещества (в порошкообразном, жидком или аэрозольном состоянии), рекомендуется:

- не пытаться самостоятельно вскрыть емкость, пакет, контейнер и др.;

- по возможности, не брать в руки подозрительное письмо или бандероль;

- сообщить об этом факте территориальным органам Госсанэпиднадзора, органам управления МЧС;

- убедиться, что повреждения или подозрительная почта отделена от других писем и бандеролей, а ближайшая к ней поверхность ограничена:

- в тех случаях, когда в помещении, где обнаружена подозрительная корреспонденция и при этом нарушена целостность упаковки, имеется система вентиляции, предпринять меры, исключающие возможность попадания неизвестного вещества в вентиляционную систему здания;

- до приезда специалистов поместить подозрительные отправления и контактирующие с ними предметы в герметичную тару (стеклянный сосуд с плотно прилегающей крышкой или в многослойные пластиковые пакеты). При этом следует пользоваться подручными средствами индивидуальной защиты кожи (резиновые перчатки, полиэтиленовые пакеты), дыхательных путей (респиратор, марлевая повязка);

- до приезда специалистов герметично закрытую тару хранить в недоступном для детей и домашних животных месте;

- составить список всех лиц, кто непосредственно контактировал с подозрительной корреспонденцией (их адреса, телефоны);

- лицам, контактировавшим с подозрительной корреспонденцией, неукоснительно выполнять мероприятия лич-

ной гигиены (вымыть руки с мылом, по возможности принять душ);

– выполнять рекомендации медицинских работников по предупреждению возможного заболевания.

24. СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ

Если у вас отсутствуют средства индивидуальной защиты, необходимо прибыть на пункт выдачи средств индивидуальной защиты (определенный руководителем подразделения) и получить их.

Выдаются средства индивидуальной защиты в соответствующем порядке, согласно графика работы пункта выдачи СИЗ.

ПАМЯТКА ПО ПОДБОРУ ПРОТИВОГАЗОВ

Рост лицевой части противогаза определяется:

ГП-5 (7) (противогазы для взрослых) – по измеренной окружности головы (измерение производится через макушку головы и подбородок с помощью матерчатого швейного сантиметра).

Результаты измерений, см	Требуемый размер
---------------------------------	-------------------------

До 63,0	0
63,5–65,5	1
66,0–68,0	2
68,5–70,5	3
71,0 и более	4

ПДФ-7 (детские противогазы) – измерение по высоте лица от подглазья до подбородка.

Высота лица, в мм	Требуемы размер
--------------------------	------------------------

До 78	1
79–87	2
88–95	3
96–103	4

Для детей, у которых высота лица больше 103 мм, подбирают лицевые части противогазов ШМ-62, Измерения делаются как для взрослых.

ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ПРОТИВОГАЗОМ

Противогаз может быть в трех положениях: походном, наготове и боевом.

В походном положении противогаз носится, когда нет непосредственной угрозы нападения противника (АХОВ). Чтобы привести противогаз в походное положение, необходимо надеть сумку с противогазом через правое плечо так, чтобы она находилась на левом боку и клапан ее был обращен от себя; подогнать с помощью передвижной пряжки длину ляжки так, чтобы верхний край сумки был на уровне поясного ремня; сдвинуть противогаз немного назад, чтобы при ходьбе он не мешал движению руки. При необходимости противогаз может быть закреплен на туловище с помощью тесьмы.

В положении наготове противогаз переводят по сигналу «*Воздушная тревога*» или по команде «*Противогазы готовы!*» При этом необходимо: расстегнуть клапан противогазной сумки; закрепить пояс тесьмой на поясе.

В боевое положение (лицевая часть надета на лицо и голову) противогаз переводят по сигналам «*Радиационная опасность*», «*Химическая тревога*» или по команде «*Газы*», а также самостоятельно при обнаружении признаков заражения ОВ, РВ и БС (АХОВ). Для перевода противогаза в боевое положение необходимо:

- * затаить дыхание, закрыть глаза, снять головной убор, зажав, держать его коленями;

- * вынуть из сумки противогаз;

- * взять обеими руками за утолщенные края нижней части шлем маски так, чтобы большие пальцы рук были снаружи;

- * приложить нижнюю часть шлем маски под подбородок и резким движением рук вверх и назад натянуть шлем-маску на голову;

- * устранить перекося и складки, если они образовались при надевании;

- * сделать полный выдох, открыть глаза, возобновить дыхание.