

Памятка

Обязанности граждан в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

В Законе г. Москвы «О защите населения и территорий города от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» №46 от 5.11.97г. (статья 20) прописаны обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

Граждане обязаны:

- **соблюдать законы и нормативные правовые акты Российской Федерации и города Москвы в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;**
- **знать и соблюдать правила безопасности в быту и трудовой деятельности, не допускать нарушений производственной и технологической дисциплины, требований экологической безопасности;**
- **изучать основные способы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, приемы оказания первой медицинской помощи пострадавшим, правила пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты;**
- **выполнять правила поведения при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций;**
- **при необходимости оказывать содействие в проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ.**

Отравление аммиаком

При появлении запаха аммиака в помещении виден затуманенный воздух. Необходимо:

1. Надеть противогаз, а в его отсутствии повязку смоченную 2% раствором лимонной или уксусной кислоты;
2. Закрывать окна, форточки и двери.
3. Включить радио и телевизор для получения информации штаба ГО и ЧС г. Москвы.
4. Связаться по телефону с ОД ГО и ЧС ЮЗАО и дежурным по Управе для уточнения и согласования плана действий.
5. Провести герметизацию помещений.
6. Нельзя пользоваться открытым огнём. Если запах не исчезает и запах не уменьшается, нужно выйти из помещения в противогазе или повязке, двигаясь по улице перпендикулярно движению ветра. При этом одежду надо застегнуть, поднять воротник, надеть головной убор.

При отравлении аммиаком возникают симптомы:

Ощущение удушья, кашель, слезотечение, раздражение кожи, резь в глазах, боли в желудке.

Необходимо:

1. Вынести пострадавших на свежий воздух, обеспечить покой.
2. Давать пить тёплое молоко с «Боржоми» и питьевой содой.
3. При наличии кашля принимать **кодеин** по 1 таблетке 2 раза в день.
4. При спазмах горла – тёплая грелка в области шеи, а также водные ингаляции над кастрюлей с горячей водой.
5. При поражении кожи обильно промыть её водой или раствором борной или лимонной кислоты. В глаза закапать альбунин, в нос тёплое оливковое или персиковое масло.
6. **Нельзя делать искусственное дыхание.**

Отравление хлором

Необходимо:

1. Надеть противогаз, а в его отсутствии повязку смоченную 2% раствором лимонной или уксусной кислоты;
2. Закрыть окна, форточки и двери.
3. Включить радио и телевизор для получения информации штаба ГО и ЧС г. Москвы.
4. Связаться по телефону с ОД ГО и ЧС ЮЗАО и дежурным по Управе для уточнения и согласования плана действий.
5. Провести герметизацию помещений.
6. **Нельзя пользоваться открытым огнём.**

При отравлении хлором возникают симптомы:

Сухой кашель, отдышка, резь а глазах, слезоточение, резкие грудные боли, как при сердечном приступе..

Необходимо:

1. Вынести пострадавшего на свежий воздух. При остановке дыхания – искусственное дыхание
2. Давать вдыхать нашатырный спирт.
3. Кожу и нос промывать 2% раствором питьевой соды.
4. Давать пить тёплое молоко с «Боржоми» и питьевой содой, кофе.
5. Поскольку хлор тяжелее воздуха, при выходе на улицу избегать низких участков, подвалов, тоннелей.

Памятка

Как действовать при обнаружении разлитой ртути

1. Если ртуть оказалась разлитой в квартире, необходимо, чтобы она ни в коем случае не попала на ковры, паласы, обои, мягкую мебель. Если же уберечься не удалось, спасатели ПСО-5 смогут нейтрализовать загрязнение специальным раствором;

2. Чем больше площадь разлитой ртути, тем сильнее испарение. Поэтому нужно как можно скорее собрать металл с пола, земли или асфальта, чтобы он не растекся на мелкие шарики, не был разнесен на подошвах и колесах машин;

3. Если вы обнаружили небольшое количество разлившейся ртути - скажем, из разбитого градусника, -нужно сразу же собрать блестящие капли резиновой грушей или щеткой в плотно закрывающуюся стеклянную банку. Не выливайте ртуть в раковину, унитаз, ведро или контейнер для мусора. Сдайте собранный металл спасателям;

4. В любом случае, если вы нашли ртуть или похожее на нее вещество в доме или на улице, сообщите об этом в свое отделение милиции или оперативному дежурному УПГО «Гранит» (267-48-43).

ПОМНИТЕ

1.Достаточно в небольшом помещении разбить градусник, и вероятность получить отравление очень велика.

2.Пары ртути чрезвычайно токсичны, они в 100 раз токсичнее паров хлора и в 2000 раз - аммиака.

Памятка

Как предотвратить пожар в квартире

Очень часто пожар происходит из-за неправильного пользования электроприборами, газовыми плитами, плачевным состоянием электропроводки, а также неправильным хранением легковоспламеняющихся веществ.

Что нужно делать, чтобы избежать пожара.

- 1.** Иметь в квартире порошковый огнетушитель.
- 2.** Обязательно закрывать перед сном внутренние двери, чтобы в случае возгорания затруднить распространение огня.
- 3.** Регулярно проверять наружную проводку и розетки.
- 4.** Перед тем как воспользоваться только что приобретенными подержанными газовыми или электрическими обогревателями (плитами), показать их газовщику или электрику.
- 5.** Не сушить белье над газовой плитой.
- 6.** Не оставляйте детей одних при зажженном камине или любом другом устройстве для обогрева помещения или приготовления пищи.
- 7.** Хранить легковоспламеняющиеся вещества в подсобных помещениях.
- 8.** Аккуратно тушить спички и сигареты.
- 9.** Не пытайтесь разогревать лаки и краски на газовой плите.
- 10.** Не следует пользоваться самодельными елочными гирляндами.
- 11.** Правильно пользоваться электроприборами и газовыми плитами. Не включать два мощных прибора в одну розетку.
- 12.** Не оставлять включенные электроприборы без присмотра на длительное время.

Памятка

По изготовлению ВМП

О Разложите на столе кусок марли или другой легкой ткани размером 100 х 50 см, желательно до этого многократно стиранный.

О На середину куска положите ровный слой ваты толщиной 2 см и размером 20 х 30 см.

О Верхний и нижний концы марли заверните и наложите по всей длине на вату.

О Разрежьте марлю с обеих сторон от ваты на глубину 25-30 см, чтобы получились две пары завязок.

О Если нет ваты, используйте марлю, сложенную в 6 слоев.

НАДЕВАНИЕ ВМП

О Наложите повязку на лицо так, чтобы она плотно и полностью закрывала рот и нос;

О Нижние концы завязок зажмите на темени, а верхние на затылке;

О В щели по обе стороны носа заложите кусочки ваты, чтобы повязка плотно прилегала к лицу.

Памятка

Правила пользования газовыми плитами

- Газовые плиты всегда нужно устанавливать и эксплуатировать согласно требованиям, оговоренным в инструкции;
- Осуществлять установку, производить ремонт и обслуживание должен только специалист;
- После приобретения новой (или подержанной) плиты ее обязательно должен проверить газовщик;
- Перед тем как включить плиту в первый раз, обязательно ознакомьтесь с инструкцией;
- Раз в 1,5- 2 года производить техосмотр;
- При малейшей неполадке вызывайте газовщика;
- Время от времени проветривайте квартиру;
- Установите над плитой электрическую вытяжку.

Почувствовав запах газа, немедленно прекратите его подачу к плите. Исключите доступ в это помещение любого огня: не курите, не зажигайте спички, не включайте свет и электроприборы.

Откройте все двери и окна, чтобы основательно проветрить всю квартиру, а не только это помещение.

Если запах газа не исчезнет, срочно вызывайте аварийную газовую службу по телефону 04, который работает круглосуточно. Лучше это сделать от соседей.

Памятка населению по противодействию терроризму

Будьте наблюдательны! Только вы способны своевременно обнаружить предметы и людей, посторонних в вашем подъезде, дворе, улице.

Будьте бдительны! Обращайте внимание на поведение окружающих, наличие бесхозных и не соответствующих обстановке предметов.

Наведите порядок в собственном доме: установите железную дверь с домофоном в подъезде, ежедневно проверяйте закрытие подвалов, чердаков и технических зданий.

Организируйте соседей на дежурство вблизи дома и оказание помощи правоохранным органам в охране общественного порядка.

Не делайте вид, что ничего не замечаете при опасном поведении попутчиков в транспорте! Вы имеете полное право защищать свой временный дом.

Никогда не принимайте на хранение или для передачи другому лицу предметы, даже самые безопасные.

Обнаружение подозрительного предмета в неподходящем (безлюдном) месте **не должно ослабить вашу осторожность.** Злоумышленник мог попросту бросить его, испугавшись чего-либо.

Даже если у вас имеется личный опыт общения со взрывчатыми веществами, **не пытайтесь манипулировать ими.** Самодельные взрыватели бывают сверхчувствительны и изощрённо хитроумны.

Не приближайтесь, а тем более – не прикасайтесь к подозрительному предмету: это может стоить вам жизни.

Расскажите своим детям о взрывных устройствах.

Научите своих детей мерам безопасности: не разговаривать на улице и не открывать дверь незнакомым, не подбирать бесхозные игрушки, не прикасаться к находкам и т.п.

Не приближайтесь и не прикасайтесь к подозрительному предмету.

При обнаружении предмета похожего на взрывоопасный позвоните по телефону «02»

Памятка

Безопасность на улице

Чтобы избежать неприятных ситуаций, следуйте следующим советам:

- Избегайте прогулок в безлюдных местах и в темное время суток;**
- Если над вами грубо насмехаются в толпе стоящих подростков, не поддавайтесь провокации, не отвечайте.**
- Не соглашайтесь на то, чтобы вас подвозили незнакомые люди.**
- Если вы ловите машину, чтобы добраться до нужного вам места, не садитесь в частные машины, особенно если там уже сидят люди, ждите такси.**
- Если вы ловите машину в темное суток, предварительно снимите с себя все украшения и надежно спрячьте в сумочку или внутренний карман пальто или куртки.**
- Будьте внимательны и избегайте подворотен и темных углов.**
- Садясь в пустой автобус или трамвай, занимайте место ближе к водителю.**
- Если незнакомый водитель просит вас показать ему какую-то улицу или дом, не садитесь к нему в машину, а объясните на словах.**
- Если вы сняли деньги со счета, то уберите их понадежнее, желательно не в сумку, а во внутренний карман.**
- Находясь в толпе, крепко придерживайте сумку, чтобы ее не вырвали и не разрезали.**

- Если вы идете по шоссе, держитесь той стороны, где транспорт будет двигаться вам навстречу: так вас не смогут затащить во внезапно притормозившую за спиной машину.

- Сумочку с деньгами лучше держать в левой руке или на левом плече, чтобы поравнявшийся с вами злоумышленник-мотоциклист не смог ее выхватить и скрыться, прибавив газу.

- Ключи храните в кармане, а не в сумочке- тогда в случае ее похищения вы сможете попасть в свою квартиру. Тем более, если в сумке лежат документы, по которым вор сможет узнать ваш адрес.

- Если вы оказались на улице во время перестрелки, сразу же ложитесь на землю и ползите к ближайшему укрытию.

Памятка

Укус пчелы и осы

Особенно опасны такие укусы для людей, испытывающих аллергию на яд этих насекомых. От удушья вследствие отека гортани и легких может наступить смертельный исход в течение первых часов и даже минут после укуса несколькими насекомыми.

Признаки отравления: сильный отек лица, иногда всего тела, удушье, потеря сознания и рвота.

Первая помощь:

1. Немедленно вызвать «скорую помощь».
2. До ее приезда побыстрее удалить жало пчелы из кожи (оса жала не оставляет), прижав его ногтями больших пальцев и стараясь не касаться сумочки с ядом, чтобы не выдавит его еще больше; лучше действовать пинцетом.
3. После этого приложить к ране холодный компресс или помазать ее антигистаминовой мазью.
4. Уложить человека на спину так, чтобы его ноги были выше головы (под них можно положить подушку, свернутое пальто и т.п.).
5. Облегчите ему дыхание (расстегнуть пояс, ворот) и повернуть лицо пострадавшего немного набок (на случай рвоты).
6. Накрыть пострадавшего одеялом.
7. Не давать ему ни пить, ни есть, ни курить.
8. В случае потери сознания или начала рвотной реакции перевернуть его на грудь и уложить в позу, удобную для дыхания.
9. Положите на рану разрезанный пополам свежий помидор, который облегчит боль.
10. Также уменьшить боль можно, приложив к месту укуса холодный камень.

Памятка

Что делать при укусе змеи

При змеином укусе яд может быстро распространиться по организму, если не оказать первую помощь или оказать ее неправильно.

Признаки отравления: Место укуса очень быстро отекает. Опухоль может охватить все конечности и перейти на туловище. В первые 20-40 минут пострадавший испытывает шоковое состояние. Появляется бледность, головокружение, тошнота, может быть рвота, частый и слабый пульс, падение артериального давления, периодическая потеря сознания.

Первая помощь:

1 Немедленно уложить пострадавшего и обеспечить ему полный покой, так любое движение усиливает кровообращение, а значит, и проникновение яда в организм.

2. В первые же минуты раскрыть ранку надавливанием и начать отсасывать яд, регулярно сплевывая его. Делать это в течение 15 минут.

Не бойтесь отравиться сами: отсасывание яда из ранки – совершенно неопасная процедура. Только не глотайте яд.

3. Продезинфицировать ранку любым имеющимся под рукой дезинфекционным средством (йод, спирт).

4. Наложить на пораженное место стерильную повязку, которую по мере отека конечности следует ослаблять.

5. Дать пострадавшему попить и как можно скорее доставить его в лечебное учреждение.

6. Если вы заметили, что пострадавший впал в шок, попытайтесь вывести его из этого состояния. Если он перестает дышать, начинайте делать ему искусственное дыхание.

7. Если пострадавший теряет сознание, но дыхание его не прерывается, переверните его на грудь и уложите в позу, безопасную для дыхания.

Категорически запрещается:

1. Накладывать на пораженную конечность жгут.

2. Разрезать, прижигать и вообще травмировать ранки от укуса.

3. Давать пострадавшему спиртное. При употреблении спиртного нервная система реагирует на яд еще сильнее, к тому же его после этого труднее вывести.

Памятка

Как обезопасить себя от бродячих животных

Что делать, если на вас готова напасть собака?

- 1.** Остановитесь и твердо (с максимальной четкостью и громкостью) отдайте несколько команд: «Стоять!», «Сидеть!», «Лежать!». Если даже животное не знакомо с этими командами, то оно будет сбито с толку. По крайней мере вы выиграете еще немного времени.
- 2.** Ни в коем случае не показывайте страха!
- 3.** Не поднимая высоко руки, бросьте в сторону животного какой-нибудь предмет.
- 4.** Если под руками есть какие-то подручные средства (зонтик, сумка, камни или палка), то приготовьтесь защищаться ими.
- 5.** Если вы видите, что собака домашняя или когда-то была таковой, то повернитесь к ней лицом и, если нет другого выхода, бросьтесь ей навстречу. Собак натаскивают на убегающего человека, а потому, не ожидая от вас подобных действий, нападающая собака скорее всего отскочит в сторону.
- 6.** В первую очередь защищайте горло и лицо. Для этого нужно прижать подбородок к горлу и выставить вперед руку (хорошо, если в ней будет сумка, палка и т.д.).
- 7.** Если есть возможность, обмотайте руку какой-нибудь одеждой (пиджак, пальто, курткой) и постарайтесь спровоцировать собаку на укус. Это поможет вам, сконцентрировавшись, с силой ударить ее по верхней челюсти.
- 8.** Если собака сбита с ног. В этом случае следует упасть на живот, закрыто руками шею и отбиваться ногами. Болевые точки у собак - нос, язык и паховая область.

Памятка

Что делать, если покусала собака

- 1. Обработать рану.** Промыть укушенные места большим количеством воды (хорошо, если под руками окажется перекись водорода), окружность ран смазать йодом, после чего наложить чистую повязку.
- 2. Выяснить у хозяев, привито ли животное от бешенства.**
- 3. Обратиться в ближайший травмпункт.**
- 4. Если собака бродячая, то вызвать службу по отлову бродячих животных.**
- 5. Обратиться в милицию.**
Милиция всегда будет на стороне пострадавшего, так как согласно Гражданскому кодексу владельцы собак должны выгуливать своих питомцев только на поводке и в наморднике.

Памятка

Помощь утопающему

Самые простые правила безопасного поведения на водах:

1. Не купаться и не нырять в незнакомых местах;
2. Не заплывать за буйки;
3. Не выплывать на судовой ход и не приближаться к судам;
4. Не устраивать игр в воде, связанных с захватами;
5. Не плавать на надувных матрасах или камерах;
6. Не купаться в нетрезвом виде...

Нарушения этих правил остаются главной причиной гибели людей на воде.

Что делать, если на ваших глазах тонет человек?

Прежде всего, дать себе секунду на размышление. Нет ли рядом спасательного средства? Им может быть все, что увеличит плавучесть человека и что вы в состоянии до него добросить. Спасательный круг можно бросить на 20-25 метров, конец Александрова- чуть дальше. Нет ли лодки? Можно ли позвать кого-то еще на помощь? Ободрив криком потерпевшего, вы идете на помощь.

Коротко техника спасения выглядит так. *Подплыв к утопающему, надо поднырнуть под него и, взяв сзади одним из приемов захвата (классический – за волосы), транспортировать к берегу. В случае, если утопающему удалось схватить вас за руки, шею или ноги, освобождайтесь и немедленно ныряйте- инстинкт самосохранения заставит потерпевшего вас отпустить.*

Если человек уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его в глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший был в воде около 6 минут.

Памятка

Как защитить от поражения электрическим током?

Поражение электрическим током происходит:

при одновременном касании двух оголенных проводов электропроводки;

- при касании одного оголенного провода, если человек в мокрой , стоит на влажной земле, в луже и т.п.

Ваши действия:

- Полностью отключите электричество в помещении, выньте шнур из розетки.

- Если это невозможно сделать, то обезопасьте себя от действий электрического тока, встав на изолирующий материал (резиновый коврик, сухую доску, толстый слой бумаги). Вытащите пострадавшего из зоны поражения каким-либо непроводящим электрический предметом (сухой деревянной шваброй, доской, стулом, с помощью петли, сделанной из веревки, полотенца, шарфа и т.п.).

- Оттащите пострадавшего в безопасное место.

- Если ток еще действует на пострадавшего, надо встать на сухую деревянную доску или сверток сухой одежды, обернуть руки сухой тканью и, взявшись за сухие отстающие части одежды, оттащить пораженного от провода или при помощи сухой деревянной палки, сухой веревки оттянуть провод от него.

- После этого, если потерпевший потерял сознание, нужно расстегнуть у него воротник, пояс, лифчик и уложить его так, чтобы голова была ниже туловища, а ноги выше.

- Дайте пострадавшему понюхать ватку с нашатырным спиртом.

- Вызовите скорую помощь.

- До ее приезда приведите пострадавшего в чувство, если он находится без сознания.

- При остановке дыхания немедленно начинайте делать искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

ПАМЯТКА

«Если Вам придется эвакуироваться»

(вариант для работающего населения)

Рабочие и служащие объектов экономики, получив распоряжение руководителя на проведение эвакуации, должны:

О знать способ и конечный пункт эвакуации, сроки прибытия на сборный эвакуопункт и его адрес;

О получить на объекте экономики средства индивидуальной защиты;

О убыть домой для оповещения и сбора неработающих членов семьи, эвакуирующихся вместе с Вами;

О собрать необходимые вещи: одежду, обувь (в т.ч. теплую), непортящиеся продукты питания на трое суток (хлеб, сухари, консервы, сахар, соль и др.), а также питьевую воду. Общий вес вещей не должен превышать 50 кг на одного человека, к чемодану или сумке прикрепите бирку с указанием фамилии, инициалов, адреса и конечного пункта эвакуации;

О иметь при себе личные документы (паспорт, диплом, свидетельство о рождении и др. документы) и деньги на питание на первые дни пребывания в пункте эвакуации;

О на неработающих членов семьи получить средства индивидуальной защиты на пункте выдачи по месту жительства;

О на одежду детей нашить метки с указанием фамилии, имени, адреса;

О перед уходом из дома закрыть форточки, окна, двери, отключить газ, электроприборы, перекрыть воду.