**Памятки по правилам поведения в экстренных ситуациях**

# Профилактика гриппа и ОРВИ

Наступление осени и зимы обычно связано с подъемом таких заболеваний, как грипп и острые респираторные вирусные инфекции. Холодное время года способствует переохлаждению организма и повышает опасность заболевания. Также распространению заболевания в это время года способствует скученность населения в помещениях, которая увеличивает вероятность встречи с инфекцией.

Грипп и острые респираторные вирусные инфекции (ОРВИ) – заболевания, которые передаются воздушно-капельным путем и вызываются различными возбудителями: вирусами (аденовирусы, вирусы гриппа, парагриппа, респираторно-сентициальные вирусы и другие) и бактериями (стрептококки, стафилококки, пневмококки и другие).

В основном возбудители острых респираторных инфекций передаются от человека к человеку через кашель или чихание больного. Любой человек, близко (приблизительно на расстоянии 1 метра) контактирующий с другими человеком с симптомами ОРВИ (высокая температура, чихание, кашель, насморк, озноб, боль в мышцах) подвергается риску воздействия потенциально инфекционных вдыхаемых капель. Вирусы могут попасть в организм (в глаза, нос или рот) через руки при соприкосновении с инфицированной поверхностью. С помощью соблюдения личной гигиены можно предупредить распространение возбудителей, вызывающих респираторные инфекции.

**Общие рекомендации**

* Прикрывайте нос и рот салфеткой во время кашля или чихания. После использования салфетку выбрасывайте в мусор.
* Часто мойте руки водой с мылом, особенно после того, как вы чихнули или кашляли.
* Эффективным будет также использование спиртосодержащих средств для мытья рук.
* Избегайте близкого контакта с больными людьми.
* Старайтесь не прикасаться к своим глазам, носу и рту.
* Избегайте объятий, поцелуев и рукопожатий.
* Если вы заболели, оставайтесь дома и ограничьте контакты с другими людьми, чтобы не заразить их, держитесь на расстоянии не менее 1 метра от окружающих

При появлении симптомов гриппа немедленно обращайтесь за медицинской помощью.

**Основные рекомендации для населения**

* Избегайте близкого контакта с людьми, которые кажутся нездоровыми, обнаруживают явления жара (температуры) и кашель.
* Избегать многолюдных мест или сократить время пребывания в многолюдных местах.
* Стараться не прикасаться ко рту и носу.
* Соблюдать гиену рук – чаще мыть руки водой с мылом или использовать средство для дезинфекции рук на спиртовой основе, особенно в случае прикосновения ко рту, носу.
* Увеличить приток свежего воздуха в жилые помещения, как можно чаще открывать окна.
* Используйте маски при контакте с больным человеком.

Придерживайтесь здорового образа жизни, включая полноценный сон, употребление «здоровой» пищи, физическую активность.

**Рекомендации по уходу за больным дома**

* Изолируйте больного от других, по крайней мере, на расстоянии не менее 1 метра от окружающих.
* Прикрывайте свой рот и нос при осуществлении ухода за больным с использованием масок.
* Тщательно мойте руки водой с мылом после каждого контакта с больным. Выделите отдельные полотенца каждому члену семьи.
* Кроме лиц, осуществляющих уход, больного не должны посещать другие посетители.
* По возможности, только один взрослый в доме должен осуществлять уход за больным.
* Избегайте того, чтобы за больным ухаживала беременная женщина.
* Постоянно проветривайте помещение, в котором находится больной.

Содержите помещение в чистоте, используя моющие средства

**Рекомендации для лиц с симптомами ОРВИ**

* При плохом самочувствии оставаться дома и выполнять рекомендации врача, по возможности держаться от здоровых людей на расстоянии (1 метр).
* Отдыхать и принимать большое количество жидкости.
* Закрывать рот и нос при кашле или чихании носовым платком или другими пригодными для этой цели материалами. Утилизировать этот материал сразу после использования или стирать его. Мойте руки сразу после контакта с выделениями из дыхательных путей!
* Необходимо носить маску, если находитесь на общей территории дома поблизости от других людей.

Сообщите своим близким и друзьям о болезни.

**Рекомендации по использованию масок**

* Ношение масок обязательно для лиц, имеющих тесный контакт с больным пациентом
* Аккуратно надевайте маску так, чтобы она закрывала рот и нос, и крепко завязывайте ее так, чтобы щелей между лицом и маской было, как можно меньше.
* При использовании маски старайтесь не прикасаться к ней.
* Прикоснувшись к использованной маске, например при снятии, вымойте руки водой с мылом или с использованием средств для дезинфекции рук на спиртовой основе.
* Заменяйте используемую маску на новую чистую, сухую маску, как только используемая маска станет сырой (влажной).
* Не следует использовать повторно маски, предназначенные для одноразового использования.

Выбрасывайте одноразовые маски после каждого использования и утилизируйте их сразу после снятия.

**Рекомендации для родителей:**

* Научите детей часто мыть руки с мылом в течение 20 секунд. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.
* Научите детей кашлять и чихать в салфетку или в руку. Родители тоже должны выполнять эту процедуру, что послужит хорошим примером для детей.
* Научите детей не подходить к больным ближе, чем на полтора-два метра.
* Заболевшие дети должны оставаться дома (не посещать дошкольные учреждения и школы), а также держаться на расстоянии от других людей, пока их состояние не улучшится.
* Воздержитесь от частых посещений мест скопления людей.

Если ребенок имел контакт с больным гриппом, спросите у врача необходимость приема антивирусных лекарств для предупреждения заболевания.

**Что делать, если ребенок заболел?**

* При заболевании ребенка обратитесь за медицинской помощью к врачу.
* Оставляйте больного ребенка дома, кроме тех случаев, когда ему нужна медицинская помощь.
* Давайте ребенку много жидкости (сок, воду).
* Создайте ребенку комфортные условия, крайне важен покой.
* Если у ребенка жар, боль в горле и ломота в теле, вы можете дать ему жаропонижающие средства, которые пропишет врач с учетом возраста пациента

Держите салфетки и корзину для использованных салфеток в пределах досягаемости больного.

# Правила поведения в толпе

Террористы часто выбирают для атак места массового скопления народа. Помимо собственно поражающего фактора террористического акта, люди гибнут, получают травмы еще и в результате давки, возникшей вследствие паники. Поэтому необходимо помнить следующие правила поведения в толпе:

* Избегайте больших скоплений людей.
* Не присоединяйтесь к толпе, как бы ни хотелось посмотреть на происходящие события.
* Если оказались в толпе, позвольте ей нести Вас, но попытайтесь выбраться из неё.
* Глубоко вдохните и разведите согнутые в локтях руки чуть в стороны, чтобы грудная клетка не была сдавлена.
* Стремитесь оказаться подальше от высоких и крупных людей, людей с громоздкими предметами и большими сумками.
* Любыми способами старайтесь удержаться на ногах.
* Не держите руки в карманах.
* Двигаясь, поднимайте ноги как можно выше, ставьте ногу на полную стопу, не семените, не поднимайтесь на цыпочки.
* Если давка приняла угрожающий характер, немедленно, не раздумывая, освободитесь от любой ноши, прежде всего от сумки на длинном ремне и шарфа.
* Если что-то уронили, ни в коем случае не наклоняйтесь, чтобы поднять.
* Если Вы упали, постарайтесь как можно быстрее подняться на ноги. При этом не опирайтесь на руки (их отдавят либо сломают). Старайтесь хоть на мгновение встать на подошвы или на носки. Обретя опору, "выныривайте", резко оттолкнувшись от земли ногами.
* Если встать не удается, свернитесь клубком, защитите голову предплечьями, а ладонями прикройте затылок.
* Попав в переполненное людьми помещение, заранее определите, какие места при возникновении экстремальной ситуации наиболее опасны (проходы между секторами на стадионе, стеклянные двери и перегородки в концертных залах и т.п.), обратите внимание на запасные и аварийные выходы, мысленно проделайте путь к ним.
* Легче всего укрыться от толпы в углах зала или вблизи стен, но сложнее оттуда добираться до выхода.
* При возникновении паники старайтесь сохранить спокойствие и способность трезво оценивать ситуацию.
* Не присоединяйтесь к митингующим "ради интереса". Сначала узнайте, санкционирован ли митинг, за что агитируют выступающие люди.
* Не вступайте в незарегистрированные организации. Участие в мероприятиях таких организаций может повлечь уголовное наказание.
* Во время массовых беспорядков постарайтесь не попасть в толпу, как участников, так и зрителей. Вы можете попасть под действия бойцов спецподразделений.
* **Правила поведения в случае запаха газа**
* Всем известно, что газ не имеет цвета и запаха. Для того чтобы своевременно определить утечку газа и принять соответствующие меры, он подается с небольшой добавкой сильно пахнущих, но малотоксичных веществ. Сжиженный газ тяжелее воздуха в два раза и при утечке заполняет в первую очередь подвалы, подполы, подземные коммуникации и может распространяться на большие расстояния.
* Смешиваясь с воздухом газ образует взрывоопасную смесь. Главное управление МЧС России по Белгородской области напоминает о соблюдении правил безопасности эксплуатации газовых приборов:
* соблюдайте последовательность включения газовых приборов: сначала зажгите спичку, а затем откройте подачу газа;
поручите установку, наладку, проверку и ремонт газовых приборов и оборудования квалифицированным специалистам;
примите меры по защите баллона и газовой трубки от воздействия тепла и прямых солнечных лучей;
храните газовый баллон в проветриваемом помещении, только в вертикальном положении;
убедитесь перед заменой баллона, что краны нового и отработанного баллонов закрыты. После замены проверьте герметичность соединений (при помощи нанесения мыльного раствора);
исключите случаи допуска детей к газовым приборам.
* Если погасло пламя в газовой горелке:
перекройте газовый кран;
если на кухне скопился газ, то следует заходить на кухню, закрывая органы дыхания мокрой тканью;
если концентрация газа велика и перекрыть его невозможно, то немедленно эвакуируйтесь и предупредите соседей;
откройте окна и проветрите помещение;
вызовите аварийную газовую службу, пожарную охрану и скорую помощь.
* При запахе газа недопустимо:
курить;
пользоваться открытым огнем;
отключать рубильник, находящийся в непосредственной близости от места утечки газа;
пользоваться лифтом;
включать /выключать свет;
нажимать на кнопку электрозвонка;
включать/выключать электроприборы.

# Правила поведения при угрозе наводнения

ПРИ УГРОЗЕ НАВОДНЕНИЯ НЕОБХОДИМО:

постоянно слушать информацию об обстановке и порядке действий

продовольствие, ценные вещи, одежду, обувь перенести на верхние этажи

из опасных районов эвакуировать население

спасти людей, где бы они ни оказались, используя для этого любые средства

в первую очередь из зоны затопления вывезти детей

оказать срочную помощь людям, оказавшимся в воде.

ДЕЙСТВИЯ ДО ЧС

Если вы в доме:

• Сохраняйте спокойствие.

• Предупредите соседей и помогите детям, старикам, инвалидам.

• Слушайте радио, чтобы получать известия о развитии бедствия.

• Никуда не звоните, чтобы не перегружать телефонные линии.

• Покиньте дом, как только получите распоряжение об эвакуации от спасательных служб.

• Для эвакуации пользуйтесь маршрутом, назначенным спасательными службами. Не пытайтесь «срезать путь» – вы можете попасть в опасное место и оказаться в ловушке.

• Обезопасьте домашних животных, обеспечьте их водой и питанием.

• Берите с собой только предметы первой необходимости (аптечку первой помощи, документы, медикаменты).

Если вы в машине:

• Избегайте езды по залитой дороге – вас может снести течением.

• Если вы оказались в зоне затопления, а машина сломалась, покиньте ее и вызовите помощь.

ДЕЙСТВИЯ ПОСЛЕ ЧС

• Достаньте аптечку первой помощи, помогите раненым.

• Слушайте радио и следуйте инструкциям спасательных служб.

• Соблюдайте осторожность, вернувшись в дом. Проверьте, надежны ли его конструкции (стены, полы).

• Обнаружив в доме и вокруг него лужу стоячей воды, немедленно залейте ее 2 литрами отбеливателя.

• Не отводите всю воду сразу (это может повредить фундамент) – каждый день отводите только около трети общего объема воды.

• Не живите в доме, где осталась стоячая вода.

• Опасайтесь электрического удара – если слой воды на полу толще 5 см, носите резиновые сапоги.

• Убедитесь в том, что электрические кабели не контачат с водой. В затопленных местах немедленно отключайте электропитание на распределительных щитах, если вы этого еще на сделали.

• Если пол у электрощита влажный, накройте его сухой доской и стойте на ней. Чтобы отключить электричество, воспользуйтесь сухой палкой.

• Если вы подозреваете, что питьевая вода в колодце или колонке загрязнена, используйте воду, заранее запасенную в бутылках, или же кипятите ее в течение 5 минут. Также можно добавить 2 капли отбеливателя на 1 литр загрязненной воды и после этого отстаивать воду в течение 30 минут.

• Вымойте или обеззаразьте загрязненную посуду и столовые приборы, используя для этого кипяток или отбеливатель (чайную ложку отбеливателя на раковину, заполненную водой).

• Не поднимайте температуру воздуха в доме выше 4 градусов Цельсия прежде, чем не будет отведена вся стоячая вода.

• Очистите дом от всех обломков и пропитанных водой предметов.

• Уберите оставшиеся ил и грязь, выбросите загрязненные постельные принадлежности, одежду, мебель и другие предметы.

• Протрите все поверхности в доме отбеливателем. При этом обеспечьте хорошую вентиляцию, чтобы очистить воздух от токсичных испарений.

# Правила пожарной безопасности в образовательных учреждениях

Как избежать пожара в школе

1. Необходимо всему персоналу образовательных учреждений и учащимся соблюдать правила пожарной безопасности.

2. Необходимо следить за тем, чтобы на территории школы не скапливались различные горючие отходы (мусор, старые парты, столы, стулья, сухие листья и т.д.). При пожаре этот легкогорючий мусор будет способствовать распространению горения на школьные постройки.

Иногда после очистки примыкающей к школе территории от опавших сухих листьев их сгребают в кучи. Раньше их сжигали, что вело к пожароопасной ситуации: тлеющие листья ветром могло занести на кровлю здания или в слуховые окна, с образованием очагов горения. В соответствии с законодательством сжигание листвы и мусора запрещено, т.к. помимо создания пожароопасной ситуации это ведет к повышению углекислого газа в воздушной среде, усилению парникового эффекта и глобальному потеплению. (Федеральный Закон № 89 от 24.07.1998 г. «Об отходах производства и потребления).

2. Не менее важно осуществлять контроль за состоянием дорог, проездов и подъездов к школьным зданиям, следить за тем, чтобы они не загромождались автотранспортом, а в зимнее время регулярно очищались от снежных заносов и льда. Делается это для того, чтобы пожарные автомобили имели возможность беспрепятственно проехать на территорию школы.

3. Если пожар принял большие размеры, пожарные используют местные водоисточники: водоемы, пруды, резервуары, водопроводы с сетью пожарных гидрантов. За этими водоисточниками должен быть обеспечен соответствующий досмотр и уход.

Необходимо следить, чтобы крышки смотровых колодцев подземных пожарных гидрантов не были засыпаны землей и мусором, покрыты льдом и снегом, а на стене ближайшего строения был указательный знак гидранта с цифрами, обозначающими координаты расположения гидранта относительно строения.

Меры пожарной безопасности в кабинетах физики,

химии и производственных мастерских

Из всех школьных помещений наиболее потенциально пожароопасны кабинеты физики, химии и производственные мастерские, так как именно здесь имеются горючие и легковоспламеняющиеся вещества и материалы, газовые горелки, спиртовки, электроплитки и т. п.

Классные доски, парты, шкафы, столы располагаются и содержатся с таким расчетом, чтобы проходы между ними, ведущие к эвакуационным выходам из кабинетов, лабораторий, производственных мастерских были свободны.

В школьных столярных и механических мастерских должен строго соблюдаться противопожарный режим. Прежде чем приступить к работе в мастерских, где есть электрооборудование, необходимо изучить инструкции и выполнять установленные правила эксплуатации электрооборудования. Уборку мусора и отходов необходимо проводить после каждого занятия. Запас материалов в мастерской не должен превышать количества, которое требуется для проведения занятий на один день. Нельзя в столярных мастерских сушить заготовки и древесину на печах, окрашивать изделия нитрокрасками.

После занятий следует тщательно убрать помещение, а промасленные тряпки и ветошь собрать в специальный металлический ящик с всегда закрытой плотной крышкой. Во избежание самовозгорания в конце дня содержимое ящика должно удаляться за пределы здания.

Преподаватель химии (лаборант) перед началом занятий должен включить вентиляцию; убедиться в наличии и исправности средств пожаротушения. В начале занятий в кабинетах физики и химии учащихся следует проинформировать о пожарной опасности веществ, применяемых для очередных учебных целей. Пользоваться пожароопасными веществами и нагревательными приборами учащимся в отсутствие преподавателя запрещается.

В химических лабораториях загорание может произойти даже без участия человека. Многие из применяемых химических веществ и реактивов обладают пожаро- и взрывоопасными свойствами, являются сильными окислителями, восстановителями или неустойчивыми при хранении веществами.

Требуется соблюдать правила хранения таких веществ и материалов, иначе могут быть нежелательные последствия: взрыв, самовоспламенение и т. п. Опасные при взаимодействии вещества должны храниться раздельно, в соответствующей упаковке и в допустимых количествах. Необходимо следить за тем, чтобы на упаковках всех реактивов имелись четкие этикетки, включающие знаки безопасности.

В лабораториях и других подобных помещениях допускается хранение легковоспламеняющихся жидкостей (ЛВЖ) и горючих жидкостях (ГЖ) в количествах, не превышающих сменную потребность. Доставлять жидкости в помещения следует в закрытой безопасной таре.

Эфиры, спирты, бензин, керосин являются крайне огнеопасными в обращении жидкостями. Воспламенение их паров может произойти от горящей свечи, зажженной спички, случайной искры от обувных набоек, наждака. Поэтому данными жидкостями следует пользоваться крайне осторожно, использовать их в строго ограниченных количествах. Не разрешается учащимся самостоятельно заправлять ими нагревательные приборы.

Запрещается тушение водой ряда веществ и жидкостей (натрий, магний, бензин, керосин), а также электрооборудования, находящегося под напряжением. Поэтому в химических и физических лабораториях, в производственных мастерских должны быть соответствующие средства пожаротушения, например, такие, как порошковый, воздушно-пенный, хладоновый огнетушители, асбестовая кошма, песок. Ответственными за пожарную безопасность таких лабораторий и мастерских должны быть компетентные специалисты.

Соблюдение указанных мер обеспечит нормальные с точки зрения пожарной безопасности условия занятий в химических и физических кабинетах, в производственных мастерских.

Кинопоказ

Для демонстрации учебных фильмов в школах в основном используются видеомагнитофоны и DVD-проигрыватели, но в некоторых школах все еще эксплуатируются киноустановки.

Демонстрация фильмов на широкопленочной аппаратуре в зданиях школы может быть разрешена только из киноаппаратной, оборудованной в полном соответствии с требованиями пожарной безопасности.

Следует иметь в виду, что кинопоказ может быть разрешен только в помещениях первого этажа. Исключение составляют помещения, имеющие под зрительным залом негорючие перекрытия и не менее двух выходов. Если помещение не удовлетворяет требованиям пожарной безопасности, проведение в нем киносеансов, спектаклей и вечеров не разрешается.

Показ учебных кинофильмов для школьников в классе разрешается только на узкопленочной аппаратуре. В этом случае присутствовать на просмотре фильма может только один класс, кинопроектор следует устанавливать так, чтобы он находился в противоположной стороне от выхода. Выход из помещения, где производится показ фильма, должен быть наружу, в коридор или на лестничную клетку.

В помещении, где проводится показ кинофильма, электропроводка должна соответствовать Правилам устройства электроустановок (ПУЭ).

Предназначенные для демонстрации фильмокопии должны храниться в специальных металлических коробках или фильмотеках. В школах, где практикуется показ учебных фильмов, разрешается хранить не более 10 фильмокопий в шкафах, закрытых на замок. Стоять в проходах класса, где идет демонстрация кинофильма, не разрешается.

В зале для кинопоказа стулья в каждом ряду должны быть скреплены между собой.

В классе, в зале во время показа кинофильма, спектакля, проведения праздничного вечера, дискотеки должен обязательно присутствовать преподаватель или воспитатель, который несет ответственность за пожарную безопасность. В это время ни в коем случае нельзя закрывать на замок эвакуационные выходы из помещения.

Порядок эвакуации из образовательных учреждений

В каждой школе разрабатывается и вывешивается на видном месте план эвакуации людей при пожаре.

Если в школе возникло загорание необходимо, в первую очередь, вызвать пожарную охрану и быстро организовать эвакуацию всех школьников. Малейшая растерянность, паника могут привести к непоправимым последствиям.

В плане эвакуации отражают вопросы оповещения педагогов и учащихся о пожаре, выхода школьников из горящих и находящихся под угрозой распространения горения и дыма помещений, указываются пути эвакуации и эвакуационные выходы. План эвакуации состоит из двух частей – графической и текстовой. В графической части показывается поэтажная планировка здания. Планы можно упрощать, изображая конструкции в одну линию, исключать небольшие помещения, не связанные с пребыванием людей. Но все эвакуационные выходы и пути эвакуации должны быть обозначены. Наименование помещений обозначают непосредственно на поэтажных планах, либо все помещения нумеруют и прилагают пояснение к плану. Нумеруют эвакуационные выходы и лестницы. Это позволяет сократить и упростить пояснительную записку к плану эвакуации. Двери на плане эвакуации показывают открытыми.

На плане наносят стрелки, указывающие направление движения людских потоков, исходя из наименьшего времени выхода и большей безопасности путей эвакуации.

Пути эвакуации делят на основные, которые обозначают сплошными зелеными линиями со стрелками, и резервные, которые обозначают пунктирными линиями со стрелками.

Практика показывает, что при пожаре не всегда удается вывести людей наружу по лестницам. Нередко люди спасаются, выходя на крышу здания.

Кроме маршрутов движения, обозначают места нахождения ручных пожарных извещателей, огнетушителей, пожарных кранов, других средств противопожарной защиты, телефонов.

Графическую часть плана эвакуации в рамке под стеклом вывешивают на видном месте, обычно при входе на этаж. Текстовая часть плана эвакуации утверждается руководителем объекта и представляет собой таблицу, содержащую перечень действий при пожаре, их порядок и последовательность, должности и фамилии исполнителей. Предписываемые действия должны быть тщательно продуманы и конкретно указаны.

Первое действие – вызов пожарной охраны. Для того чтобы вызов был четким, приводят текст вызова. Второе действие – устное оповещение об эвакуации. Оповещение должно делаться спокойно, но повелительным и внушительным тоном. Это может происходить по громкоговорящей сети в рамках Системы оповещения и управления эвакуацией (СОУЭ), при этом по всему зданию транслируется заранее подготовленный текст.

При эвакуации детей в детских учреждениях преподаватели и воспитатели обязаны:

- подготовить детей к эвакуации: прекратить занятия, игры, прием пищи; необходимо быстро одеть детей;

- объявить порядок, направление движения и место сбора;

- в соответствии с планом эвакуации: открыть двери в направлении движения; вывести детей; после того как дети выведены, в целях уменьшения скорости развития пожара по зданию необходимо двери закрыть;

- собрать всех детей в предусмотренном планом эвакуации месте («место сбора»);

- оказать, при необходимости, первую помощь;

- проверить наличие детей по списку и результаты доложить директору или командиру прибывшего пожарного подразделения, руководителю тушения пожара.

До прибытия пожарных учащиеся старших классов могут привлекаться для оказания помощи учителям в организации эвакуации малышей: помочь их одеть, отвести детей в теплое помещение; вызвать «скорую помощь» для оказания медицинской помощи пострадавшим; выполнять отдельные поручения по тушению незначительных очагов загорания.

Каждое школьное здание должно иметь не менее двух эвакуационных выходов.

В случае, если один из них отрезан огнем, для спасения людей используется второй.

Двери на путях эвакуации должны открываться свободно и по направлению выхода из здания. Запоры на дверях эвакуационных выходов должны обеспечивать людям, находящимся внутри здания, возможность свободного их открывания изнутри без ключа.

Допускается, по согласованию с Государственной противопожарной службой МЧС России, закрывать запасные выходы на внутренний механический замок. В этом случае на каждом этаже здания назначается ответственный дежурный из числа обслуживающего персонала, у которого постоянно имеется при себе комплект ключей от всех замков на дверях эвакуационных выходов. Другой комплект ключей должен храниться в помещении дежурного по зданию. Каждый ключ в обоих комплектах должен иметь обозначение о принадлежности соответствующему замку.

При пожаре нужно в считанные минуты попытаться оказаться на улице или хотя бы в помещение, где есть возможность дышать свежим воздухом. Интенсивное образование продуктов горения (дым, пары) и быстрое их распространение по помещениям и путям эвакуации происходит уже в начальной стадии пожара. В этой ситуации концентрация СО предельно опасна для человека, когда достаточно нескольких вдохов, чтобы потерять сознание.

Передвигаться сквозь густой дым (при видимости менее 10 метров) можно только в том случае, если вы уверены, что расстояние небольшое и вы сможете задержать дыхание на этой дистанции, а также не потеряете ориентировку и не зацепитесь за что-то одеждой.

# Правила поведения при пожаре в лифте

Пожар в лифте – это очень страшное явление, особенно если люди при этом находятся в кабине лифта. Если есть хоть малейшее подозрение, что в кабине или в шахте лифта начинается пожар, ни в коем случае не следует входить в кабину, так как она может в любой момент начать двигаться самопроизвольно.

Если, находясь в кабине лифта, вами обнаружены очаги горения, первое, что нужно сделать - это нажать кнопку вызова диспетчера, сообщить о ситуации и попросить о помощи. Такая кнопка есть в каждой кабине. Как правило, она красного цвета. Если кабина движется, не останавливайте её, а дождитесь остановки.

Если кабина лифта остановилась между этажами, а огонь потушить не удалось – громко кричите, стучите в стенки кабины, зовите на помощь. Если кабина оказалась на этажной остановке, попытайтесь зонтом, ключами или другими предметами раздвинуть автоматические двери кабины и выбраться наружу. Зовите на помощь соседей.

Если выйти из кабины лифта не удаётся, то до прибытия помощи прикройте нос и рот носовым платком, рукавом одежды или шарфом, смоченными любой жидкостью. Это может быть вода, молоко, газировка и т.п.

# Рекомендации гражданам по действиям при угрозе совершения террористического акта

Цель данных рекомендаций - помочь гражданам правильно ориентироваться и действовать в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, а также обеспечить создание условий, способствующих расследованию преступлений. Любой человек должен точно представлять свое поведение и действия в экстремальных ситуациях, психологически быть готовым к самозащите.

ОБНАРУЖЕНИЕ ПОДОЗРИТЕЛЬНОГО ПРЕДМЕТА, КОТОРЫЙ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ ВЗРЫВНЫМ УСТРОЙСТВОМ

В последнее время часто отмечаются случаи обнаружения гражданами подозрительных предметов, которые могут оказаться взрывными устройствами. Подобные предметы обнаруживают в транспорте, на лестничных площадках, около дверей квартир, в учреждениях и общественных местах. Как вести себя при их обнаружении? Какие действия предпринять? **Если обнаруженный предмет не должен, по вашему мнению, находиться в этом месте, не оставляйте этот факт без внимания.**

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, опросите людей, находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она и кто ее мог оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю (машинисту).

Если вы обнаружили неизвестный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей, возможно, он принадлежит им. Если владелец не установлен - немедленно сообщите о находке в ваше отделение милиции.

Если вы обнаружили неизвестный предмет в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации или охране. Во всех перечисленных случаях:

* не трогайте, не передвигайте, не вскрывайте обнаруженный предмет;
* зафиксируйте время обнаружения предмета;
* постарайтесь сделать все возможное, чтобы люди отошли как можно дальше от находки;
* обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы (помните, что вы являетесь очень важным очевидцем);

**Помните:** внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются самые обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, коробки, игрушки и т.п.

**Родители! Вы отвечаете за жизнь и здоровье ваших детей. Разъясните детям, что любой предмет найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность.

Не предпринимайте самостоятельно никаких действий с находками или подозрительными предметами, которые могут оказаться взрывными устройствами - это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям.**

# Памятка населению по действиям в пожароопасный период

Постарайтесь сами не причинять лесу серьезного ущерба. Помните, что девять из десяти пожаров, которые происходят в российских лесах, происходят по вине человека (прежде всего - из-за неосторожного обращения с огнем в лесу или около леса). А пожары ежегодно уничтожают почти два миллиона гектаров российских лесов, а в отдельные годы и больше - это примерно столько же, сколько вырубается всеми леспромхозами и другими лесозаготовительными компаниями России. Будьте предельно осторожны с огнем в лесу - никогда не оставляйте непогашенные костры, не поджигайте сухую траву, не въезжайте в лес на мотоцикле, из глушителя которого могут сыпаться искры, вообще никогда не разводите огня на торфяниках.

Чтобы ваша неосторожность не стала причиной лесного пожара, ВЫПОЛНЯЙТЕ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА:

- никогда не поджигайте сухую траву на полях или в лесу. Если вы увидите, как это делают другие, постарайтесь их остановить и объяснить, чем опасны травяные палы;

- никогда не разводите костер в сухом лесу или на торфянике. Прежде всего, убедитесь, что кострище располагается на минеральной почве. Прежде чем развести костер сгребите лесную подстилку с кострища и вокруг него в радиусе одного метра;

- хорошо залейте костер перед уходом. После этого разгребите золу и убедитесь, что под ней не сохранилось тлеющих углей, если сохранились - то залейте еще раз. Не уходите от залитого костра, пока от него идет дым или пар. О том, чем заливать костер, позаботьтесь заранее;

- никогда не бросайте непотушенные спички или сигареты, не пользуйтесь в лесу различными пиротехническими изделиями: петардами, бенгальскими огнями, свечами и т.п.

- не заезжайте в лес на автомобилях и особенно мотоциклах. Искры из глушителя могут вызвать пожар, особенно в сухом лесу с лишайниковым покровом;

- постарайтесь объяснить вашим друзьям и знакомым, что их неосторожность может послужить причиной пожаров.

Если вы обнаружили начинающийся пожар - например, небольшой травяной пал или тлеющую лесную подстилку у брошенного кем-то костра, постарайтесь затушить его сами. Иногда достаточно просто затоптать пламя или захлестать его ветками, или одеждой (правда, надо подождать и убедиться, что трава или подстилка действительно не тлеют, иначе огонь может появиться вновь).

Если вы не можете потушить его своими силами - постарайтесь как можно быстрее оповестить о нем тех, кто должен этим заниматься. По возможности быстрее сообщите о найденном очаге возгорания в лесхоз, лесничество, в ближайшее поселение, где есть связь с ними. Адрес и телефон лесхоза и лесничества желательно узнать до начала пожароопасного периода; его, например, можно найти в районном телефонном справочнике или спросить в ближайшем отделении связи.

# Правила поведения во время грозы

Ваши действия перед грозой и во время ее должны быть следующими: не выходить из дома, закрыть окна, двери и дымоходы, позаботиться, чтобы не было сквозняка, который может привлечь шаровую молнию;

во время грозы не топить печку, т.к. дым, выходящий из трубы, имеет высокую электропроводность, и вероятность удара молнии в возвышающуюся над крышей трубу возрастает;
во время грозы подальше держаться от электропроводки, антенн, окон, дверей и всего остального, связанного с внешней средой. не располагаться у стены, рядом с которой растет высокое дерево;
радио и телевизоры отключить от сети, не пользоваться электроприборами и телефоном (особенно важно для сельской местности);
во время прогулки спрятаться в ближайшем здании.
особенно опасна гроза в поле. при поиске укрытия отдайте предпочтение металлической конструкции больших размеров или конструкции с металлической рамой, жилому дому или другой постройке, защищенной молниеотводом; если нет возможности укрыться в здании, не надо прятаться в небольших сараях, под одинокими деревьями;
не находиться на возвышенностях и открытых незащищенных местах, вблизи металлических или сетчатых оград, крупных металлических объектов, влажных стен, заземления молниеотвода;
при отсутствии укрытия лечь на землю, при этом предпочтение следует отдать сухому песчаному грунту, удаленному от водоема;
если гроза застала вас в лесу, необходимо укрыться на низкорослом участке. нельзя укрываться под высокими деревьями, особенно соснами, дубами, тополями. лучше находиться на расстоянии 30 м от отдельного высокого дерева.
обратите внимание – нет ли рядом деревьев, ранее пораженных грозой, расщепленных. лучше держаться в таком случае подальше от этого места. обилие пораженных молнией деревьев свидетельствует, что грунт на данном участке имеет высокую электропроводность, и удар молнии в этот участок местности весьма вероятен; вероятность попадания молнии в конкретное дерево прямо пропорциональна его высоте.
во время грозы нельзя находиться на воде и у воды — купаться, ловить рыбу.
необходимо подальше отойти от берега; в горах отойдите от горных гребней, острых возвышающихся скал и вершин.
при приближении грозы в горах нужно спуститься как можно ниже. металлические предметы – альпинистские крючья, ледорубы, кастрюли, собрать в рюкзак и спустить на веревке на 20-30 м ниже по склону;
во время грозы не занимайтесь спортом на открытом воздухе, не бегайте, т.к. считается, что пот и быстрое движение «притягивает» молнию;
если вы застигнуты грозой на велосипеде или мотоцикле, прекратите движение и переждите грозу на расстоянии примерно 30 м от них; если гроза застала вас в автомобиле, не нужно его покидать.
необходимо закрыть окна и опустить автомобильную антенну.
двигаться во время грозы на автомобиле не рекомендуется, т.к. гроза, как правило, сопровождается ливнем, ухудшающим видимость на дороге, а вспышка молнии может ослепить и вызвать испуг и, как следствие, аварию;
при встрече с шаровой молнией не проявляйте по отношению к ней никакой агрессивности, по возможности сохраняйте спокойствие и не двигайтесь.
не нужно приближаться к ней, касаться ее чем-либо, т.к. может произойти взрыв. не следует убегать от шаровой молнии, потому что это может повлечь ее за собой возникшим потоком воздуха.

Если Вы стали участником или свидетелем трагедии, для вызова пожарных и спасателей звоните по телефону - 01, мобильная связь - 101, единый номер вызова экстренных служб - 112.

Единый «телефон доверия» Главного управления МЧС России по Рязанской области – 8 (4912) 21-63-04.

# Правила поведения 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 – заражение окружающей среды.

Наиболее часто на территории России применяется хлор, аммиак и их производные соединения.
При отравлении ХЛОРОМ наблюдается: резкая боль в груди, резь в глазах, слезотечение, одышка, сухой кашель, рвота, нарушение координации движений и появление пузырей на коже.
Признаки отравления АММИАКОМ: учащение сердцебиения и пульса, возбуждение, возможны судороги, удушье, резь в глазах, слезотечение, насморк, кашель, покраснение и зуд кожи.

МЕРЫ ЗАЩИТЫ
Оповещение населения о химической аварии осуществляется сиренами, прерывистыми гудками предприятий и транспортных средств. Это означает сигнал «Внимание всем!». Услышав его, немедленно включите радио- и телеприёмники (местные программы), прослушайте сообщения и рекомендации.
При опасности отравления необходимо: быстро выйти из района заражения в направлении, перпендикулярном движению заражённого облака; подняться на верхние этажи зданий (при заражении хлором); герметизировать помещения; использовать противогазы всех типов, при их отсутствии – ватно-марлевые повязки, смоченные водой или лучше 2-5% растворами 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 органа управления по делам ГО и ЧС. Плотно закройте окна и двери, дымоходы, вентиляционные отдушины (люки). Входные двери уплотните, используя мокрые одеяла и любые плотные ткани. Заклейте щели в окнах и стыки рам плёнкой, лейкопластырем или обычной бумагой.

ПОМНИТЕ
Надёжная герметизация жилища значительно уменьшает возможность проникновения опасных химических веществ в помещение.
Покидая квартиру, выключите источники электроэнергии, возьмите с собой личные документы, необходимые вещи, наденьте противогаз или ватно-марлевую повязку, накидку или плащ, резиновые сапоги.
После выхода из заражённого 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 тёплое питьё (чай, молоко и т.д.) и обратитесь к медицинскому работнику.

# Правила безопасного поведения на воде

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде.

Лучше всего купаться в специально оборудованных местах: пляжах, бассейнах, купальнях; обязательно предварительно пройти медицинское освидетельствование и ознакомиться с правилами внутреннего распорядка мест для купания.

В походах место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное песчаное или гравийное дно, небольшая глубина (до 2м), нет сильного течения (до 0,5 м/с).
Начинать купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17-19 градусов, воздуха 20-25 градусов. В воде следует находиться 10-15 минут, перед заплывом необходимо предварительно обтереть тело водой.

Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков. Необходимо лечь на спину, стремясь мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыл. Если все-таки не удается освободиться от растений, то, освободив руки, нужно поднять ноги и постараться осторожно освободиться от растений при помощи рук.

Нельзя подплывать близко к идущим судам. Вблизи идущего теплохода возникает течение, которое может затянуть под винт.
Опасно прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.

Не менее опасно нырять с плотов катеров, лодок, пристаней и других плавучих сооружений. Под водой могут быть бревна - топляки, сваи, рельсы, железобетон и пр. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных.

Нельзя купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов. Здесь склон дна может оказаться засоренным корнями и растительностью. Иногда песчаное дно бывает зыбучим, что опасно для не умеющих плавать.

# Правила поведения в жаркую погоду

Главное управление МЧС России по Рязанской области рекомендует жителям в жаркую погоду соблюдать меры личной безопасности:

• принимайте больше жидкости. Не пейте сразу больше одного стакана. Пейте мелкими глотками, не торопясь. Большую часть жидкости употребляйте утром и днем, вечером и на ночь поменьше, предпочтительно несладкую и лучше негазированную столовую минеральную воду, морсы, соки (кроме гранатового и из темного винограда - они сгущают кровь), зеленый чай. Ограничьте прием лечебной минеральной воды – насыщенный солевой состав может нарушить электролитный обмен и увеличить нагрузку на сердце;

• не употребляйте спиртных напитков, на жаре всасывание алкоголя в кровь усиливается, то есть пьянеет человек быстрее и сильнее, не употребляйте пива;

• не сидите непосредственно под протоком воздуха вентилятора или кондиционера. Комфортная температура для человеческого сна- 18-24 градуса. При наличии кондиционера отрегулируйте его на этот диапазон. При отсутствии - перед сном устройте сквозняк минут на 20, на ночь оставьте открытым только одно окно. Большинство летних простуд начинается из-за сквозняков;

• не принимайте холодный душ, если это не привычная для вас процедура. Лучше чаще принимайте душ и ополаскивайте лицо, шею, руки не горячей, но и не холодной водой, процедура должна вызывать чувство комфорта;

• носите одежду светлых тонов и из натуральных тканей. Не выходите на улицу без головного убора (панама, шляпа, кепка). Головной убор должен быть из натуральной ткани, светлого цвета и просторный, чтобы внутри образовалась воздушная подушка, которая предохранит от перегрева;

• не ешьте на ночь тяжелой пищи (особенно мяса), ее переваривание вызывает повышение температуры тела и усиливает потоотделение. Предпочтительнее ограничиться кефиром, несладкими фруктами, зеленым чаем.

# Правила поведения при пожаре в транспортных средствах

Знание правил поможет разумно действовать не только при пожаре, но и в других чрезвычайных ситуациях, происходящих в транспортных средствах.

Действия при пожаре в автомобиле

При пожаре в автомобиле необходимо:

- остановить автомобиль и выключить двигатель;

- поставить автомобиль на ручной тормоз;

- выйти из машины;

- если есть пострадавшие, помочь им покинуть салон автомобиля и удалиться на безопасное расстояние;

- воспользоваться огнетушителем;

- выставить сигнал на дороге;

- по телефону или через водителей проезжающих машин вызвать помощь.

Действия при пожаре в автобусе, троллейбусе, трамвае

При пожаре в автобусе, троллейбусе или трамвае нужно:

- немедленно сообщить о пожаре водителю, потребовать остановиться и открыть двери (используется кнопка аварийного открывания дверей). Использовать для ликвидации очага горения огнетушитель, другие подручные средства (пальто, стиральный порошок, землю);

- как можно быстрее и без паники покинуть салон, помогая тем, кто слаб или в шоке;

- Необходимо помнить! В троллейбусах и трамваях металлические части могут оказаться под напряжением в результате обгорания защитной изоляции проводов. Не следует касаться металлических частей и не заливать огонь водой;

- при блокировании дверей использовать для эвакуации аварийные люки в крыше и боковые стекла. При необходимости выбить стекла обеими ногами или твердым предметом;

- покидать салон быстро, закрывая нос и рот платком или рукавом, так как в любом виде транспорта при горении выделяются токсичные вещества;

- выбравшись из салона, отойдите подальше, так как могут взорваться баки с горючим (автобус) или произойти замыкание высоковольтной электрической сети (троллейбус, трамвай);

- сообщить о пожаре в пожарную охрану. Оказать помощь пострадавшим.

Действия при пожаре в поезде

Пожар в поезде страшен не пламенем, а в первую очередь ядовитыми продуктами горения синтетических отделочных материалов. Уже на 4-й минуте после возникновения пожара их концентрация превышает предельно допустимую. В спокойной обстановке, при отсутствии паники, пассажиры имеют возможность покинуть вагон в течение полутора минут.

Наиболее частыми причинами возникновения пожаров в пассажирских составах являются неосторожное обращение с огнем пассажиров и обслуживающего персонала, неисправность электрооборудования. В большинстве случаев загорания в вагонах возникают во время движения по пути следования.

При возникновении горения необходимо:

- сообщить проводнику вагона о загорании;

- разбудить спящих пассажиров;

- закрыть нос и рот тканью (полотенцем, наволочкой, простыней, одеждой), смоченной водой;

- пресечь панику;

- ни в коем случае не открывать окна, чтобы от притока кислорода не усилилось горение;

- в полупустых вагонах можно передвигаться сильно пригнувшись или на коленях, так как внизу (у пола) дыма бывает меньше;

- в движущемся поезде перейдите в соседний вагон, желательно в направлении движения,

- в остановившемся поезде – выйти из вагона, по возможности – на ту сторону, где нет железнодорожных путей. Не надо разбредаться во все стороны, так как прибывшие спасатели будут вести поиск в зоне железнодорожного полотна.

Если огнем отрезаны выходы необходимо:

- зайти в купе или туалет;

- плотно закрыть за собой дверь и открыть окно;

- ожидать помощи, подавая сигналы голосом и стуком.

Если потушить огонь невозможно, то нужно:

- остановить поезд стоп-краном;

- открыть двери, выбить окна;

- помочь эвакуироваться детям, старикам и пострадавшим;

- выйти из вагона и отойти от него на безопасное расстояние, убедившись, что в нем никого не осталось. Но разведку надо проводить с большой осторожностью за свою жизнь и здоровье.

Действия при загорании в самолете

При возникновении загорания в самолете необходимо:

- слушать и выполнять команды членов экипажа;

- защититься от возможных ожогов, закрыв открытые участки тела имеющейся одеждой, пледами и т. п.;

- после остановки самолета направляться к ближайшему выходу, сильно пригнувшись, или на четвереньках;

- если проход завален, пробираться через кресла, опуская их спинки;

- не открывать запасные люки в местах, где снаружи есть огонь и дым;

- не брать с собой ручную кладь;

- бороться с паникой на борту любыми средствами;

- после выхода из самолета удалиться от него как можно дальше; если это невозможно, лечь на землю животом вниз, обхватив голову руками, – возможен взрыв.

# Правила поведения при пожаре в местах массового скопления людей

Первоочередной задачей любого руководителя, ответственного за проведение массового мероприятия, должна быть тщательная профилактическая работа и обеспечение безопасности людей, особенно детей.

Во время массовых мероприятий с детьми в помещении должны неотлучно находиться преподаватели, классные руководители или воспитатели. Они должны быть заранее проинструктированы о мерах пожарной безопасности и правилах эвакуации детей из помещения в случае возникновения несанкционированного очага горения. Ответственные за проведение мероприятия должны тщательно осмотреть все помещения, запасные выходы и лично убедиться в их пожарной безопасности, убедиться в наличии первичных средств пожаротушения.

Помещение должно иметь не менее двух выходов непосредственно наружу или на лестничные клетки.

Допустимое количество присутствующих в помещениях при проведении мероприятий устанавливается из расчета 0,75 м2 на одного человека. Заполнение помещения сверх установленной нормы не допускается.

Нельзя запирать на замки двери эвакуационных выходов из помещения, здания. Окна нельзя загораживать фанерными щитами или закрывать ставнями, тем более – не открываемыми (глухими) металлическими решетками.

В случае возникновения горения все выходы, ведущие на путь эвакуации, непосредственно наружу или в безопасную зону являются эвакуационными.

Действия при пожаре

Прежде всего, входя в любое незнакомое здание, необходимо постараться запомнить свой путь, обращать внимание на расположение основных и запасных эвакуационных выходов. Как правило, они должны быть обозначены соответствующими знаками пожарной безопасности (знаки пожарной безопасности для целей эвакуации имеют прямоугольную или квадратную форму зеленого цвета с белыми символами: бегущий человек, стрелка и др.).

1. Если услышали крики: «Пожар! Горим!», либо почувствовали запах дыма, увидели пламя, постарайтесь сохранять спокойствие и выдержку. Оцените обстановку, убедитесь в наличии реальной опасности, выясните, откуда она исходит. Спокойно, без паники покиньте помещение наиболее безопасным путем.

2. Позвоните в пожарную охрану.

3. Если двигаться придется в толпе, успокаивайте паникеров, помогите тем, кто скован страхом и не может двигаться, разговаривайте с ними спокойно, внятно, поддерживайте под руки.

4. Оказавшись в толпе, согните руки в локтях и прижмите их к бокам, сжав кулаки. Наклоните корпус назад, уперев ноги, и попытайтесь сдерживать напор спиной, освободив пространство впереди и медленно двигаясь.

5. Не входите туда, где большая концентрация дыма.

6. Не пытайтесь спасаться на вышележащих этажах или в удаленных помещениях.

7. Если все-таки ситуация складывается таким образом, что из-за повышенной концентрации дыма и сильного жара вы не можете покинуть здание, ждите помощи пожарных.

8. Если чувствуете в себе достаточно сил, а ситуация близка к критической, крепко свяжите шторы, предварительно разорвав их на полосы, закрепите их за батарею отопления или другую стационарную конструкцию (но не за оконную раму) и спускайтесь. Во время спуска нужно не скользить руками.

Любой инцидент (пожар, теракт, авария и т. д.) на многих объектах, в том числе с массовым пребыванием людей, как правило, сопровождается отключением электроснабжения. К сожалению, у многих в темноте срабатывает не здравый смысл, а инстинкт самосохранения, возникает паника, что приводит к давке.

При пожаре бывает темнее, чем принято думать: только в самом начале загорания пламя может ярко осветить помещение, но практически сразу появляется густой черный дым и наступает темнота.

В настоящее время в целях обеспечения эвакуации людей, а также их информирования о правилах поведения в условиях ограниченной видимости (сумерки, задымление и т. п.) или полной темноты (аварийное отключение освещения) здания, наземные и подземные сооружения, объекты транспорта начали оборудовать фотолюминесцентными эвакуационными системами (ФЭС). Эти системы основаны на применении ориентационно-знаковых элементов с использованием фотолюминесцентных материалов, обладающих эффектом длительного послесвечения после предварительной их засветки, и не нуждающихся в электропитании.

В состав ФЭС входят светящиеся в темноте знаки безопасности, планы эвакуации, ориентирующие линии, экраны светового фона, разметки для визуализации коридоров, лестниц, дверей эвакуационных и аварийных выходов, мест размещения средств противопожарной и противоаварийной защиты и т. д.

Любые технические средства спасения могут оказаться малоэффективными, если отсутствуют предварительная информация, заранее полученные знания и позитивный психологический настрой (внутренняя готовность) на успешное преодоление чрезвычайной ситуации.

# Правила поведения при загорании в квартире (доме)

Основные действия при загорании в квартире (доме)

1. При обнаружении запаха дыма, гари, необходимо быстро установить, где находится очаг горения или тления:

- в квартире (в комнате, кухне, подсобном помещении, на балконе, лоджии и т.д.);

- на лестничной площадке (мусоропровод, почтовый ящик и пр.);

- в соседней квартире (идет дым из щелей двери);

- в соседнем доме (видно из окна).

2. Немедленно сообщить о пожаре по телефону «121»

Звонки со всех операторов мобильной связи бесплатные.

Далее необходимо сообщить следующие сведения:

- адрес, где обнаружено загорание или пожар.

- объект, где происходит пожар: во дворе, в квартире, школе, на складе и т.д.

- что горит (телевизор, мебель, автомобиль).

- по просьбе диспетчера уточнить: номер дома, подъезд, номер квартиры, ее этаж, сколько этажей в здании, как удобнее подъехать, код для входа в подъезд, есть ли опасность для людей и т. д.

- свою фамилию и телефон.

Говорить по телефону нужно четко и спокойно, не торопиться. Пока сообщаются сведения о пожаре, пожарная команда уже поднята по тревоге и выезжает (все, что надо бойцам передадут по рации).

Выйдя из дома, необходимо встретить пожарный автомобиль, показать самый быстрый и удобный проезд к месту возникшего пожара.

Если в квартире нет телефона, нужно оповестить соседей и попросить их срочно позвонить в пожарную охрану.

Однако, надо знать, что вызов пожарной команды просто так, из шалости или любопытства, не только отвлечет силы спасателей от реального чрезвычайного происшествия, но и будет иметь для «шалуна» и его родителей неприятные последствия.

Заведомо ложный вызов пожарной охраны (также как милиции, скорой помощи или иных специализированных служб) является административным правонарушением и наказывается штрафом в размере от 10 до 15 минимальных размеров оплаты труда (статья 19.13 Кодекса Российской Федерации об административных правонарушениях от 30 декабря 2001 г. № 195-ФЗ).

3. Принять меры к отключению электроприборов и оборудования.

4. При небольшом очаге горения приступить к его ликвидации имеющимися средствами пожаротушения, не пренебрегая собственной безопасностью.

5. При развившемся пожаре немедленно покинуть квартиру, прикрыв за собой дверь.

6. Если невозможно эвакуироваться из квартиры:

- плотно закройте двери в горящее помещение, заткните щели мокрой тканью, тем самым оградив себя от поступления дыма; поливайте дверь водой;

- сообщите о своем местонахождении в пожарную охрану.

- выйдите на балкон, закрыв плотно за собой дверь, и криками привлеките внимание прохожих и пожарных; если балкона нет подойдите к окну, встаньте на стул и машите рукой или палкой с белой тряпкой, чтобы обратить на себя внимание.

7. Необходимо сохранять хладнокровие и не поддаваться панике. При пожаре не так опасен огонь, как дым.

8. При пожаре не следует:

- переоценивать силы и возможности;

- рисковать жизнью, спасая имущество;

- пытаться выйти через сильно задымленную лестничную клетку (влажная ткань не защищает от угарного газа):

- спускаться по веревкам, простыням, водо­сточным трубам с этажей выше третьего;

- открывать окна и двери (это увеличивает тягу и усиливает горение)

- заниматься тушением, не вызвав пред­варительно пожарных;

- тушить водой электроприборы, находящие­ся под напряжением;

- пользоваться лифтом;

- выпрыгивать из окон верхних этажей;

- прятаться в шкафах, кладовых, забиваться в углы и т.п.

# Правила пожарной безопасности при пользовании бытовыми газовыми приборами

Правила пожарной безопасности на кухне.

- Крючки для полотенец, прихваток должны находиться подальше от плиты. Старайтесь держать подальше все, что может загореться: полотенца, прихватки, бумажные пакеты и коробки.

- Если плита стоит у окна, обязательно укоротите занавески - масло на сковороде может загореться и огонь перекинется на занавески.

- Обязательно удаляйте с плиты и кухонного стола весь пролитый жир. Кулинарный жир, подсолнечное масло легко загораются и быстро горят.

- Электрические провода на кухне должны быть обязательно сухими, чистыми (вода и жир разрушают изоляцию), проложены как можно дальше от нагревающихся поверхностей и вне пределов досягаемости детей.

- Не пользуйтесь на кухне аэрозолями - они могут вспыхнуть даже на значительном расстоянии от плиты. Не держите на кухне растворители, средства от насекомых, краски в аэрозольных упаковках.

- Если масло загорелось в сковороде, закройте ее крышкой. Ни в коем случае не заливайте сковороду водой – горящее масло разлетится по всей кухне и начнется настоящий пожар. Не пытайтесь перенести горящую сковороду в мойку.

- Для тушения очагов горения на кухне держите под рукой крышку, пищевую соду, огнетушитель. В качестве подручных средств тушения может пригодиться любое моющее средство, земля из цветочных горшков, банка с водой, мокрое полотенце.

- Нельзя включать горелку, пока не зажжена спичка. После зажигания горелки необходимо проверить, во всех ли отверстиях горит газ. Если нет, то надо немедленно выключить газ, проверить состояние горелки и при необходимости прочистить огневые отверстия. Заливать горящую горелку жидкостью не следует. Если вода или другая жидкость попала в горелку - немедленно отключите подачу газа, уберите жидкость с поддона, а когда горелка остынет – необходимо ее насухо вытереть.

Правила пользования газовой плитой:

- нельзя допускать к газовым приборам малолетних детей;

- пользоваться следует только исправными и нормально работающими газовыми приборами;

- нельзя оставлять без присмотра зажженные газовые приборы.

Во избежание несчастных случаев запрещается:

- открывать кран на газопроводе, не проверив, предварительно, закрыты ли все краны на распределительном щитке плиты;

- снимать конфорку и ставить посуду непосредственно на горелку;

- стучать по кранам, горелкам и щиткам твердыми предметами, а также поворачивать ручки кранов клещами, щипцами, пассатижами, ключами и т. д.; самостоятельно ремонтировать или устанавливать плиту или газоподводящие трубы;

- привязывать к газовым трубам, плите, крану веревки, вешать на них белье и другие вещи;

- при проверке показаний газового счетчика освещать циферблат или окошко счетного механизма свечой или зажженной спичкой.

В настоящее время в частных домах еще используются портативные газовые плитки, керогазы, керосинки. Они требуют строжайшего соблюдения нижеизложенных правил пожарной безопасности. Малейшее отступление от них может привести к несчастью.

При эксплуатации портативных газовых плиток, керогазов, керосинок запрещается:

- оставлять их зажженными без присмотра;

- пользоваться ими на лестничных площадках, в сараях;

- применять открытый огонь для освещения при заправке этих приборов;

- пользоваться неисправными приборами.

Монтаж домового газового хозяйства может проводить только лицо, имеющее специальную подготовку и лицензию на производство работ по устройству газовой сети и приборов. Самовольный монтаж или перестановка газовых приборов, проведение каких-либо исправлений в газопроводах и газовых аппаратах категорически запрещается.

В домах для получения горячей воды часто используют газовые проточные быстродействующие водогрейные колонки, а для отопления и одновременного получения горячей воды – автоматические газовые водоподогреватели (АГВ). Пожарная опасность этих газовых аппаратов заключается в наличии огневых камер, где сгорает газ, в результате чего стенки их нагреваются до опасных температур, достаточных для воспламенения легкогорючих материалов, предметов. Поэтому, при монтаже водогрейной колонки на деревянной оштукатуренной стене предусматривается зазор от корпуса колонки до стены, равный 30 см, а на негорючих стенах – 20 см.

Перед пользованием газовой колонкой, водонагревателем АГВ следует убедиться в наличии тяги в дымовом канале, для чего поднести зажженную спичку под край вытяжного колпака у газовой колонки или к смотровой дверке АГВ, открыв предварительно газоход. При хорошей тяге пламя должно втягиваться внутрь, а при плохой – оставаться неподвижным или отклоняться от отверстия. В этом случае пользоваться газовым прибором нельзя до исправления причины отсутствия тяги.

Часто домовладельцу приходится сталкиваться с необходимостью замены баллонов. Это несложная операция требует соблюдения следующих правил

Правила пожарной безопасности при замене газовых баллонов.

1. При транспортировании баллонов и доставке к месту размещения нельзя допускать их падения, особенно ударов о твердые предметы. Нельзя ударять по корпусу баллона и его арматуре, применять рычаги для затягивания гаек или для открывания клапана.

2. Подключают баллоны к газопроводу только с применением трубок (шлангов) с накидными гайками.

3. Присоединяют трубки (шланги) с помощью гаечных ключей. При этом предварительно проверяют наличие в накидных гайках уплотнительных прокладок.

4. Если при открытом клапане баллона и достаточно сильной затяжке накидных гаек обнаружится утечка газа, то клапан необходимо закрыть и сообщить об утечке в службу газового хозяйства, не производя никаких попыток самостоятельно устранить неполадки.

Действия при обнаружении утечки газа.

Пожары от бытовых газовых приборов чаще всего происходят в результате утечки газа – из-за нарушения герметичности газопроводов, оборудования, соединительных узлов или через горелки газовых плит. Природный или сжиженный (баллонный) газ способен образовывать с воздухом взрывоопасные смеси. При ощутимом запахе газа необходимо как можно скорее сделать следующее:

1. Прекратить пользоваться газовым прибором (выключить газ на плите, перекрыть газовую трубу).

2. Исключить появление источников зажигания: открытого огня и искры (спички, сигареты, зажигалки, электрические выключатели, электробытовые приборы, электрозвонки, телефонные аппараты).

3. Немедленно удалить всех членов семьи и срочно проветрить все помещения, включая подвалы.

4. Вызвать аварийную службу газового хозяйства по телефону 04.

5. Покинуть загазованное помещение до прибытия аварийных служб и ликвидации аварии.

Можно попытаться найти место утечки газа самим. Для этого можно пользоваться мыльным раствором, которым смачивают места соединений на трубопроводе, арматуре, баллоне. Категорически запрещается пользоваться огнем для определения места утечки газа.

Домашним хозяйкам нужно помнить, что при нагреве на газовых плитах больших емкостей (баков, ведер) с широким дном необходимо пользоваться специальными большими по размеру конфорочными кольцами с более широкими ребрами. Горелку нужно отрегулировать так, чтобы пламя слегка касалось дна. Нормальное горение характеризуется спокойным пламенем горелки, имеющим отчетливое голубовато-зеленое ядро с фиолетовым колпачком. Если все пламя или часть его имеет желтовато-красный оттенок, значит газ сгорает не полностью (горелка «коптит»). Пламя нужно отрегулировать, уменьшив подачу газа.

# Правила поведения при пожаре в вашем доме

Каждые 5 секунд на земном шаре возникает пожар. На территории России ежегодно происходит около 300 тысяч пожаров (каждые 4-5 минут). Каждый час в огне погибает один человек. Ежегодно выгорает около 3 миллионов квадратных метров жилья.

Основными причинами пожаров в жилищах являются:

- неосторожное обращение с огнём;

- неисправность электрооборудования;

- неосторожность при курении;

- шалости детей.

Опасность для людей при пожарах представляют: высокая температура воздуха, задымлённость, опасная концентрация угарного газа и других продуктов горения, а также обрушение конструкций зданий. Задымление и высокая температура особенно опасны на верхних этажах и в подвалах зданий.

При тушении пожара и спасении пострадавших соблюдайте следующие правила:

- перед входом в горящее помещение накройтесь с головой влажной плотной тканью;

- дверь в задымлённое помещение открывайте осторожно, во избежание вспышки пламени от притока воздуха;

- в сильно задымлённом помещении и по лестничным клеткам двигайтесь пригнувшись или ползком;

- для защиты от угарного газа дышите через влажную ткань;

- при тушении электропроводки и электроприборов предварительно обесточьте их ;

- если на вас загорелась одежда, то надо лечь на пол и, перекатываясь сбить пламя.

Нельзя бежать – это ещё больше раздует пламя;

- на человека в горящей одежде необходимо набросить какое-нибудь покрывало и плотно прижать;

- при поиске маленьких детей осмотрите углы помещений, шкафы, пространство под кроватью. Помните! Маленькие дети от страха прячутся под кровати, в шкафах, забиваются в углы и между мебелью.

Ваши действия в различных пожарных ситуациях.

Пожар в квартире:

- выведите всех людей из квартиры;

- сообщите о случившемся по телефону «01» и оповестите соседей;

- отключите электроэнергию в квартире;

- если это не опасно, то постарайтесь потушить пожар подручными средствами (водой, мокрой тканью);

- не открывайте окон и дверей во избежание притока воздуха к очагу пожара;

- если потушить пожар своими силами невозможно, немедленно покиньте квартиру, плотно прикрыв входную дверь;

- организуйте встречу пожарных;

- при невозможности покинуть квартиру, выйдите на балкон или через окно криками о пожаре привлекайте внимание прохожих и пожарных.

2. Пожар на кухне:

- при возгорании жира на сковороде перекройте электричество;

- накройте сковороду крышкой или плотной мокрой тканью;

- оставьте сковороду остывать;

- при попадании горящего жира на пол или стены используйте для тушения землю из цветных горшков или стиральный порошок.

3. Возгорание телевизора:

- отключите телевизор от электросети;

- постарайтесь потушить пожар, накрыв телевизор плотной тканью или залив водой;

- если с пожаром справиться не удалось, то сообщите в пожарную охрану, выведите из квартиры всех людей во избежание отравления продуктами горения и сами покиньте помещение.

Аналогично действуйте при загорании других электробытовых приборов.

4. Пожар на балконе:

- очаг возгорания тушите любыми подручными средствами;

- если с пожаром справиться не удалось, закройте балконную дверь, вызовите пожарную охрану и покиньте комнату.

5. Запах дыма в подъезде:

- позвоните в пожарную охрану;

- постарайтесь потушить очаг пожара подручными средствами вместе с соседями;

- если горит ваша входная дверь, поливайте её водой изнутри;

- позвоните по телефону соседям и до прибытия пожарных попросите их потушить пожар снаружи;

- если в квартире много дыма, дышите через мокрую ткань;

- если из-за сильного задымления лестничной клетки воспользоваться лестницей невозможно, то оставайтесь в квартире;

- закройте щели дверей и вентиляционные люки мокрой тканью;

- криками о помощи привлекайте внимание прибывших пожарных. Укрыться от пожара и дыма до прибытия пожарных можно и на балконе, закрыв за собой дверь.

6. Пожар в загородном доме или на даче:

Причины пожаров на дачах и в загородных домах типичны: неосторожное курение и топка печей, нарушение правил пользования электробытовыми приборами, шалости детей и т.п. Если пожар всё же случился, то:

- отключите электроэнергию и выведите из дома людей;

- сообщите о пожаре в ближайшую пожарную часть по телефону или посыльным;

- оповестите соседей и до прибытия пожарных тушите пожар подручными средствами;

- если нет возможности выйти из дома спуститесь в подвал или погреб, плотно закрыв дверь.

Будьте осторожны и помните, что в вашей безопасности заинтересованы прежде всего вы сами!

# Правила поведения, если вы заблудились в лесу

Если Вы поняли, что заблудились, первым делом немедленно остановитесь и присядьте. Сосредоточьтесь и не паникуйте. Думайте только о том, как выбраться к тому месту, откуда начинается знакомый путь. Для этого:

1. Вспомните последнюю примету на вашем пути и постарайтесь выбраться к ней.

2. Припомните знакомые ориентиры: шоссе, железная дорога, река, постройки, и т.д.

3. Прислушайтесь. Может быть в лесу слышны звуки работающего двигателя, лай собаки, движение поезда и т.д.

4. Если вы не нашли никаких ориентиров, постарайтесь влезть на самое высокое дерево (прежде, оцените свои силы). С высоты есть наибольшая вероятность увидеть различные трубы, антенны, вышки электропередач.

5. Будьте уверены, что лесная дорога всегда выводит к жилью.

6. Двигаясь по лесу сверяйте свой курс по неподвижным предметам (как правило, шаги правой и левой ноги слегка разнятся и есть опасность пойти по кругу).

Конечно, самое важное — взять за правило, что, прежде чем войти в лес, нужно посмотреть карту местности запомнить, с какой стороны от вас стоит солнце. Например, если оно находится справа, выходить обратно надо так, чтобы оно было слева. Ну, и конечно, не забывайте элементарные приметы: муравейники всегда располагаются с южной стороны деревьев; мох предпочитает северную сторону; годовые кольца на спиле пня с южной стороны обычно толще; Обратите внимание на деревья — их крона пышнее с южной стороны.