

**Администрация  
Сегежского муниципального района  
Республики Карелия**



**ПАМЯТКА  
населению Сегежского муниципального района  
по действиям в чрезвычайных ситуациях**



г. Сегежа  
2018 г.

## **Уважаемые жители Сегежского района!**

**На территории Российской Федерации продолжает сохраняться тенденция ежегодного роста числа чрезвычайных ситуаций, обусловленных опасными природными явлениями, стихийными бедствиями, авариями и техногенными катастрофами. Растет ущерб от этих происшествий. Остаются значительными санитарные и безвозвратные потери населения. Наносится вред окружающей природной среде. В этих условиях проблема предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, обучения населения правильным и умелым действиям при чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера остается для России весьма актуальной.**

**Внимательно прочтите эту памятку, ознакомьте с ней родных, знакомых, соседей. Помните, что правильные действия в условиях возможных чрезвычайных ситуаций помогут спасти жизнь и сохранить здоровье вам и вашим близким.**

**Чрезвычайная ситуация (ЧС)** – это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

### Куда звонить при угрозе и возникновении ЧС:

| Наименование оперативной службы (учреждения)                                                                                                                                          | Номера телефонов                   | При каких ЧС следует обращаться                                                                                                                        |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>единый телефон спасения «112» (без набора +7 или 8) и дополнительного набора: «1» - противопожарная служба, «2» - милиция, «3» - скорая помощь, «4» - аварийная газовая служба</b> |                                    |                                                                                                                                                        |
| <b>Единая дежурная диспетчерская служба (ЕДДС) Сегежского муниципального района<br/>09, 4-32-44</b>                                                                                   |                                    | При любых ЧС природного и техногенного характера, а также при угрозе и совершении террористических актов, пожарах и дорожно-транспортных происшествиях |
| <b>Дежурный ОМВД России по Сегежскому району</b>                                                                                                                                      | <b>02, 4-33-33</b>                 | При любых ЧС природного и техногенного характера, а также при угрозе и совершении террористических актов, дорожно-транспортных происшествиях           |
| <b>ФКГУ «4 отряд федеральной противопожарной службы по Республике Карелия» ГУ МЧС России по Республике Карелия</b>                                                                    | <b>01, 4-22-01</b>                 | При любых ЧС природного и техногенного характера, пожарах и дорожно-транспортных происшествиях                                                         |
| <b>Диспетчер отделения скорой медицинской помощи</b>                                                                                                                                  | <b>03, 4-24-44</b>                 | При любых ЧС, если есть пострадавшие или возникла реальная угроза жизни и здоровью людей                                                               |
| <b>Аварийно-диспетчерская служба филиал-треста «Сегежагаз»</b>                                                                                                                        | <b>04</b>                          | При авариях на наружных системах газоснабжения до ввода в дом (утечка, запах газа, неисправность газового оборудования)                                |
| <b>Аварийно-диспетчерская служба ООО «Ремсервис» (г. Сегежа)</b>                                                                                                                      | <b>4-22-71</b>                     | При авариях на внутридомовых системах электроснабжения, водоснабжения, лифтах, канализация, газоснабжения (квартиры, подъезды)                         |
| <b>Аварийно-диспетчерская служба управляющей компании ООО «Комфорт» (пгт. Надвоицы)</b>                                                                                               | <b>58-326,<br/>8-921-804-02-08</b> | При авариях на внутридомовых системах электроснабжения, водоснабжения, канализация, газоснабжения (квартиры, подъезды)                                 |

|                                                                                                                               |                                                                                    |                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>ООО «Надвоицкая управляющая компания» (пгт. Надвоицы)<br/>Аварийно-диспетчерская служба<br/>ООО «Ремсервис» (г.Сегежа)</b> | <b>4-22-71</b>                                                                     | При авариях на внутридомовых системах электроснабжения, водоснабжения, канализация, газоснабжения (квартиры, подъезды)                                                 |
| <b>Аварийно-диспетчерская служба<br/>ЭСУ АО «ПСК»</b>                                                                         | <b>4-22-29</b>                                                                     | При авариях на наружных и кабельных сетях электроснабжения до кабельного ящика на вводе в дом                                                                          |
| <b>ООО «Сегежская электротехническая компания»</b>                                                                            | <b>в рабочие дни с<br/>08.00 до 17.00,<br/>тел. диспетчера<br/>8-921-459-84-24</b> | При отсутствии уличного освещения                                                                                                                                      |
| <b>ООО «Сегежский жилищно-коммунальный сервис»:<br/>ЖЭУ-1<br/>ЖЭУ-2<br/>ЖЭУ-3</b>                                             | <b>8-921-622-87-77<br/>7-00-12<br/>7-47-01</b>                                     | По ремонту внутридомовых сетей теплоснабжения, водоснабжения и канализации                                                                                             |
| <b>Отделение УФСБ России по РК в городе Сегеже</b>                                                                            | <b>4-25-01</b>                                                                     | При угрозе и совершении террористических актов, угрозе взрыва, захвате заложников, обнаружении подозрительных предметов, которые могут оказаться взрывным устройством. |

## ***ВНИМАНИЕ!***

**Вызов оперативных служб по мобильному телефону осуществляется по номеру «112» (без набора +7 или 8) и дополнительного набора: «1» - противопожарная служба, «2» - милиция, «3» - скорая помощь, «4» - аварийная газовая служба.**

## **ЭТО НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ:**

На территории Сегежского муниципального района возможны чрезвычайные ситуации:

- **природного характера:** затопления, лесные и торфяные пожары снежные заносы, штормовые и ураганные ветры, густые туманы, сильные морозы.
- **техногенного характера:** пожары, аварии на предприятиях, в т.ч. с выбросом аварийных химически опасных веществ (аммиак, хлор), аварии на электросетях, сетях газоснабжения, теплоснабжения, водопровода и канализации, аварии на автомобиле, железнодорожном и водном транспорте, заражение радиоактивными веществами в результате аварии на Ленинградской или Кольской АЭС, чрезвычайные ситуации на водоемах района.

## ОПОВЕЩЕНИЕ О ЧРЕЗВЫЧАНОЙ СИТУАЦИИ

Основной способ оповещения об угрозе стихийного бедствия или аварии (катастрофе), угрожающей жизни людей, а также о порядке действия населения при возникновении опасных ситуаций – передача сообщений комиссией по чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности или штабом по делам ГО и ЧС по радиотрансляционной сети, местным станциям телевидения, уличным громкоговорителям и по громкоговорящей связи специальных автомобилей МВД.

### ЗАПОМНИТЕ!

Звук сирены и прерывистые гудки предприятий и транспортных средств означают сигнал гражданской обороны **«Внимание всем!»**. Услышав сигнал, немедленно включите телевизор, радиоприемник, репродуктор радиотрансляционной сети и прослушайте сообщение комиссии по чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности. Если вы не успели прослушать сообщение полностью, не беспокойтесь – информация будет передана повторно несколько раз. Действуйте согласно указаниям комиссии по чрезвычайным ситуациям, переданным по радио (телевизору). На весь период ликвидации последствий стихийных бедствий или аварий не выключайте телевизор или радиоприемник.

## **ОБЩИЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ И ДЕЙСТВИЙ НАСЕЛЕНИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

### **При пожаре:**

- вывести из опасной зоны людей, в первую очередь детей, инвалидов и граждан преклонного возраста;
- немедленно вызвать пожарную охрану по телефону 01. При этом четко сообщить: точный адрес места пожара, что горит, свою фамилию;
- при эвакуации людей из зоны пожара не следует пользоваться лифтом;
- до прибытия пожарных подразделений приступить к тушению пожара первичными средствами пожаротушения;
- во время пожара воздерживайтесь от открытия дверей и окон, не разбивайте стекла. Покидая помещение закройте за собой дверь, так как приток свежего воздуха и сквозняк способствуют развитию пожара;
- при необходимости следует оказать первую медицинскую помощь пострадавшим.

### **Для предупреждения пожара нужно знать:**

- территория, прилегающая к жилым домам и подсобным строениям, должна постоянно содержаться в чистоте и порядке. Отходы и сгораемый мусор со двора должны вовремя вывозиться;
- двери чердаков и подвалов должны быть постоянно закрытыми на замки;
- в жилых помещениях при курении и пользовании открытым огнем должны соблюдаться все меры предосторожности, которые обеспечивают предупреждение пожара.

### **При пользовании электропроводкой и электроприборами:**

- не пользоваться электропроводкой с поврежденной и неисправной изоляцией;
- не применять для защиты электросети нестандартные предохранители – «жучки»;
- не устанавливать включенные электроплитки, утюги и другие электронагревательные приборы на сгораемые основания и подставки.
- не оставлять включенными электроприборы, уходя на длительное время из комнаты или квартиры.

### **При аварии на химически опасных предприятиях:**

- следует заранее знать, какое производство находится в районе вашего проживания, и какие последствия может повлечь за собой случившаяся на нем авария;
- при передаче сообщения об аварии по радио (телевидению) следуйте указаниям штаба ГОЧС (комиссии по чрезвычайным ситуациям);
- при эвакуации из зон возможного заражения запомните направление выхода и адрес пункта сбора или пункта посадки на автотранспорт;
- покидая квартиру выключите газовые приборы, отключите электричество, закройте двери, окна, форточки, возьмите минимально необходимую одежду, документы, запас продуктов, деньги.

## **Если вы оказались в зоне химического заражения:**

### ***а) на открытой местности:***

- выходите из зоны химического заражения в сторону перпендикулярную направлению ветра;
- при выходе из зоны заражения используйте для защиты органов дыхания смоченные водой носовые платки, полотенца, части одежды и т.п.;
- не переходите через тоннели, овраги, лощины – в низких местах концентрация химических веществ выше;
- выйдя из зоны заражения, снимите верхнюю одежду, примите душ, умойтесь с мылом, тщательно промойте глаза, прополощите рот.

### ***б) в помещении:***

- закройте окна, форточки, двери, отключите газ и электричество;
- с помощью подручных средств (липкой ленты, пластыря, бумаги, ветоши) проведите герметизацию помещения: заделайте вентиляционные отверстия, щели в оконных и дверных проемах;
- занавесьте двери и окна влажной простыней;
- при химическом заражении хлором целесообразно укрыться на верхних этажах здания, так как хлор тяжелее воздуха и зараженное облако будет распространяться в приземном слое воздуха, а при заражении аммиаком – на нижних этажах, так как аммиак легче воздуха.

**Хлор** – газ зеленовато-желтого цвета с резким удушающим запахом. При испарении стелется над землей в виде тумана зеленовато-бурого цвета. *Признаки отравления:* резкая боль в груди, сухой кашель, рвота, одышка, резь в глазах, слезотечение. При высоких концентрациях возможны смертельные поражения. *Оказание первой помощи:* эвакуация из зоны заражения, освободить от стесняющей одежды, обеспечить тепло и покой, кожу и слизистую оболочку промыть 2% раствором пищевой соды, обеспечить обильное питье.

**Аммиак** – бесцветный газ с резким удушающим запахом. При выходе в атмосферу дымит. При высоких концентрациях возможны смертельные поражения.

***Признаки отравления:*** учащенное сердцебиение, боль в глазах, потеря зрения, приступообразный кашель, при поражении кожи – химический ожог.

***Оказание первой помощи:*** эвакуация из зоны заражения, обильное промывание глаз и пораженных участков кожи водой, обеспечить тепло и покой.

## **При угрозе и возникновении радиоактивного заражения:**

- провести герметизацию помещений с помощью подручных средств (см. выше);
- по указанию медицинской службы принимать йодосодержащие препараты;
- без необходимости не выходить на улицу;
- ежедневно проводить влажную уборку помещений с применением моющих средств;
- перед входной дверью в помещение иметь емкость с водой и рядом расстелить влажный коврик для очистки обуви;
- пищу принимать только в закрытых помещениях. Руки мыть обязательно с мылом, рот полоскать 0,5% раствором пищевой соды;

- продукты следует хранить в стеклянной таре, полиэтиленовых пакетах, холодильниках и погребах;

- находясь на загрязненной местности нельзя садиться на землю, курить, ходить по кустам пыльным дорогам, купаться в открытых водоемах, собирать грибы и ягоды в лесу;

***Если по условиям радиационной обстановки дальнейшее пребывание людей в данной местности небезопасно, проводится эвакуация населения.***

### **ЗАПОМНИТЕ !**

***Во всех случаях химического и радиоактивного заражения, по возможности, следует использовать индивидуальные средства защиты органов дыхания: противогазы, респираторы, ватно-марлевые повязки.***

#### **Средствами индивидуальной защиты органов дыхания обеспечиваются:**

- рабочие и служащие предприятий, организаций, учреждений – по месту работы;
- неработающее население (инвалиды, пенсионеры, безработные) – в ЖЭУ (в администрациях сельских поселений) или в других организациях по решению органов местного самоуправления по месту жительства;
- дети дошкольного и школьного возраста – в ЖЭУ (администрациях сельских поселений) или в других организациях по решению органов местного самоуправления по месту жительства родителей.

**Простейшие средства защиты** (ватно-марлевая повязка или противопыльная тканевая маска) изготавливаются самостоятельно. При использовании ватно-марлевая повязка смачивается водой или:

- 2 % раствором пищевой соды – при заражении хлором;
- 5 % раствором лимонной кислоты при заражении аммиаком.

#### **При угрозе и возникновении катастрофического затопления (наводнения):**

- по сигналу об угрозе наводнения и об эвакуации безотлагательно, в установленном порядке выходите (выезжайте) из опасной зоны в назначенный безопасный район или на возвышенные участки местности;
- перед уходом из дома выключите электричество и газ, погасите огонь в отопительных печах, закрепите плавающие предметы, находящиеся вне зданий, или разместите их в подсобных помещениях;
- если позволяет время, ценные домашние вещи переместите на верхние этажи или на чердак жилого дома;
- закройте окна и двери, при необходимости и наличии времени забейте снаружи досками щитами окна и двери первых этажей;
- при отсутствии организованной эвакуации, до прибытия помощи или спада воды, находитесь на верхних этажах и крышах зданий, на деревьях или других возвышающихся предметах. При этом постоянно подавайте сигнал бедствия: днем – вывешиванием или размахивая хорошо видимым полотнищем, а в темное время – световым сигналом и периодически голосом.
- при подходе спасателей спокойно, без паники и суеты, с соблюдением мер предосторожности, переходите в плавательное средство;

- самостоятельно выбираться из затопленного района рекомендуется только при наличии таких серьезных причин, как необходимость оказания первой помощи пострадавшим, продолжающийся подъем уровня воды, при угрозе затопления верхних этажей (чердака);
- в ходе самостоятельного выдвижения используйте штатные (спасательные жилеты, круги, лодки) и подручные (бревна, доски, деревянные щиты, автомобильные камеры и т.п.) спасательные средства;
- оказывайте помощь людям, которые самостоятельно не могут покинуть зону катастрофического затопления.

### **При лесном пожаре:**

- при обнаружении в лесу возгорания необходимо информировать администрацию ближайшего населенного пункта. При небольшом возгорании (не затушенном костре) принять меры по его ликвидации;
- уходить от пожара необходимо в наветренную сторону, перпендикулярно его кромке по просекам, вырубкам, полянам, берегам водоемов;
- оказавшись в эпицентре пожара, следует использовать любой водоем (окупаться в него), накрыться мокрой одеждой, постараться выйти на поляну, дышать воздухом возле земли – он менее задымлен;
- в дыму – прикрыть нос и рот мокрой ватно-марлевой повязкой, полотенцем, носовым платком, частью одежды, смоченной водой;
- при угрозе распространения лесного пожара на населенные пункты, при наличии времени, осуществляется расчистка и вспашка (окапывание) грунтовых полос между застройкой и примыкающими лесными массивами;
- при недостатке времени проводится эвакуация населения, как пешим порядком, так и с использованием всех видов транспорта. При этом, в первую очередь эвакуируются дети, инвалиды, граждане преклонного возраста.

### **При ураганах:**

- закройте плотно двери, окна, чердачные помещения;
- с крыш, лоджий, балконов уберите предметы, которые могут быть сброшены вниз и причинить людям травмы;
- предметы, находящиеся во дворе занесите в помещение, потушите огонь в печах;
- если ураган застал вас на улице, укройтесь в ближайшем прочном здании, заглубленном помещении или в естественном укрытии (лощине, овраге, канаве и т.п.)

### **При снежных заносах и метелях:**

- проведите герметизацию жилых помещений;
- избегайте выходить на улицу без крайней необходимости;
- если метель застала вас в дороге (автомобиле), подайте сигнал помощи, повесьте на шест (антенну) яркую ткань. Не выходите из автомобиля, если не уверены, что рядом найдете помощь;
- будьте осторожны при включенном двигателе. Следите за тем, чтобы выхлопные газы не попадали в салон автомобиля.

## **Что делать если вы....**

### **....провалились под лед?**

Старайтесь передвигаться к тому краю полыньи, откуда идет течение. Это гарантия того, что вас не затянет под лед. Добравшись до края полыньи, старайтесь побольше высунуться из воды, чтобы налечь грудью на закраину и забросить ногу на край льда. Если лед выдержал, осторожно перевернитесь на спину и медленно ползите к берегу. Выбравшись на сушу, поспешите согреться: охлаждение может вызвать серьезные осложнения.

Если на ваших глазах кто-то провалился под лед, вооружитесь любой палкой, шестом или доской и осторожно, ползком двигайтесь к полынье. Доползти следует до такого места, с которого легко можно кинуть ремень, веревку, протянуть лыжную палку. Когда находящийся в воде человек ухватится за протянутый предмет, аккуратно вытаскивайте его из воды. Выбравшись из полыньи, отползите подальше от ее края.

### **...отморозили отдельные части тела**

Чаще всего подвергаются отморожению пальцы ног и рук, ушные раковины, нос и щеки.

Необходимо как можно быстрее восстановить кровообращение отмороженных частей тела путем их растирания и постепенного согревания. Пострадавшего желательно занести в теплое помещение с комнатной температурой и продолжать растирание отмороженной части тела. Если побелели щеки, нос, уши, достаточно растереть их чистой рукой до покраснения и появления покалывания и жжения. Лучше всего растирать отмороженную часть спиртом, разбавленным водой, водкой, одеколоном или любой шерстяной тканью, фланелью, мягкой перчаткой. Снегом растирать нельзя, так как снег не согревает, а еще более охлаждает отмороженные участки и повреждает кожу.

Обувь с ног следует снимать крайне осторожно, чтобы не повредить отмороженные пальцы. Если без усилий это сделать не удастся, то обувь распарывается ножом по шву голенища. Одновременно с растиранием пострадавшему надо дать горячий чай, кофе.

После порозовения отмороженной конечности ее надо вытереть досуха, протереть спиртом, разбавленным водой или водкой, наложить чистую сухую повязку и утеплить конечность ватой или тканью. Если кровообращение плохо восстанавливается, кожа остается синюшной, следует предположить глубокое отморожение и немедленно отправить пострадавшего в больницу.

### **...застряли в лифте:**

Если лифт остановился - не пугайтесь. Во-первых, лифт никогда не упадет. Все лифты оборудованы специальными уловителями. Они автоматически тормозят лифт, как только он начинает двигаться быстрее заданной скорости.

Теперь несколько основных правил пользования лифтом. Если вы заходите в лифт с грудным ребенком в коляске, лучше взять малыша на руки. И уж ни в коем случае не ввозите коляску перед собой. Двери лифта могут неожиданно закрыться. Кстати, предостережение молодым мамам - не впускайте уже научившихся ходить малышей в лифт впереди себя. Двери захлопнутся и ребенок окажется в совершенно незащищенном состоянии.

Во всех домах на стене первого этажа есть инструкция - не поленитесь, прочтите, что там написано. Инструкции запоминаются быстро и всплывают в памяти в нужный момент. Во многих городах еще продолжают работать старые лифты, двери которых закрываются только с помощью пассажира. Чтобы не застрять, прежде чем нажать кнопку нужного этажа, проверьте плотно ли вы прикрыли двери.

А теперь внимание: самая частая ошибка, которую допускают пассажиры - попытка самим выбраться из внезапно остановившегося лифта. Во-первых, не паникуйте и сразу вызывайте диспетчера. В любом случае лифтами в доме пользуетесь не вы один. Поэтому люди обязательно заметят поломку и придут к вам на помощь. Не старайтесь открыть дверь и совершить прыжок, даже если вы считаете себя сильным и ловким. Известно множество случаев, когда такие попытки заканчивались падением в шахту.

Единственное исключение, когда лифт следует покинуть как можно скорее - это пожар в доме или другая чрезвычайная ситуация.

Обязательно скажите своим детям, что баловаться в лифтах и тем более в шахтах категорически запрещено. В шахте лифта могут находиться только специалисты, и даже они обязательно предпринимают все меры предосторожности.

### **...вас застала гроза:**

Наибольшее число несчастных случаев в грозу - около 90 процентов - происходит в сельской местности. Помните: молния никогда не ударяет в кустарник; избегайте отдельно стоящих деревьев; если есть возможность, переждите грозу в автомобиле; держитесь подальше от высоких металлических конструкций; во время грозы выключайте электроприборы в доме. Находясь на открытой местности лучше присесть в сухую яму, канаву. Помните: на глинистой почве и вблизи водоносных слоев находится в грозу опаснее, чем на каменистых и песчаных участках.

### **...встретились со змеей**

Встретившись с человеком или крупным животным, змея предпочитает ускользнуть в укрытие. Но если преградить ей дорогу, она нападет немедленно. В этом случае гадюка свернется кольцом, а потом выбросит свое тело вперед сантиметров на тридцать. Кобра перед броском предупреждает - поднимается на хвосте и шипит. В нашей природной среде в основном встречаются обыкновенные гадюки. В принципе, шанс столкнуться с ней достаточно высок: довольно часто змеиные норы расположены на косогорах, по берегам карьеров, на лесных полянах, особенно там, где растет земляника или черника, в малинниках.

Если вы встретите ужей, не пугайтесь – они безвредны. Научитесь различать змей. Гадюки бывают семи цветовых оттенков: красная с медным отливом, коричневая, голубая, зеленая, абсолютно черная. Типичный рисунок по спине - зигзагообразный. Голова гадюки напоминает наконечник копья, она маленькая и острая. Обратите внимание на зрачки щелевидной формы, как у кошки. У ужа зрачки абсолютно круглые. На закругленной голове есть пятна. Они могут быть от грязно-белого до кирпичного цвета.

Если же несчастье все-таки произошло, то надо как можно скорее отсосать яд из ранки, постоянно его сплевывая. Разрезать место укуса не рекомендуется, т.к. возможна инфекция. После отсасывания нужно ограничить подвижность укушенной конечности, прибинтовав ее к шине, доске и т.п. Ни в коем случае не накладывать жгут: он бесполезен, но может привести к омертвлению тканей. Давать много пить – воды, чая, бульона

(но не кофе) и срочно доставить в лечебное учреждение. Противопоказаны спиртные напитки, прижигание места укуса.

### **...разбили ртутный градусник**

Если Вы разбили градусник и ртуть раскатилась по столу или полу, ни в коем случае не пытайтесь вытереть ее тряпкой - это приведет лишь к размазыванию ртути и увеличению поверхности испарения.

Для сбора ртути приготовьте наполненную водой банку с плотной крышкой, обыкновенную кисточку, резиновую грушу, бумажный конвертик, лейкопластырь, мокрую газету, тряпку и раствор марганцовки.

При помощи кисточки надо собрать самые крупные шарики ртути в бумажный конвертик. Затем "втяните" в резиновую грушу более мелкие шарики, а самые мелкие капельки "наклейте" на лейкопластырь. Все собранную ртуть поместите в банку и плотно закройте ее. Очищенную поверхность протрите мокрой газетой, а затем обработайте раствором марганцовки и хорошо проветрите помещение.

## **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ**

За год на нашей планете в кораблекрушениях гибнут в среднем около двух тысяч человек. А непосредственной опасности подвергаются примерно 6 тысяч человек.

Сама по себе вода не представляет опасности. Важно только правильно уметь рассчитывать свои силы. Часто причиной утопления является вдох при неожиданном попадании воды в лицо. Надувные матрацы не предназначены для передвижений по воде. Если в силу обстоятельств вы оказались в холодной воде, примите оптимальную для согревания позу. Вам нужно как можно сильнее сжаться, уменьшив таким образом площадь соприкосновения тела с водой.

Если у вас сводит ноги, воспользуйтесь булавкой или просто ущипните икроножную мышцу. Если и это не помогает, используйте еще один известный прием: крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите ее. Теперь вы можете не спеша доплыть до берега.

Тем людям, которые не уверены в своих силах, рекомендуем брать с собой в воду полиэтиленовый пакет. Его можно наполнить воздухом и положить под подбородок. Этот способ поможет вам удержаться на поверхности и спокойно добраться до берега.

Если вы оказались в воде полностью одетым, в первую очередь избавьтесь от тяжелых вещей. Для того, чтобы удержаться на поверхности, не обязательно активно двигать руками и ногами. Некоторые предметы туалета можно использовать в качестве плавсредств. Например, сапоги, перевернутые кверху, сумку из непромокаемой ткани и другие вещи, которые легче воды.

Бывают случаи, когда в воде оказывается группа людей. Основное правило в подобной ситуации - помогать и поддерживать друг друга. Соберитесь в круг и подожмите ноги. Так вы дольше сохраните тепло в холодной воде.

Добраться до берега будет гораздо легче, применив следующий способ. Нужно лечь на спину и выстроиться цепочкой. Каждый ногами должен удерживать того, кто впереди. При движении руки выполняют функцию весел.

Паника - основная причина всякого рода бед. Не суетитесь и подумайте, какие предметы помогут вам более уверенно держаться на воде.

## **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ЛОДКЕ**

Лодочные прогулки, особенно с детьми, далеко не безобидны. Катаясь на лодке, как и на любом другом виде транспорта, надо быть очень внимательным.

Не стоит кататься на лодке в плохую, особенно ветреную погоду. Садясь в лодку, не торопитесь, а главное не перегружайте ее; избегайте встреч с быстро движущимся водным транспортом; не стоит вставать в лодке или раскачивать ее. Особенно опасно, когда управляют лодкой нетрезвые взрослые, а в лодке есть дети.

## **ПОДГОВКА К ПОХОДУ НА БАЙДАРКЕ**

Выбирая маршрут, рассчитайте правильно свои возможности. Маршруты бывают категорийные, повышенной степени сложности для профессионалов, и некатегорийные, рассчитанные на новичков и любителей. В зависимости от маршрута выбирайте и снаряжение. Сплав по категорийным рекам гораздо опаснее, он требует повышенного внимания к вопросам безопасности. Поэтому в такой поход обязательно берите с собой каски, гидрокостюмы и другое специальное снаряжение.

Обязательно возьмите с собой ремкомплект. В него должны входить: запасной материал для заклеивания дырок (такой же фактуры как шкура вашей байдарки), кусок наждачной бумаги, ножницы (чтобы вырезать заплаты), баночка с водостойким клеем, ацетон или растворитель для обезжиривания поверхности (бутылку с ацетоном обязательно подпишите, чтобы не перепутать с водой), кроме того у вас должна быть толстая игла с большим ушком, капроновые нитки и небольшой кусочек ткани.

На маршруте любой степени сложности вы и ваши дети должны быть в спасательных жилетах. Местом стоянки нельзя выбирать заповедники, где запрещено разводить костры, избегайте также частных владений, военных баз, деревень, чтобы не причинять беспокойства жителям. Основные проблемы в бурной воде случаются из-за того, что человек теряет, забывает, чему учился. Поэтому при прохождении опасных мест на маршруте обязательно осуществляйте страховку с воды или с берега. Более подробные сведения о водных путешествиях вы сможете получить в специализированных туристических центрах.

## СПАСЕНИЕ УТОПАЮЩЕГО

Ежегодно в России на различных водоемах гибнет от 15 до 20 тысяч человек. Причем не менее сорока процентов взрослых тонет, находясь в состоянии алкогольного опьянения. Множество несчастий случается с детьми, которые нередко бывают предоставлены сами себе.

Подплывая к пострадавшему, не теряйте его из вида. Если утопающий адекватно реагирует на происходящее и находится в сознании, помогите ему добраться до берега, подставив свое плечо.

Если он ушел под воду, запомните место, где это произошло. Наберите в легкие побольше воздуха и ныряйте. Обнаружив человека, хватайте его за волосы и тащите на поверхность. Двигаясь к берегу, следите за тем, чтобы лицо пострадавшего было над водой.

Когда человек не контролирует свои действия, он судорожно цепляется за вас и тянет на дно. Поэтому приближайтесь к нему со стороны спины. Если утопающий мешает вам действовать, освободитесь от захвата, ненадолго нырнув. Затем обхватите его грудную клетку одной рукой и плывите к берегу. Обязательно привлечите внимание окружающих. Попросите их вызвать “Скорую помощь”.

После того, как вы вытащили утопающего на берег, немедленно приступайте к действиям по восстановлению его дыхания и сердцебиения: в первую очередь освободите дыхательные пути человека от воды; обязательно очистите его ротовую полость; проводя непрямой массаж сердца, не останавливайтесь ни на секунду; вдыхая воздух в легкие пострадавшего, следите за тем, как приподнимается грудная клетка

## **Действия населения, сотрудников предприятия, организации, учреждения, учебного заведения при угрозе и совершении террористических актов, захвате заложников и при обнаружении подозрительных предметов.**

### **Предупредительные и защитные меры.**

1. Укрепите и опечатайте входы и выходы в подвалы, чердаки.
2. Установите решетки, металлические двери, замки, регулярно проверяйте их сохранность.
3. Установите домофоны, входную дверь оборудуйте глазком, поставьте видеонаблюдение, на предприятиях и в организациях введите пропускной режим.
4. Регулярно производите обход территории учреждения с целью выявления подозрительных предметов, посторонних лиц.
5. Не подбирайте и не пинайте предметы, лежащие на земле и вызывающее подозрение.
6. В местах проживания обращайтесь внимание на появление чужих автомобилей и незнакомых лиц.
7. Проявляйте интерес к разгрузке мешков и ящиков, переносимых в подвалы или на первые этажи зданий.
8. Не пропускайте посторонних лиц на территорию учреждения без документов. Установите, куда и к кому они следуют, по возможности организуйте сопровождение.
9. Обращайте внимание на проносимые сумки, свертки и т.п.
10. При обнаружении забытых вещей, не трогая их, сообщите об этом сотрудникам объекта, службы безопасности и органов милиции (в транспорте обратитесь к водителю или кондуктору).
11. Освободите лестницы и пожарные проходы от загромождающих предметов.

### **Признаки наличия самодельных взрывных устройств.**

1. Припаркованные возле домов, учреждений автомобили, неизвестные жильцам, работникам (бесхозные).
2. Бесхозные портфели, сумки, чемоданы, пакеты, вертки, коробки, оставленные в местах скопления людей либо возле жилых помещений.
3. Наличие в обнаруженном предмете небольшой антенны, торчащей проволоки, изолянты.
4. Шум из обнаруженного предмета (тиканье часов, щелканье).
5. Наличие в найденном предмете источников питания, батарейки.
6. Растяжки из проволоки, шпагата, веревки.
7. Необычное размещение обнаруженного предмета (подвешен, замаскирован и т.д.).
8. Специфические, не свойственные окружающей местности, запахи.

## **Возможные места установки самодельных взрывных устройств.**

1. Подземные переходы.
2. Подъезды, подвалы, чердаки.
3. Стадионы.
4. Дискотеки.
5. Магазины, рынки.
6. Транспортные средства.
7. Объекты жизнеобеспечения (электростанции, распределительные подстанции водозаборы).
8. Вокзалы.
9. Школы, детские и учебные учреждения.
10. Мусорные ящики, урны, мусорные контейнеры.
11. Банки из под пива, соков, брошенные сотовые телефоны.

## **Действия при обнаружении предмета, похожего на самодельное взрывное устройство.**

1. **Ни в коем случае не предпринимать попыток самостоятельно обезвредить предмет похожий на взрывное устройство, не прикасаться и не передвигать его.**
2. Немедленно сообщить об обнаружении предмета в дежурные службы города:
  - дежурному ГОВД – 02 (4-33-33)
  - дежурному ФСБ – 4-25-01.
  - дежурному ЕДДС (01, 4-22-01).
3. Не подходить к обнаруженному предмету и не подпускать других.
4. Исключить использование вблизи радиосредств, способных вызвать срабатывание радиовзрывателя.
5. Не создавая паники, эвакуировать из помещения (транспортного средства) людей.
6. Дождаться прибытия представителей правоохранительных органов.
7. Указать место нахождения предмета.

## **Действия при получении сообщения о заложенном взрывном устройстве.**

Человек, сообщивший об угрозе взрыва, является наилучшим источником информации об этом взрыве, поэтому с ним целесообразно вести переговоры следующим образом:

1. После сообщения по телефону об угрозе взрыва (наличии взрывного устройства) успокоиться и не впадать в панику.
2. Необходимо быть вежливым и выдержанным, не прерывать говорящего, постараться сразу, незаметно, в ходе разговора дать знать об этой угрозе, не кладя трубку на рычаг, своему ближайшему коллеге, который одновременно с разговором должен по другому телефону сообщить:
  - дежурному ГОВД – 02 (4-33-33)
  - дежурному ФСБ – 4-25-01.

3. При наличии АОН сразу запишите определившийся номер телефона. При наличии звукозаписывающей аппаратуры, по окончании разговора, извлеките кассету с записью разговора и примите меры к ее сохранности.
4. В ходе разговора постарайтесь удержать злоумышленника на линии как можно дольше. Постарайтесь дословно запомнить разговор и зафиксировать его на бумаге.
5. По ходу разговора отметьте пол и приблизительный возраст звонившего, особенности его речи:
  - голос (громкий или тихий, низкий или высокий);
  - темп речи (быстрый или медленный);
  - произношение (отчетливое, искаженное, с заиканием, шепелявое, с акцентом или диалектом);
  - манера речи (развязная, с издёвкой, с нецензурными выражениями);
  - обязательно отметьте звуковой фон (шум автомашин, или железнодорожного транспорта), звук теле- или радиоаппаратуры, голоса, другое);
  - отметьте характер звонка – городской или междугородний;
  - обязательно зафиксируйте точное время разговора и его продолжительность.
6. Необходимо, если это возможно, в ходе разговора получить ответы на следующие вопросы:
  - куда, кому, по какому телефону звонит этот человек?
  - какие конкретные требования он выдвигает?
  - выдвигает требования он лично, выступает в роли посредника или представляет какую-то группу лиц?
  - на каких условиях он или они согласны отказаться от задуманного?
  - как и когда с ним можно связаться?
  - кому вы можете или должны сообщить об этом звонке?
7. Постарайтесь добиться от звонящего максимально возможного промежутка времени для принятия вами решений по «удовлетворению его требований» или совершения каких-либо иных действий. Разговор следует вести на простой дружеской основе, понятными для него предложениями. Переговоры желательно направить на обоснование и совместный поиск выхода из сложившейся ситуации.
8. По окончании разговора, не вешая трубку телефона, немедленно сообщить о нем в правоохранительные органы и дежурные службы по телефонам:
  - дежурному по ГОВД – 02 (4-33-33)
  - дежурному ФСБ – 4-25-01
  - дежурному ЕДДС – 01 (4-22-01).
9. **Руководитель предприятия, организации, учреждения, получив информацию об угрозе взрыва, обязан немедленно организовать эвакуацию сотрудников в безопасное место.**
10. **Ни в коем случае не предпринимайте самостоятельных действий по розыску взрывного устройства и его обезвреживанию.**
11. **Чтобы не вызвать панику и исключить не профессиональные действия сообщать об угрозе взрыва посторонним лицам КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ.**

## **Действия при поступлении угрозы в письменном виде.**

Угрозы в письменной форме могут поступить как по почте, так и в различных анонимных материалах (записках, надписях, информации на дискете и т.д.)

После получения такого документа обращайтесь с ним максимально осторожно:

- постарайтесь не оставлять на нем отпечатков своих пальцев;
- не мните документ, не делайте на нем пометок. По возможности уберите его в чистый, плотно закрываемый полиэтиленовый пакет и поместите в отдельную жесткую папку;
- если документ поступил в конверте – его вскрытие производите только с левой или правой стороны, аккуратно отрезая кромки ножницами;
- сохраняйте все: сам документ с текстом, любые вложения, конверт и упаковку, ничего не выбрасывайте;
- Максимально ограничьте круг лиц, знакомых с содержанием документа.
- о получении документа сообщите в правоохранительные органы по телефонам:
  - Дежурный по ГОВД – 02; 4-33-33;
  - Дежурный по ФСБ – 4-25-01

## **Действия при поступлении информации об угрозе совершения диверсионно-террористического акта.**

1. Случайно узнав о готовящемся теракте, немедленно сообщите об этом в правоохранительные органы.
2. Задерните шторы на окнах, это убережет Вас от разлета осколков.
3. Подготовьтесь к экстремальной ситуации: положите в сумку документы, ценности, немного продуктов.
4. Помогите больным людям преклонного возраста, детям подготовиться к эвакуации.
5. Уберите легковоспламеняющиеся предметы и жидкости.
6. Подготовьте необходимые медицинские препараты: йод, бинты, вату и др.
7. Договоритесь с коллегами о совместных действиях.
8. Избегайте мест скопления людей (рынки, стадионы, дискотеки).
9. По возможности откажитесь от поездок общественным транспортом.
10. Отправьте детей, граждан преклонного возраста на дачу, в деревню, к родственникам, знакомым.
11. Держите постоянно включенными телевизор или радиоприемник.
12. Создайте в доме небольшой запас продуктов.
13. Держите на видном месте список телефонов для передачи информации в правоохранительные органы.
14. При взрыве, стрельбе, лягте на пол (землю) укройте голову руками. При возможности укройтесь за бордюрами, выступами местности или другими предметами.

### **Действия в случае угрозы захвата заложниками.**

В ситуации, когда проявились признаки угрозы захвата заложников (поступило сообщение об угрозе захвата, в непосредственной близости от дома или учреждения слышатся взрывы, стрельба из автоматического оружия):

1. При нахождении на работе немедленно проинформировать руководителя учреждения.
2. Сообщить о факте угрозы захвата заложников в правоохранительные органы.
3. Прекратить работу учреждения, освободить помещения учреждения от посетителей и других посторонних лиц.
4. Персонал учреждения сосредоточить в наиболее безопасном месте или организовать его эвакуацию.
5. Не допускать паники, воздерживаться от действий, которые могут спровоцировать захват заложников.

### **Действия при захвате заложников.**

Оказавшись в заложниках необходимо действовать в соответствии со складывающейся обстановкой, при этом:

1. Выполняйте все указания террористов. Ничего не предпринимайте пока не получите их разрешения.
2. Определите для себя, кто из них наиболее опасен.
3. Не смотрите нагло в глаза террористу. Для нервного человека это сигнал к агрессии.
4. Не повышайте голоса и не жестикулируйте перед бандитами. Они могут это истолковать как попытку передать информацию.
5. Не пытайтесь оказывать сопротивление. Даже если вы уверены, что сможете справиться с бандитом. Не проявляйте ненужного героизма, пытайтесь разоружить бандита или прорваться к выходу.
6. Соблюдайте личное достоинство и проявляйте выдержку с твердой надеждой на освобождение.
7. Выберите из своей среды посредников для ведения переговоров между террористами и представителями органов власти. По возможности выясните намерения террористов и условия освобождения заложников.
8. Оказывайте взаимную моральную поддержку друг другу, а также медицинскую помощь нуждающимся.
9. Во время проведения спецслужбами операции по вашему освобождению неукоснительно соблюдайте следующие требования:
  - лежите на полу лицом вниз, голову закройте руками и не двигайтесь;
  - ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять вас за преступника;
  - если есть возможность, держитесь подальше от проемов дверей и окон.

**За дополнительной информацией**  
**вы можете обратиться в следующие учреждения:**

- отдел по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и мобилизационной работе администрации Сегежского муниципального района: г. Сегежа, ул. Ленина, д.9А, каб. 49, тел. 4-03-73; 4-22-83
- отдела надзорной деятельности и профилактической работы Беломорского и Сегежского районов управления надзорной деятельности и профилактической работы Главного управления МЧС России по Республике Карелия, г. Сегежа, ул. Гражданская, д.15, тел. 4-31-33.
- Сегежского отделения Центра государственной инспекции по маломерным судам Министерства по чрезвычайным ситуациям Российской Федерации по Республике Карелия, г. Сегежа, ул. Речная, 17а, тел. 4-24-95.
- Территориальный отдел Территориального управления Роспотребнадзора по Республике Карелия в Сегежском, Беломорском, Кемском и Лоухском районах, г. Сегежа, ул. Мира, д. 38А, тел. +79585858379.
- штабы и отделы по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям по месту вашей работы;
- администрации городских и сельских поселений Сегежского муниципального района.