

ПАМЯТКИ

АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

1. Обращайте внимание на подозрительных людей, предметы, на любые подозрительные мелочи. Обо всем подозрительном сообщать сотрудникам правоохранительных органов.

2. Особенно остерегайтесь людей, одетых явно не по сезону (если вы видите летом человека, одетого в плащ или толстую куртку - будьте внимательны - под такой одеждой террористы чаще всего прячут бомбы, лучше всего держаться от него подальше и обратить на него внимание сотрудников правоохранительных органов).

3. Остерегайтесь людей с большими сумками и чемоданами, особенно, если они находятся в месте, не подходящем для такой поклажи.

4. Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения и т.д., не пытайтесь их останавливать сами – вы можете стать их первой жертвой.

5. Старайтесь удалиться на максимальное расстояние от тех, кто ведет себя неадекватно, нервно, испуганно, оглядываясь, проверяя что-то в одежде или в багаже.

6. Если вы не можете удалиться от подозрительного человека, следите за мимикой его лица (специалисты утверждают, что преступник, готовящийся к теракту, обычно выглядит чрезвычайно сосредоточено, губы плотно сжаты, либо медленно двигаются, как будто читая молитву).

7. Никогда не принимайте от незнакомцев пакеты и сумки, не оставляйте свои сумки без присмотра.

8. Ознакомьтесь с планом эвакуации, узнайте, где находятся резервные выходы из здания.

9. Если произошел взрыв, пожар, вы слышите сильный шум и крики – немедленно приступайте к эвакуации. Предупредите об этом соседей, возьмите с собой документы и деньги. Помещение покидайте организованно.

10. Возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.

11. Получив сообщение от руководства или правоохранительных органов о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте их команды.

12. Старайтесь не поддаваться панике, что бы ни произошло.

Если обнаруженный предмет не должен, по вашему мнению, находиться в этом месте, не оставляйте этот факт без внимания.

Не пинайте на улице предметы, лежащие на земле.

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь, опросите людей, находящихся рядом. Не подбирайте бесхозных вещей, как бы привлекательно они не выглядели. Постарайтесь установить, чья она и кто ее

мог оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке начальнику, оперативному дежурному, сообщите в правоохранительные органы.

Не пытайтесь заглянуть внутрь подозрительного пакета, коробки, иного предмета, не трогайте, не передвигайте, не вскрывайте обнаруженный предмет – это может привести к их взрыву, многочисленным жертвам и разрушениям.

Зафиксируйте время обнаружения предмета

Постарайтесь сделать все возможное, чтобы люди отошли как можно дальше от находки. Сами удалитесь на безопасное расстояние. 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.

Всегда контролируйте ситуацию вокруг себя, особенно когда находитесь в местах массового скопления людей. Случайно узнав о готовящемся теракте, немедленно сообщите об этом в правоохранительные органы.

Если вдруг началась активизация сил безопасности и правоохранительных органов, не проявляйте любопытства, идите в другую сторону, но не бегом, чтобы вас не приняли за противника.

При взрыве или начале стрельбы немедленно падайте на землю, лучше под прикрытие (бордюр, торговую палатку, машину и т.п.). Для большей безопасности накройте голову руками.

- При возникновении паники, когда вы находитесь в толпе: 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 (стеклянные двери и перегородки 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.

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.

ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Причины возникновения пожаров:

1. Неисправность электросети, электроприборов, утечка газа.
2. Неосторожное обращение и шалости детей с огнем.
3. Оставленные открытыми и без присмотра двери топок печей.
4. Использование неисправных отопительных приборов.

Для предупреждения возгораний в жилище необходимо строго соблюдать несложные правила пожарной безопасности.

Вот некоторые из них:

- не оставлять включенными электроприборы после работы с ними;
- не включать в одну розетку несколько мощных потребителей электроэнергии;
- пользуясь свечами, изолировать их от стола огнестойкими материалами;
- не применять бенгальские огни, хлопушки и другие пиротехнические средства в квартирах;
- не устраивать игр со спичками, другими горящими предметами и легковоспламеняющимися материалами.

Правила поведения во время пожара:

1. Обнаружив пожар, позвоните в пожарную службу по номеру 101.
2. Позвонив пожарным, вы должны четко сказать свою фамилию и адрес, а также объяснить, что и где горит.
3. Предупредите о пожаре соседей, если необходимо, они помогут вам вызвать пожарных.
4. При пожаре нельзя прятаться под кровать, в шкаф, под ванну. Лучше вообще убежать из квартиры или из дома.
5. Помните: дым гораздо опаснее огня. Если чувствуете, что задыхаетесь, закройте нос и рот мокрой тряпкой, лягте на пол и ползите к выходу – внизу дыма меньше.

6. Ожидая приезда пожарных, старайтесь сохранять спокойствие: вас обязательно спасут.

7. При пожаре больше опасен не огонь, а дым. От дыма нельзя спрятаться! Он найдет тебя везде!

8. Закройте за собой входную дверь, но не запирайте её на ключ.

Действия при возгорании телевизора:

1. Обесточить телевизор.

2. Сообщить в пожарную службу по телефону **101** или **112**.

3. Если горение продолжается, накрыть телевизор плотной тканью, засыпать землёй из цветочного горшка.

4. Если вы не в силах справиться с огнем, покинуть помещение, плотно закрыв двери, окна. Сообщить соседям.

Действия в задымленном помещении, если есть возможность выхода:

1. Позвонить в пожарную службу по телефону 101 или 112.

2. Дышать через мокрую ткань.

3. Двигаться, пригнувшись или ползком к выходу.

4. Не входить туда, где большая концентрация дыма.

5. Плотнo закрыв за собой дверь, двигаться вдоль стены по лестнице.

Действия в случае, когда огонь отрезал путь к выходу:

1. Позвонить в пожарную службу по телефону 101 или 112.

2. Заткнуть тряпками все щели в двери, поливать дверь водой.

3. Создать запас воды в ванной комнате.

4. Находиться лучше на полу около окна, дыша через мокрую ткань или выйти на балкон.

5. Взять с собой мокрое одеяло, чтобы защититься от огня (если начнет проникать), фонарик и яркую тряпку для сигнала спасателям.

ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НА УЛИЦЕ ВО ВРЕМЯ ЛЕТНИХ КАНИКУЛ

1. Необходимо заранее планировать безопасный маршрут до места назначения и всегда использовать его. Следует выбирать хорошо освещенные улицы и избегать прохождения мимо пустынных участков земли, аллей и строительных площадок. Всегда лучше идти длинным путем, если он более безопасный.

2. Необходимо хорошо знать свой район: обязательно следует узнать, какие магазины, кафе, рестораны и другие учреждения открыты до позднего времени, где находится ближайшее отделение милиции, опорный пункт правопорядка, комната приема участкового инспектора, пост охраны и т.д..

3. Не следует хвастаться и выставлять напоказ дорогие украшения или одежду, сотовый телефон, необходимо крепко держать свои сумки.

4. Если возле проезжей части дороги нет пешеходного тротуара, следует идти навстречу движению транспорта, в этом случае вы сможете видеть приближающиеся машины.

5. Если у вас возникло подозрение, что кто-то целенаправленно преследует вас, следует перейти улицу и направиться в ближайший хорошо освещенный район. Необходимо быстро дойти или добежать до любого дома, магазина или остановки. При возможности необходимо немедленно вызвать полицию.

6. Если незнакомые люди пытаются увести вас силой, следует сопротивляться любыми доступными способами, громко кричать и звать на помощь: «Помогите! Меня уводит незнакомый человек!».

7. Строго запрещено соглашаться на какие-либо предложения незнакомых взрослых.

8. Категорически запрещено куда-либо идти с незнакомыми взрослыми и садиться с ними в машину.

9. Не следует приглашать к себе домой незнакомых детей, если дома нет никого из взрослых.

10. Не разрешается играть на улице в темное время суток.

11. Строго запрещено путешествовать, пользуясь попутным транспортом, необходимо отходить подальше от любого остановившегося около вас транспорта.

12. Всегда следует сообщать родителям с кем и куда Вы пошли, когда вернетесь, если задерживаетесь, то необходимо позвонить и предупредить об этом своих родителей.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ДОРОГЕ

1. Переходить проезжую часть дороги следует только в специально отведенных для этого местах: по пешеходному переходу или на зеленый сигнал светофора.
2. Переходить улицу можно только в установленных местах, пользуясь сигналами светофора или по пешеходному переходу.
3. Если на улице нет светофора, необходимо оценить ситуацию на дороге: посмотреть налево, затем - направо.
4. Начав переходить проезжую часть, не следует задерживаться и отвлекаться, если не успели закончить переход, то необходимо задержаться на линии, разделяющей потоки транспортных средств.
5. Если вдоль проезжей части дороги отсутствует пешеходный тротуар, необходимо идти по обочине дороги навстречу движению транспорта, в этом случае вы сможете видеть приближающиеся машины.
6. Ожидать транспортное средство нужно только на посадочных площадках или на тротуаре.
7. Категорически запрещено бросать бутылки, камни и любые другие предметы на проезжую часть в проезжающий транспорт.
8. Строго запрещено играть, кататься на велосипедах, скутерах вблизи проезжей части и железнодорожного полотна.
9. Как следует из Правил Дорожного Движения, управление велосипедом на проезжей части разрешено лицам, достигшим 14 лет, а управление мопедом - лицам, достигшим 16 лет. Помните об этом!
10. Во время нахождения на железнодорожных путях и при переходе через них, следует быть особо внимательным, необходимо хорошо осмотреться, не идут ли поезда по соседним путям.

Строго запрещено:

- окликать человека, переходящего дорогу;
- перебегать дорогу перед близко идущим транспортом;
- играть возле транспортной магистрали;
- пользоваться мобильным телефоном во время перехода проезжей части.

Правила безопасности во время езды на велосипеде

1. Управлять велосипедом на дороге разрешено лицам, достигшим возраста 14 лет;
2. Движение по проезжей части на велосипеде разрешается только по крайней правой полосе в один ряд;
3. Велосипедисты обязаны уступать дорогу другому транспорту, движущемуся по проезжей части.
4. Во время езды на велосипеде по дорогам и улицам с автомобильным движением необходимо соблюдать следующие правила:
 - следует пользоваться только таким велосипедом, который подходит вам по росту;

- не разрешается перевозить предметы, которые мешают управлять велосипедом;
- строго запрещено ездить на велосипеде вдвоем, без звонка и с неисправным тормозом;
- не допускается отпускать руль велосипеда из рук;
- не разрешается делать на дороге поворот налево;
- категорически запрещено двигаться на велосипеде близко к движущемуся транспорту, цепляться за проходящий транспорт.

Велосипедистам строго запрещено:

- ездить, не держась руками за руль;
- перевозить пассажира на дополнительном сидении;
- поворачивать налево.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПОЛЬЗОВАНИИ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫМ ТРАНСПОРТОМ И НАХОЖДЕНИИ НА ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОМ ПОЛОТНЕ

1. Во время нахождения на железнодорожных путях и при переходе через них, следует быть особенно внимательным, необходимо осмотреться, не идут ли поезда по соседним путям;

2. Следует быть осторожным, контактные сети находятся под напряжением 3300 вольт и прикосновение к проводам и деталям контактной сети и электрооборудованию электропоездов является опасным для жизни и вызывает поражения электрическим током с тяжелыми последствиями.

3. Строго запрещено:

- пролезать под железнодорожным подвижным составом;
- перелезать через автосцепные устройства между вагонами;
- бежать по пассажирской платформе рядом с прибывающим или отправляющимся поездом;
- устраивать различные подвижные игры на железнодорожных путях или возле них;
- осуществлять посадку и (или) высадку во время движения поезда;
- цепляться за проходящий железнодорожный транспорт, ездить на подножках.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ В МЕСТАХ МАССОВОГО ПРЕБЫВАНИЯ ЛЮДЕЙ

В местах массового отдыха людей распитие спиртных напитков, выражение нецензурными словами и курение категорически запрещено! Необходимо всегда быть вежливым с ровесниками и взрослыми. Не следует вступать в конфликтные ситуации.

Отправляясь в кинотеатр, на стадион, не следует брать с собой объемных сумок, портфелей, они могут помешать вам в толпе. Ваша одежда должна быть удобной и недорогой. Стремление уберечь дорогую одежду может пойти в разрез с требованиями безопасности.

Правила безопасности на концерте, стадионе, в кинотеатре:

- лучше всего приобретать билеты с местами, расположенными недалеко от выходов, но не на проходах;
- приходить в места массового отдыха людей необходимо заранее, чтобы избежать толпы при входе;
- во время входа в зал не разрешается приближаться к дверям и ограждениям, особенно на лестницах - вас могут сильно прижать к ним;
- на концертах следует избегать нахождения в первых рядах: здесь самое громкое звучание, утомляющее и притупляющее реакцию, именно здесь обычно скапливаются поклонники артистов, отсюда начинаются беспорядки;
- заняв свое место, необходимо сразу оценить возможность добраться до выхода. Следует подумать, сможете ли вы сделать это в темноте;
- если в зале начались беспорядки, следует немедленно покинуть помещение, не дожидаясь окончания концерта. Контроль массовых беспорядков - дело неподдающееся прогнозу, не следует кричать и вступать в конфликты;
- если вы оказались в толпе, ни в коем случае не допускайте того, чтобы вас сбили с ног, следите за тем, чтобы не споткнуться - подняться вы уже не сможете;
- необходимо держаться в середине людского потока, не следует искать защиты у стен и ограждений - вас могут сильно прижать и покалечить;
- не следует предпринимать активных действий, необходимо держать руки согнутыми в локтях, оберегая грудную клетку от сдавливания, позвольте толпе самой нести вас;
- если вы все-таки упали, следует максимально сгруппироваться, защищая голову руками;
- после выхода из здания, следует направляться домой по обходному пути, чтобы избежать повторной давки при входе в метро или посадке в другой транспорт.

ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

1. Строго запрещено открывать двери своей квартиры незнакомым людям, вступать с ними в разговор и соглашаться на их предложения.
2. Открывая входные двери своей квартиры, следует убедиться, что на лестничной площадке нет неизвестных вам людей.
3. Строго запрещено входить в неосвещенный подъезд дома или лифт без сопровождения взрослых с незнакомыми или малознакомыми людьми.
4. Во время игр на улице нельзя залезать в подвалы зданий и бесхозные машины.
5. Не допускается играть в безлюдных и неосвещенных местах (лесу, парке).
6. Не следует вступать в конфликт с шумной компанией, с выпившими людьми.
7. Строго запрещено садиться в незнакомые вам транспортные средства.
8. Необходимо всегда предупреждать родителей, бабушек, знакомых о месте своего нахождения и времени возвращения.
9. Следует выяснить номера телефонов родителей, бабушек, знакомых, по которым вы сможете экстренно связаться с ними.
10. Не следует перегреваться, необходимо помнить о том, что, находясь без головного убора на открытом солнце, можно получить тепловой или солнечный удар.
11. Категорически запрещено принимать самостоятельно какие-либо таблетки или лекарственные средства.
12. Строго запрещено пользоваться электроприборами, играть с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и взрывоопасными предметами, огнестрельным и холодным оружием, боеприпасами.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ ВО ВРЕМЯ ЛЕТНИХ КАНИКУЛ

1. Чтобы избежать несчастного случая, необходимо соблюдать меры предосторожности на воде:
2. Не следует приходить на водоемы (озеро, река, море) одним без сопровождения взрослых.
3. Купаться можно только в специально отведенных для этого местах.
4. Не допускается заходить в воду, не зная глубины дна.
5. Во время прогулки по берегу водоема, необходимо внимательно смотреть под ноги, чтобы нечаянно не наступить на стеклянные осколки и другие острые предметы.
6. Не разрешается заходить в воду с наступлением сумерек или при плохой видимости.
7. Строго запрещено кататься на катерах и другом водном транспорте одним без сопровождения взрослых.
8. Необходимо уметь оказать первую неотложную доврачебную помощь.
9. В случае возникновения чрезвычайной ситуации следует немедленно оповестить об этом взрослых.
10. Во время длительного нахождения на солнце, следует увеличить количество потребляемой питьевой воды.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ В ЛЕСУ

1. Категорически запрещено ходить в лес одному без сопровождения взрослых.
2. Следует иметь при себе и уметь пользоваться компасом, не разрешается ходить в лес в дождливую или пасмурную погоду.
3. Отправляясь в лес, необходимо надевать резиновые сапоги, брюки или спортивные штаны, заправив их в сапоги, это защитит вас от укусов змей и насекомых.
4. Находясь в лесу, следует надевать головной убор, закрывать шею и руки, от попадания клещей.
5. Пробираться через кусты и заросли следует осторожно, плавно раздвигая ветки и плавно опуская их.
6. Строго запрещено курить и разжигать костры в лесу, во избежание пожара, не допускается оставлять после себя мусор, так как пустые бутылки и осколки могут привести к возникновению пожара.
7. Во время лесного пожара необходимо опасаться высокой температуры, задымленности, падения подгоревших деревьев и провалов в прогоревшем грунте.

ПРАВИЛА ЭЛЕКТРОБЕЗОПАСНОСТИ

1. Категорически запрещено прикасаться к электропроводам, электроприборам мокрыми руками.
2. Выходя из дома, всегда следует проверять, все ли электроприборы отключены от электросети.
3. Не допускается вынимать вилку из электрической розетки, дергая за шнур.
4. Категорически запрещено подходить к оборванным электрическим проводам ближе, чем на 30 шагов.
5. Строго запрещено касаться опор электролиний.
6. Строго запрещено пользоваться неисправными электроприборами, электрическими розетками.

ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

1. В случае возникновения пожароопасной ситуации (появления дыма, запаха гари) необходимо немедленно вызвать пожарную бригаду по телефону 101.
2. В случае появления запаха газа категорически запрещено включать свет и зажигать спички. Следует немедленно проветрить помещение и вызвать аварийную службу газа по телефону 104.
3. В случае возникновения любой чрезвычайной ситуации, если вы находитесь дома один, следует немедленно связаться с МЧС по телефону 101 и рассказать оператору о своей проблеме.
4. Необходимо уметь оказывать первую неотложную медицинскую помощь:
 - при порезе: прикрыть чистой салфеткой, смоченной йодом, не мыть под проточной водой;
 - при отравлении: срочно промыть желудок большим количеством кипяченой воды;
 - при обморожении: растереть обмороженные места сухой теплой тканью, дать выпить пострадавшему несколько стаканов теплой жидкости;
 - при ушибах: зафиксировать в неподвижном состоянии конечность и наложить холод.
5. Во всех перечисленных случаях необходимо немедленно обратиться к врачу.

ТРЕБОВАНИЯ ПО БЕЗОПАСНОСТИ И ПРОФИЛАКТИКЕ ВЫПАДЕНИЯ ИЗ ОКОН ПОМЕЩЕНИЙ

1. Строго запрещается находиться у открытых окон в любых помещениях, особенно стоять спиной к улице или наклоняться вниз через окно.
2. Открывать самостоятельно оконные створки.
3. Забираться на подоконники.