



СПб ГКУ
«ПСО Выборгского
района»



Управление по
Выборгскому району
ГУ МЧС России
по Санкт-Петербургу

Вместе мы можем сохранить жизнь!

Утверждены
постановлением Правительства
Российской Федерации
от 2 апреля 2020 г. N 417

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ, ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ ДЛЯ ИСПОЛНЕНИЯ ГРАЖДАНАМИ И ОРГАНИЗАЦИЯМИ, ПРИ ВВЕДЕНИИ РЕЖИМА ПОВЫШЕННОЙ ГОТОВНОСТИ ИЛИ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ

1. Граждане и организации обязаны выполнять решения Правительства Российской Федерации, Правительственной комиссии по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности или должностных лиц, указанных в пунктах 8 и 9 статьи 4.1 Федерального закона "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера", направленные на принятие дополнительных мер по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

2. При получении сигнала оповещения и (или) экстренной информации об угрозе возникновения или возникновении чрезвычайной ситуации гражданам необходимо немедленно прослушать информацию об алгоритме действий при угрозе возникновения или возникновении чрезвычайной ситуации, передаваемую в рамках трансляции обязательных общедоступных телеканалов и (или) радиоканалов, либо ознакомиться с такой информацией, передаваемой коротким текстовым сообщением по сети подвижной радиотелефонной связи. При невозможности ознакомления с такой информацией гражданин должен обратиться в единую дежурно-диспетчерскую службу муниципального образования либо по единому номеру вызова экстренных оперативных служб "112".

3. При введении режима повышенной готовности или чрезвычайной ситуации на территории, на которой существует угроза возникновения чрезвычайной ситуации, или в зоне чрезвычайной ситуации граждане обязаны:

а) соблюдать общественный порядок, требования законодательства Российской Федерации о защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, о санитарно-эпидемиологическом благополучии населения;

б) выполнять законные требования (указания) руководителя ликвидации чрезвычайной ситуации, представителей экстренных оперативных служб и иных должностных лиц,



СПб ГКУ
«ПСО Выборгского
района»



Управление по
Выборгскому району
ГУ МЧС России
по Санкт-Петербургу

Вместе мы можем сохранить жизнь!

осуществляющих мероприятия по предупреждению и ликвидации чрезвычайной ситуации (далее - уполномоченные должностные лица);

в) при получении инструкций (указаний) от уполномоченных должностных лиц, в том числе через средства массовой информации или операторов связи, эвакуироваться с территории, на которой существует угроза возникновения чрезвычайной ситуации, или из зоны чрезвычайной ситуации и (или) использовать средства коллективной и индивидуальной защиты и другое имущество (в случае его предоставления органами исполнительной власти субъектов Российской Федерации, органами местного самоуправления и организациями), предназначенное для защиты населения от чрезвычайных ситуаций;

г) при обнаружении пострадавшего (пострадавших) принимать меры по вызову уполномоченных должностных лиц и до их прибытия при отсутствии угрозы жизни и здоровью оказывать пострадавшему (пострадавшим) первую помощь;

д) иметь при себе и предъявлять по требованию уполномоченных должностных лиц документ, удостоверяющий личность гражданина, а также документы (при наличии), дающие право не соблюдать требования, установленные подпунктом "в" настоящего пункта и подпунктами "б" и "в" пункта 4 настоящих Правил.

4. При угрозе возникновения или возникновении чрезвычайной ситуации гражданам запрещается:

а) создавать условия, препятствующие и затрудняющие действия уполномоченных должностных лиц и работников общественного транспорта;

б) заходить за ограждение, обозначающее зону чрезвычайной ситуации или иную опасную зону;

в) осуществлять действия, создающие угрозу собственной безопасности, жизни и здоровью;

г) осуществлять действия, создающие угрозу безопасности, жизни, здоровью, санитарно-эпидемиологическому благополучию иных лиц, находящихся на территории, на которой существует угроза возникновения чрезвычайной ситуации, или в зоне чрезвычайной ситуации;

д) распространять заведомо недостоверную информацию об угрозе возникновения или возникновении чрезвычайной ситуации.

5. При получении сигнала оповещения и (или) экстренной информации об угрозе возникновения или возникновении чрезвычайной ситуации организации незамедлительно оповещают об этом своих работников и иных граждан, находящихся на территории организации.



СПб ГКУ
«ПСО Выборгского
района»



Управление по
Выборгскому району
ГУ МЧС России
по Санкт-Петербургу

Вместе мы можем сохранить жизнь!

6. В зависимости от складывающейся обстановки на территории, на которой существует угроза возникновения чрезвычайной ситуации, или в зоне чрезвычайной ситуации и (или) от дополнительных мер по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, принимаемых Правительством Российской Федерации, Правительственной комиссией по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности или должностными лицами, указанными в пунктах 8 и 9 статьи 4.1 Федерального закона "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера", организации:

а) обеспечивают проведение эвакуации с территорий организаций работников и иных граждан, находящихся на их территориях, а также оказывают содействие органам государственной власти и органам местного самоуправления в проведении эвакуационных мероприятий с территории, на которой существует угроза возникновения чрезвычайной ситуации, или из зоны чрезвычайной ситуации;

б) предоставляют работникам и иным гражданам, находящимся на их территориях, имеющиеся средства коллективной и индивидуальной защиты и другое имущество, предназначенное для защиты населения от чрезвычайных ситуаций, принимают другие необходимые меры по защите от чрезвычайной ситуации работников и иных граждан, находящихся на их территориях;

в) проводят мероприятия по повышению устойчивости функционирования организаций и обеспечению жизнедеятельности своих работников в чрезвычайных ситуациях;

г) организуют и проводят аварийно-спасательные и другие неотложные работы на подведомственных объектах производственного и социального назначения и на прилегающих к ним территориях в соответствии с планами действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций;

д) приостанавливают свою деятельность, если существует угроза безопасности жизнедеятельности работников и иных граждан, находящихся на их территориях.

7. Организации обязаны своевременно представлять в органы управления единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций в установленном порядке информацию в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.



СПб ГКУ
«ПСО Выборгского
района»



Управление по
Выборгскому району
ГУ МЧС России
по Санкт-Петербургу

Вместе мы можем сохранить жизнь!

Крепкое физическое и психическое здоровье – основа жизнестойкости во время пандемии COVID-19

Беспрецедентные меры, призванные замедлить и остановить распространение COVID-19, помогают странам выиграть время и снизить нагрузку на системы здравоохранения, хотя и ценой немалых социальных и экономических издержек.

На фоне стремительного распространения пандемии новой коронавирусной инфекции COVID-19 на все большее число стран мира, введения мер физического дистанцирования и изоляции, закрытия школ и предприятий люди совершенно естественно начинают испытывать повышенный страх, тревогу, волнение и беспокойство. Теперь люди не всегда могут делать то, что хочется, быть там, где хочется и быть с теми, с кем хочется. Это касается как населения в целом, так и отдельных групп граждан, например, лиц старшего возраста, поставщиков услуг здравоохранения и лиц с сопутствующими нарушениями здоровья.

При этом по мере введения новых противоэпидемических мер и связанных с ними изменений (в первую очередь карантина и самоизоляции, которые сказываются на привычных для людей видах деятельности, повседневном укладе и основных источниках средств к существованию) также может расти распространенность одиночества, депрессии, пагубного употребления алкоголя, равно как и распространенность самоповреждений или суицидального поведения.

Несмотря на то, что ситуация с COVID-19 остается чрезвычайно серьезной, ВОЗ все же начинает видеть положительные сдвиги, вселяющие надежду. Так, в Италии – в стране с самым большим числом случаев заболевания в Европейском регионе – незначительно снизились темпы роста заболеваемости, хотя пока еще рано говорить о том, что эпидемия в стране достигла своего пика. Вскоре можно будет понять, насколько эффективными оказались меры, которые были предприняты разными странами.

В такой ситуации важно не терять оптимизма и сохранять как физическое, так и психическое здоровье – это ключ к психологической устойчивости, так важной для того, чтобы люди вместе могли справиться с этой проблемой.

Людам от природы свойственно заботиться друг о друге и обращаться друг к другу за социальной и эмоциональной поддержкой. Эпидемия COVID-19 нарушила



*СПб ГКУ
«ПСО Выборгского
района»*



*Управление по
Выборгскому району
ГУ МЧС России
по Санкт-Петербургу*

Вместе мы можем сохранить жизнь!

привычный уклад жизни, однако открыла новые возможности. Так, теперь можно больше разговаривать друг с другом по телефону и по видеосвязи, проявлять больше заботы и чуткости к нашим близким, осознавая, что у каждого человека есть свои уникальные психологические потребности.

Сейчас как никогда важно проявлять эмпатию, солидарность и эмоциональный интеллект, на деле следуя принципу "никого не оставить без внимания", но не забывать при этом о мерах физического дистанцирования.

ВОЗ и ее партнеры подготовили тематический материал по вопросам психического здоровья и психосоциальной поддержки в условиях вспышки COVID-19, в котором рассказывается о мерах по борьбе со стрессом и оказанию психосоциальной поддержки в условиях эпидемии COVID-19.

Вирус COVID-19: как справиться со стрессом:

Если вы испытываете чувство грусти, стресса, замешательства, страха или досады в кризисной ситуации - это нормально.

Если вам приходится оставаться дома, не забывайте о здоровом образе жизни: правильном питании, режиме сна, физических упражнениях и общении с близкими дома, либо по электронной почте или телефону с родственниками и друзьями.

Не курите и не употребляйте алкоголь или другие психоактивные вещества, чтобы подавить свои эмоции. Если они слишком сильны, обратитесь за медицинской или психологической помощью. Заранее подготовьте план, куда и каким образом вы будете обращаться.

Будьте информированы. Ознакомьтесь с информацией, которая поможет вам лучше определить риски и принять разумные меры предосторожности. Пользуйтесь компетентными источниками проверенной информации, например, веб-сайтом ВОЗ или местного органа общественного здравоохранения.

Если вас или членов вашей семьи беспокоят и тревожат репортажи в СМИ, уделяйте меньше времени их просмотру или прослушиванию.

Обратитесь к своему прошлому опыту преодоления трудных жизненных ситуаций: возможно, некоторые навыки помогут вам совладать с эмоциями в нынешней обстановке вспышки инфекции.



СПб ГКУ
«ПСО Выборгского
района»



Управление по
Выборгскому району
ГУ МЧС России
по Санкт-Петербургу

Вместе мы можем сохранить жизнь!

7 шагов по профилактике новой коронавирусной инфекции

Симптомы заболевания новой коронавирусной инфекции (COVID-19) сходны с симптомами обычного (сезонного) гриппа:

- высокая температура тела
- головная боль
- слабость
- кашель
- затрудненное дыхание
- боли в мышцах
- тошнота
- рвота
- диарея

7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции.

1. Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик;
2. Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа.
3. Избегайте близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа).
4. Мойте руки с мылом и водой тщательно после возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми.
5. Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь.
6. Ограничьте по возможности при приветствии тесные объятия и рукопожатия.
7. Пользуйтесь только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)

5 правил при подозрении на коронавирусную инфекцию:

1. Оставайтесь дома. При ухудшении самочувствия вызовите врача, проинформируйте его о местах своего пребывания за последние 2 недели, возможных контактах. Строго следуйте рекомендациям врача.
2. Минимизируйте контакты со здоровыми людьми, особенно с пожилыми и лицами с хроническими заболеваниями. Ухаживать за больным лучше одному человеку.
3. Пользуйтесь при кашле или чихании одноразовой салфеткой или платком, прикрывая рот. При их отсутствии чихайте в локтевой сгиб.
4. Пользуйтесь индивидуальными предметами личной гигиены и одноразовой посудой.
5. Обеспечьте в помещении влажную уборку с помощью дезинфицирующих средств и частое проветривание.



СПб ГКУ
«ПСО Выборгского
района»



Управление по
Выборгскому району
ГУ МЧС России
по Санкт-Петербургу

«Чернобыль для нас – боль и быть, страница – героическая, событие – трагическое»

Силы гражданской обороны при ликвидации аварии на Чернобыльской АЭС



Ночью 26 апреля 1986 года произошла радиационная авария на 4-м энергоблоке Чернобыльской АЭС.

В ликвидации этой аварии и ее последствий приняли участие около 600 тысяч военнослужащих, ученых, специалистов многих министерств и ведомств различных специальностей, в том числе большое количество

военнослужащих войск Гражданской обороны и специалистов невоенизированных формирований Гражданской обороны.

С первых часов и дней развернувшейся трагедии руководящий состав, органы управления, воинские части и невоенизированные формирования Гражданской обороны страны стали непосредственными участниками ликвидации последствий аварии.

Оперативные группы ГО были созданы штабами Гражданской обороны Украинской и Белорусской ССР, Киевской области, а также в областях Украины, Белоруссии и Российской Федерации, территории которых подверглись радиоактивному загрязнению.

Эти оперативные группы явились рабочими органами соответствующих республиканских и областных комиссий по ликвидации последствий аварии. В их обязанности входили сбор, обобщение, анализ радиационной обстановки на соответствующих территориях; учет сил и средств, ведущих работу по ликвидации последствий аварии, координация их действий, обеспечение их средствами защиты и дозиметрического контроля, осуществления контроля за соблюдением мер радиационной безопасности, выработка предложений начальника ГО страны по



СПб ГКУ
«ПСО Выборгского
района»



Управление по
Выборгскому району
ГУ МЧС России
по Санкт-Петербургу

«Чернобыль для нас – боль и быть, страница – героическая, событие – трагическое»

проведению мероприятий Гражданской обороны в ходе ликвидации последствий аварии; взаимный обмен информацией о радиационной обстановке и ходе работ по дезактивации дорог, населённых пунктов, техники и санитарной обработке личного состава сил, участвующих в работах, и населения.

До создания в зоне Чернобыльской АЭС воинских частей Министерства обороны и других ведомств все работы по разведке, обеспечению эвакуации, помощи пораженным, санитарной обработке людей, дезактивации техники, все виды обеспечения населения, проводились, главным образом, невоенизированными формированиями Гражданской обороны.

Большой объем задач решался силами Гражданской обороны и подразделениями химических войск по ведению радиационной разведки местности и проведению радиационного контроля. Войсковые подразделения осуществляли радиационную разведку местности в 30 – километровой зоне вокруг ЧАЭС, разведывательные невоенизированные формирования Гражданской обороны использовались в основном вне 30 – километровой зоны. Всего в разведке участвовало 49 невоенизированных формирований численностью около 200 человек.

Особые усилия руководящий состав, штабы, службы и формирования гражданской обороны прилагали для организации и проведения эвакуации населения из опасных для жизни районов.

Уже на следующий день после аварии, 27 апреля, были эвакуированы жители г. Припять. В начале мая была осуществлена эвакуация населения, проживающего в 30-километровой зоне вокруг станции, а также в областях Украины и Белоруссии, подвергшихся радиоактивному загрязнению. Всего из 186 тысяч населенных пунктов Киевской и Житомирской областей Украинской ССР, Гомельской области Белорусской ССР и Брянской области Российской Федерации было эвакуировано свыше 116 тысяч человек.

Авария на Чернобыльской АЭС реально показала, какой грозной силой является вышедшая из под контроля ядерная энергия и что для ликвидации последствий подобных аварий необходимы специализированные подразделения, укомплектованные высокопрофессиональными специалистами, такие как подразделения сил (войск) ГО, а в настоящее время это силы МЧС России.