

Как пережить сильный холод.

Чтобы избежать переохлаждения на улице:

1. Наденьте головной убор (30% тепла теряется при непокрытой голове);
2. Не стойте на одном месте, двигайтесь;
3. Укройтесь от ветра;
4. Используйте для обогрева ближайшие помещения: магазины, подъезды жилых домов и т.д.;
5. Если помощи нет, а Вы недалеко от населённого пункта, лучше дойти до него пешком;
6. Если Вас покидают силы, ищите любое укрытие и оставайтесь в нём;
7. Сообщите о Вашем месте нахождения близким и сотрудникам экстренных служб, если чувствуете, что замерзаете.

Обморожение- это повреждение какой-либо части тела (вплоть до омертвения) под воздействием низких температур от -10°C .

Профилактика. Одевайтесь по погоде!

Одежда должна быть тёплой и сухой.

Предпочтительнее натуральные материалы: шерсть и кожа.

Несколько лёгких слоёв одежды лучше одного плотного.

Хорошо, когда одежда не продуваемая, согревает голову, уши, пальцы рук и ног (шапка-ушанка, капюшон, шарф, варежки или тёплые перчатки, шерстяные носки и валенки).

Носите обувь со стельками.

Если Вы планируете быть на морозе долго:

- возьмите с собой горячее питание и напитки, а также препараты для оказания первой медицинской помощи;
- периодически проверяйте, не белеют ли открытые части лица и головы, массируйте нос и щёки;
- если начали замерзать, согрейтесь в помещении, у огня или горячим напитком;
- перед выходом на улицу смажьте кожу лица и рук растопленным на водяной бане гусиным или свиным жиром;
- откажитесь от пребывания на холоде в нетрезвом состоянии;
- на морозе старайтесь оставаться сухим.

Что делать при обморожении.

НУЖНО:

обратиться за медицинской помощью в ближайшее отделение здравоохранения наложить теплоизолирующую повязку на пострадавшие участки тела
выпить горячего чая с лимоном, малиной или мёдом

НЕЛЬЗЯ:

растирать сильно обмороженные участки снегом или шерстью
применять масляные средства
греть обмороженный участок в горячей воде, над открытым пламенем или вблизи горячего радиатора отопления
принимать алкогольные напитки

Гололед.

В зимнее время помимо снегопадов и морозов отмечается такое негативное явление, как гололёд. Условия для обледенения создают такие факторы, как перепад температур, выпадение снега с дождем при пониженной температуре и сильном ветре.

Гололёд возникает при температуре от 0° до -15 °С. Осадки выпадают в виде переохлаждённых капель, но при соприкосновении с поверхностью или предметами они замерзают, покрывая их ледяной коркой. Корка льда может достигать нескольких сантиметров и вызывать обламывание сучьев, обрывы проводов и т.п. Вес гололедных корок может превышать предел прочности на растяжение воздушных проводных линий. Гололёд становится причиной многочисленных травм, а также автомобильных аварий. На полотне автодорог образуется накат, парализующий движение. Линии электропередач, линии связи, кровли зданий, различного рода опоры и конструкции, дороги и мосты покрываются льдом или мокрым снегом, что нередко вызывает их разрушение.

Безопасное поведение при гололёде.

В гололёд надевайте обувь на низком каблуке с рельефной подошвой из пористого материала.

Если вы передвигаетесь с помощью трости, наденьте на неё резиновый колпачок, или возьмите лыжную палку с хорошо заточенным металлическим наконечником.

Выходите пораньше, чтобы перемещаться не торопясь.

Не занимайте руки хрупкой или тяжёлой ношей, и не держите руки в карманах.

По возможности не проходите вблизи зданий и деревьев, чтобы избежать падающей сосульки или обледенелой ветки.

Соблюдайте особую осторожность при переходе дороги.

Внимательно смотрите себе под ноги, старайтесь обходить опасные места (замёрзшие лужи, склоны, лестницы и т.п.).

Если скользкое место невозможно обойти, то передвигайтесь по нему небольшими скользящими шажками на слегка согнутых ногах, наступайте на всю подошву.

Если вы поскользнулись, старайтесь присесть, сгруппироваться, приземлиться на бок и перекатиться.

Не торопитесь подняться, убедитесь, что нет травм, попросите прохожих помочь вам.

Если никого рядом нет, повернитесь на живот, встаньте на четвереньки и только потом выпрямляйтесь, стараясь придерживаться за какую-нибудь опору.

Если появилась резкая боль, не двигайтесь и не позволяйте никому передвигать вас, вызовите скорую.

Негативные воздействия повышенных температур воздуха на организм человека.

Для многих людей жаркая погода является мощным стрессовым фактором, ведь организм находится в постоянном перенапряжении, пытаясь защититься при помощи различных реакций.

Воздействие повышенных температур воздуха на организм человека способствует ухудшению самочувствия, снижению работоспособности, нарушению здоровья и обострению имеющихся хронических заболеваний.

В летний период года периодически на территории Беларуси устанавливается жаркая погода, максимальные показатели температуры атмосферного воздуха в июле-месяце повышаются до + 36 °С.

Исполнение служебных обязанностей в условиях открытой местности, а также в помещениях без кондиционирования воздуха способствует общему

перегреванию организма, обострению имеющихся хронических заболеваний, развитию теплового удара.

Меры профилактики перегревания организма:

Организация рационального режима несения службы, нахождение на открытом пространстве при температуре наружного воздуха выше +35 °С должно составлять не более 20 минут с последующим обязательным отдыхом не менее 5 - 10 минут в охлаждаемом помещении (температура воздуха охлаждаемого помещения должна быть не ниже + 24°С для исключения охлаждения организма вследствие значительного перепада температур);

Предотвращение попадания солнечных лучей на открытые участки кожи, прежде всего в период его максимальной активности (с 12.00 до 16.00 часов);

Организация рационального питьевого режима, при несении службы питьевая вода должна быть в достаточном количестве и в доступной близости, рекомендуемая температура воды, напитков, чая должна составлять не ниже +10-15°С, для предотвращения обезвоживания организма пить часто и понемногу, использовать для питья щелочные минеральные воды, витаминизированные напитки, соки;

Для снижения общей интоксикации организма употребление достаточного количества фруктов и овощей;

Исключение употребления алкоголя;

Для уменьшения общего нагрева организма прием прохладного душа несколько раз в сутки (обтирать мокрым полотенцем кожу).

Исключение активных занятий физической культурой и спортом при температуре наружного воздуха выше +25 °С;

Сохранение эмоционального спокойствия, так как перевозбуждение нервной системы способствует развитию теплового удара.

Можно легче перенести жаркие знойные дни и избежать ухудшения состояния здоровья.

Не рекомендуется долго находиться на солнце, особенно с непокрытой головой.

В жару желательно избегать повышения физической нагрузки, а также усиленных занятий спортом.

Нужно контролировать температуру в помещении и не находиться непосредственно под вентилятором или кондиционером. Следует надевать на себя легкую, светлую одежду из натуральных тканей (хлопок, лен, шелк).

Больным с заболеваниями сердечно-сосудистой системы необходимо четко выполнять рекомендации врача и своевременно принимать назначенные лекарства.

Людам, страдающим гипертонией, необходимо регулярно контролировать свое артериальное давление.

Больным сахарным диабетом нужно более тщательно следить за уровнем сахара в крови.

Людам пожилого возраста и детям во время повышенной солнечной активности (с 12 до 15 часов) лучше совсем воздержаться от прогулок по свежему воздуху, находиться в это время на пляже вообще не рекомендуется.

Прежде чем сесть в салон автомобиля, который стоял под открытым небом в солнечный день, нужно сначала открыть все двери для сквозного проветривания.

Перегрев на солнце.

Особо опасным является перегрев на солнце для детей. Чаще всего последствиями пребывания на солнце является тепловой и солнечный удар. В результате этого иммунная система ослабляется. Соответственно при потреблении холодных напитков и мороженого можно заболеть ОРВИ и даже ангиной.

В дневное время с 12 до 16 часов достаточно 15-20 минут, чтобы заработать тепловой удар.

Берегите своих детей, именно у них чаще всего случается перегрев на солнце.

Надевайте на малышей панамки и по возможности обустройте игровую зону в тени.

Первые признаки солнечного удара.

Это могут быть как специфические, так и явные признаки. В некоторых случаях больной может заподозрить отравление. У небольшого количества людей возникает рвота и тошнота.

Симптомы солнечного удара:

- Головокружение
- Слабость и боль в мышцах
- Частое дыхание и пульс
- Расширенные зрачки
- Головная боль
- Рвота

- **Обморок**

Обычно солнечный удар проявляется в виде слабости. Пациенту тяжело стоять на ногах, он чувствует недомогание. Из-за солнца у пострадавшего может повыситься давление. Учащается дыхание и сердцебиение.

Однако, солнечный удар можно получить не только летом, но и в межсезонье, когда солнце ещё очень активное. Рвота и обморок возникают при длительном пребывании на солнце.

Перегрев на солнце у ребенка – симптомы

Самое интересное, что перегреться ребенок может и не пребывая под прямыми солнечными лучами, обычно это случается с малышами, родители которых их вечно укутывают. Таким образом, при высокой температуре на улице кожа малыша не дышит и еще больше перегревается.

Симптомы перегрева у ребенка:

- Ребенок перестает потеть. Если на улице жарко и малыш все время потеет – это нормально. Таким образом, организм пытается охладиться
- Посинение губ.
- Повышение температуры. В некоторых случаях температура может подняться до 40 °С. Причем достаточно совсем немного времени для солнечного удара. Все дети разные, кто-то может полдня бегать под открытым солнцем, а кому-то достаточно 10 минут.
- Слабость и головокружение. Малыш становится вялым и пытается прилечь. Если вы на улице, то ребенок может проситься на руки. Он может хныкать и жаловаться на головную боль.
- Обморок и судороги. В некоторых случаях при возможных неврологических нарушениях очень быстро развиваются судороги. В таком случае без помощи медиков не обойтись.

Что делать при перегреве на солнце.

Прежде всего, стоит оценить состояние пострадавшего. Если у пациента судороги и обморок вызовите скорую помощь.

Если у больного головокружение, то с солнечным ударом можно справиться самостоятельно.

- Перенесите больного в тень. Вам нужно попытаться снизить температуру его тела. Для этого смочите ткань в прохладной воде и положите компресс на лоб руки и ноги.

- Снимите одежду и обувь. Под ноги положите валик из покрывала или полотенца.
- Если лицо красное, положите валик под голову.
- Если есть возможность, заверните пострадавшего в мокрую простынь.
- Отпаивайте больного большим количеством воды. Измерьте температуру и дайте жаропонижающее

Первая помощь при перегреве на солнце.

- В первую очередь постарайтесь снизить температуру тела. Организм в таком состоянии неадекватно реагирует на температуру окружающей среды. Соответственно сделайте холодный компресс
- Выпейте сок, а лучше всего подсоленную воду. Идеальным будет раствор Регидрона. Он восстанавливает минеральный баланс и препятствует обезвоживанию
- Включите вентилятор и лягте. Выпейте таблетку от головы, подойдет Цитрамон или анальгин
- Если состояние ухудшается, вызовите скорую помощь

Температура после перегрева на солнце.

Основным признаком солнечного удара является повышенная температура. При повышении до 38 °С необходимо постараться ее снизить. Для этого лучше всего выпить жаропонижающее. Подойдет Ибупрофен, Парацетамол или Панадол.

Если у вас под рукой нет этих лекарств, положите подмышки и под колени бутылки с холодной водой. В этих местах имеются скопления кровеносных сосудов, поэтому температура быстро снизится.

От чего может быть тепловой удар?

Существует два вида теплового удара:

- Перегревание, связанное с физическими нагрузками. Наблюдается у спортсменов и молодых людей, активно занимающихся спортом
- Классический. Обычно случается у детей и пожилых людей, которые пребывают в душном помещении или на жаре

Оба состояния представляют реальную угрозу для жизни. Имеются смертельные случаи от теплового удара.

Признаки и симптомы теплового удара

При начальном тепловом ударе могут наблюдаться такие симптомы:

- Повышение температуры
- Снижение артериального давления
- Частый пульс

- Головокружение
- Рвота, понос

Если не принять меры, то состояние больного усугубляется. Может наблюдаться:

- Спутанность сознания
- Бред, обморок
- Энцефалопатия
- Нарушения в работе почек из-за обезвоживания
- Судороги
- Сердечная недостаточность

Обморок при солнечном и тепловом ударе.

- Это патологическое состояние, требующее квалифицированной помощи. Вам нужно привести пострадавшего в сознание. Для этого уложите его на спину. Поверхность должна быть твердой.
- Смочите вату нашатырем и дайте понюхать.
- После этого под голову положите подушку и напоите больного холодной водой с солью или крепким чаем.
- Подмышки уложите мокрую ткань. Ее нужно смочить в слабом холодном растворе уксуса.
- Дайте жаропонижающее, если у пострадавшего температура.

Тепловой и солнечный удар: первая медицинская помощь при обмороке.

- Уберите пострадавшего из зоны высокой температуры
- Дайте понюхать нашатырь
- Уложите на пол
- Положите на голову и сердце холодную мокрую ткань
- Если больной нервничает, дайте выпить настойки валерианы или пустырника
- Отпаивайте пострадавшего холодной водой или раствором Регидрона
- Если больной хватается за сердце, дайте таблетку нитроглицерина

Тепловой и солнечный удар: советы.

- Ни в коем случае не пытайтесь оставить больного на солнце. Если вы на пляже, лучше отнести пострадавшего под навес.
- Дайте выпить холодной воды, не давайте газированные напитки и крепкий кофе.
- Смочите полотенце водой и приложите ко лбу и подмышки.

4.2. Общие требования и правила поведения персонала, тренеров и учащихся Полоцкой ДЮСШ при угрозе ЧС.

Общие правила поведения:

Действия сотрудников учреждения, персонала, тренера при авариях, катастрофах и стихийных бедствиях должны основываться на инструкциях, памятках, разработанных службами ГО и ЧС в соответствии с местными условиями;

На каждом этаже в учреждении на видном месте должен находиться план эвакуации из конкретного помещения. Если по плану эвакуации предусмотрено использование запасного выхода, то он должен быть свободен, не загроможден разными предметами. Если дверь запасного выхода по условиям охраны здания запирается на замок, то в плане эвакуации необходимо указать, где находится ключ от запасного выхода;

В определенном месте в помещениях учреждения обязательно находятся средства пожаротушения в виде универсального или порошкового огнетушителя;

Во всех залах, кабинетах, на вахте учреждения обязательно должны иметься медицинские аптечки с набором основных средств первой медицинской помощи: йода, бинтов, перевязочных резиновых жгутов, водного раствора аммиака;

Сотрудникам, персоналу учреждения, тренеру ни в коем случае нельзя терять самообладания, паниковать самому и не допускать паники среди учащихся. Покидать помещение при возникшей чрезвычайной ситуации можно только в организованном порядке. Необходимо помнить, что паника обычно создает толчею, давку, причем эвакуация значительно затрудняется, увеличивается угроза жизни учащихся;

Чтобы облегчить сотрудникам, персоналу учреждения, тренеру их действия во время чрезвычайной ситуации, необходимо периодически проводить учения определенной направленности с эвакуацией из здания;

Чтобы аварии не были неожиданностью, необходимо знать, какие предприятия находятся вблизи учреждения и каковы могут быть аварии (взрывы, выбросы ядовитых газов, пожары с выделением токсических веществ и т.д.). Нужно всегда помнить о том, что многие предприятия находятся в настоящее время в предаварийном состоянии из-за сильной изношенности основного оборудования и очистных систем. В связи с этим могут быть залповые выбросы в атмосферу или в систему стоков вредных и опасных для жизни веществ;

Всем сотрудникам, тренерам необходимо также знать их дальнейшие действия после эвакуации из здания и местонахождение безопасных укрытий. Обычно при крупномасштабных ЧС местные службы ГО и ЧС оповещают население и сообщают, какие действия необходимо предпринимать. На эти оповещения и сообщения необходимо ориентироваться.

Надо помнить о том, что эвакуация в безопасное место тренеров и учащихся, сотрудников, персонала учреждения производится в первую очередь.

Во избежание случаев пожаров с трагическими последствиями нужно быть предельно внимательным и осторожным в обращении с электроприборами, не перегружать электросеть включением нескольких электроприборов большой мощности.

и силами, согласно утвержденной Инструкции и плана работы в нештатной (аварийной) ситуации в системе жизнеобеспечения учреждения.

5. Организация управления силами ГСЧС, ее подсистем (звеньев).

Основу сил постоянной готовности составляют аварийно-спасательные службы, иные службы и формирования, оснащенные специальной техникой, оборудованием, снаряжением, инструментом, материалами с учетом проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС в течение не менее 3 суток.

Координацию деятельности аварийно-спасательных служб, аварийно-спасательных формирований, общественных объединений, участвующих в проведении аварийно-спасательных работ и действующих на всей или большей части территории Республики Беларусь, а также всех видов пожарной охраны осуществляет МЧС Беларуси.

Привлечение аварийно-спасательных служб и аварийно-спасательных формирований для ликвидации чрезвычайной ситуации осуществляется в соответствии с планами предупреждения и ликвидации ЧС.

Для ликвидации ЧС и проведения других неотложных работ привлекается объективное звено Полоцкой ДЮСШ.

Общим руководством действий для ликвидации ЧС осуществляет КЧС отдела спорта и туризма Полоцкого райисполкома.

Объективное звено Полоцкой ДЮСШ осуществляет свою деятельность на основании Положения об объективном звене СУСУ ФК и С «Полоцкая ДЮСШ».

Оповещение органов управления и сил ГСЧС осуществляется с использованием систем связи и оповещения.

Для приема сообщений о чрезвычайных ситуациях, в том числе вызванных пожарами, используются единый номер вызова экстренных служб «112» и номер приема сообщений о пожарах и чрезвычайных ситуациях «101».

Общее руководство работами для ликвидации ЧС на начальной стадии осуществляет директор учреждения- Синявский Леонид Николаевич (тел. 46 19 07, 74 31 64, (33) 697 22 82 мтс).

К силам ликвидации ЧС относятся:

- заместитель директора по АХР (тел. (29) 514 74 40)
- заведующая хозяйством (тел.(29) 882 32 96)

6. Руководитель Полоцкой ДЮСШ обязан:

После ликвидации последствий нештатной (аварийной) ситуации в системе жизнеобеспечения учреждения.

1. Доложить по телефону в ОСиТ об итогах ликвидации последствий возникшей нештатной (аварийной) ситуации в системе жизнеобеспечения

учреждения после окончания ликвидационных работ и итогах ликвидации в учреждении.

2. В течении суток после ликвидации последствий письменно - докладной, с указанием причин, нанесенном ущербе, принятых мерах, планируемых мероприятиях по ликвидации причин и последствий нештатной (аварийной) ситуации в ОСиТ.

3. Произвести разбор причин возникновения нештатной (аварийной) ситуации в системе жизнеобеспечения учреждения с должностными лицами, тренерами и специалистами.

4. Принять меры для предотвращения повторения причин возникновения нештатной (аварийной) ситуации в системе жизнеобеспечения учреждения.

Обязанности взаимодействующих органов в части, касающихся безопасности Полоцкой ДЮСШ (милиция, пожарная охрана)

Субъектами, непосредственно осуществляющими обеспечение безопасности сотрудников и учащихся учреждения при чрезвычайных ситуациях в пределах своей компетенции, являются: пожарная охрана, РОВД.

В случае пожара:

- немедленное оповещение пожарной охраны о возгорании передается посредством Автоматической пожарной сигнализации (АС) или по тел. «101» или «112»;
- по прибытию пожарной частью принимаются меры по локализации пожара, используя при этом соответствующие средства;
- оказывают помощь по эвакуации людей, находящихся на объекте;
- не подвергать опасности жизнь и здоровье людей

При возникновении чрезвычайной ситуации:

- немедленно сообщить обо всех выявленных фактах в территориальные органы МВД, МЧС, ОСиТ.
- по прибытию на место оперативной группы (группы быстрого реагирования) действовать в соответствии с указаниями старшего группы;
- представителями правоохранительных органов осуществляется комплекс оперативно-розыскных мероприятий, направленных на выявление и пресечение деятельности преступных (террористических) групп;
- оказывается помощь по эвакуации людей, находящихся на объекте;
- не подвергать опасности жизнь и здоровье людей.

7. **Обеспечение действий сил и средств ГСЧС, привлекаемых для проведения других неотложных работ.**

В 2015 году завершена модернизация и реконструкция капитального объекта «Здание спортивного корпуса городского стадиона на 5 000 зрителей». При разработке проекта учитывались инженерно-технические мероприятия по ГО. В качестве укрытия при возникновении ЧС возможно приспособить 1 этаж основного корпуса здания, что позволит беспрепятственно осуществить эвакуацию персонала и учащихся учреждения; распашные ворота на входной группе к основному корпусу здания позволят беспрепятственно проехать аварийно-спасательным службам и другой техники.

Радиационно-химический контроль (РХК) организуется органами управления ГСЧС и ГО всех степеней.

К выполнению данной группы мероприятий привлекаются структурные формирования ГСЧС и ГО. Сбор, хранение, обработку информации о ЧС и их прогнозирование осуществляет райгоротдел по ЧС г. Полоцка.

К средствам радиационной и химической защиты относятся: СИЗ; средства фильтровентиляции и регенерации воздуха ЗС ГО; приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля; приборы, машины и комплекты специальной обработки; другие средства. Они предназначены для защиты населения от воздействия РВ, ОВ и АХОВ, обнаружения и ликвидации радиоактивного и химического заражения (загрязнения).

Режим защиты населения, рабочих и служащих вводится в действие решением председателя КЧС ОСиТ либо начальника ГО соответствующей административно-территориальной единицы.

Продолжительность соблюдения режима радиационной защиты и время прекращения его действия устанавливается с учетом сложившейся радиационной обстановки. Для личного состава сил ликвидации ЧС режим защиты (максимальная доза облучения, время и продолжительность работы смен в зоне ЧС, вид используемых СИЗ, приборов радиационной разведки и дозиметрического контроля и т.д.) устанавливается руководителем ликвидации ЧС и объявляется в виде приказа при постановке задач.

Основными мероприятиями по защите работников организаций и населения при возникновении химических аварий являются: обнаружение факта химической аварии и оповещение о ней; выявление и оценка химической обстановки; соблюдение режимов поведения на территории, загрязненной химически опасными веществами, норм и правил химической безопасности; обеспечение населения, работников объекта СИЗ органов дыхания и кожи,

применение этих средств;
отселение населения, при необходимости, из зоны аварии и зон возможно-го химического загрязнения;
укрытие населения и работников в убежищах ГО, обеспечивающих защиту от АХОВ;
оперативное применение антидотов и средств обработки кожных покровов; санитарная обработка населения и работников организаций, попавших в зону химического заражения;
обеззараживание объектов производственного, социального, жилого назначения, территорий, технических средств, СИЗ, одежды и другого имущества.

8. Рекомендации по действиям персонала при возникновении и чрезвычайных ситуаций различных видов.

8.1. Ураганные (штормовые) ветры.

Для учащихся.

1. Отойти от окон, заняв места возле стены или встав в нишах стен. Можно перейти в глухие коридоры.
2. По окончании УТЗ, если ураган не стихает, учащиеся групп УТГ передвигаются домой группами, держась подальше от деревьев, рекламных щитов, линий электропередач. Учащиеся групп НП вывозятся на транспорте в сопровождении тренера или родителей. Одних детей не отпускать!
3. Если буря закончилась, соблюдайте меры предосторожности при возвращении домой. Не дотрагивайтесь до оборванных проводов.
4. О том, что вы прибыли к укрытию либо по месту проживания немедленно сообщите тренеру и родителям.

Для тренера, осуществляющего УТЗ.

1. Во время урагана соберите детей в безопасном месте, подальше от окон.
2. Не допускайте, чтобы дети самостоятельно покидали учреждение.
3. С учащимися проведите инструктаж по правилам поведения во время урагана.
4. Учащихся групп УТГ отпускать домой по месту проживания группами.
5. Учащихся групп НП доставлять домой на транспорте в сопровождении родителей или тренера.

8.2. Обильные снегопады.

Для учащихся.

1. По сигналу тревоги сохраняйте спокойствие и не делайте ничего, что может дезорганизовать окружающих (не кричите, не мечитесь).
2. В случае непредвиденной ситуации- заноса входа(выхода) здания при обильном снегопаде немедленно сообщить в ГО ЧС, администрации учреждения, тренеру, родителям.
3. Выясните нет ли возможности самостоятельно без привлечения аварийных служб выйти из помещения и осуществить перемещение. Ни в коем случае нельзя передвигаться в одиночку.
4. В случае невозможности покинуть здание самостоятельно, если оказались блокированными в помещении, принять меры к сохранению тепла и экономному расходованию продовольственных запасов (если таковые имеются).
5. Немедленно возьмите необходимые вещи и постройтесь для организованного выхода из помещений учреждения (если находитесь в период учебно-тренировочных занятий (далее- УТЗ));
6. В организованном порядке вместе с тренером через запасные выходы покиньте здание.
7. После выхода из здания постройтесь в отведённом безопасном месте, пройти перекличку.
8. Если вы оказались блокированными и не можете выбраться самостоятельно, не поддавайтесь панике, постарайтесь определиться в пространстве и подавайте сигналы о себе (стучите железом о железо, камушками по плитам, трубам и т. п.).
9. При необходимости эвакуации из зоны бедствия и отсутствии телефонной связи не уходите домой и в другие места, пройдите перекличку и выполняйте дальнейшее по указанию руководителей учреждения, осуществляющих массовую эвакуацию учащихся.
10. Помните, что ваши родители будут эвакуироваться из зоны бедствия на своих предприятиях и своими силами.
11. После прибытия на место эвакуации пройдите регистрацию, для того, чтобы родители и родственники могли отыскать вас.

Для тренера, осуществляющего УТЗ.

1. После получения сигнала тревоги немедленно организуйте эвакуацию учащихся из здания учреждения. Взять журнал учёта учебной работы группы подготовки, постройте учащихся, сделайте перекличку и доложите

1. При получении сигнала оповещения о пожаре в учреждении немедленно организовать детей для эвакуации из здания.
2. Взять журнал учёта учебной работы группы подготовки и вместе с детьми покинуть по безопасным выходам здание учреждения.
3. В тёплое время года эвакуироваться без верхней одежды в безопасное место, подальше от горящего здания, сделать перекличку.
4. В холодное время и зимой надеть верхнюю одежду, а при сильном задымлении взять одежду с собой либо покинуть помещение без одежды и укрыться в подъездах близлежащих домов, детских садах.
5. Во время передвижения пресекать возможные столпотворения и панику.
6. После эвакуации из здания в зимнее время найти детей, которые укрылись в ближайших зданиях, и сделать перекличку.
7. В горящее здание учреждения не возвращаться. Это очень опасно!

8.4. Подтопления, наводнение (чрезвычайная ситуация при летнем оздоровлении учащихся в спортивно-оздоровительном лагере с круглосуточным пребыванием, расположенном в зоне водоемов).

Для учащихся.

1. Оденьтесь и подготовьте необходимые вещи, обувь, запас продуктов и аптечку. Завернуть в полиэтиленовый пакет документы, деньги, ценности.
2. Отключите газ, электричество, электроприборы.
3. Покиньте опасную зону пешком или на транспорте, захватить с собой документы, ценности, необходимые вещи и запас продуктов.
4. Если не смогли эвакуироваться, то при опасном повышении уровня воды поднимитесь на чердак или на крышу дома, подавать сигналы бедствия.
5. При подходе спасателей на плавсредстве переходите в него с соблюдением правил предосторожности и неукоснительно соблюдайте требования спасателей.
6. При массовой эвакуации из опасной зоны пройдите регистрацию на сборном эвакуационном пункте.
7. По возможности телефонной связи сообщите родителям о местонахождении.
8. По прибытии на место эвакуации пройдите повторную регистрацию, для того чтобы родители могли найти вас.

Для тренера, осуществляющего УТЗ.

1. При внезапном затоплении учреждения возьмите журнал и переведите детей в безопасное место: верхние этажи, крышу здания.
2. Посчитайте количество детей и доложите администрации.

3. Не допускайте массовой паники учащихся.
4. При эвакуации в безопасное место соблюдайте вместе с учащимися правила предосторожности при переходе на спасательное средство.
5. По прибытии в безопасную зону проведите регистрацию учащихся, окажите им помощь в обустройстве, помня о том, что тренер несёт ответственность за жизнь и здоровье детей в опасной и безопасной зоне, пока они находятся рядом с ним.

8.5. Массовые заболевания людей, животных и растений.

Строго соблюдать установленный режим(карантин, изоляция) с соблюдением всех установленных санитарно- гигиенических норм.

При первых симптомах заболевания немедленно обратиться за медицинской помощью.

Не посещать объекты с массовым скоплением людей.

В случае получения травмы от укуса животным немедленно обратиться за медицинской помощью.

8.6. Обрушение перекрытий и крыш зданий и сооружений.

Услышав взрыв или обнаружив, что здание теряет свою устойчивость, постарайтесь как можно быстрее покинуть его, взяв документы, деньги и предметы первой необходимости.

Покидая помещение, спускайтесь по лестнице, а не на лифте, так как он в любой момент может выйти из строя.

Пресекайте панику, давку в дверях при эвакуации, останавливайте тех, кто собирается прыгать с балконов и окон из этажей выше первого, а также через застекленные окна.

Оказавшись на улице, не стойте вблизи зданий, а перейдите на открытое пространство.

Если Вы находитесь в здании, и при этом отсутствует возможность покинуть его, то займите самое безопасное место: проемы капитальных внутренних стен, углы, образованные капитальными внутренними стенами, под балками каркаса. Если возможно, спрячьтесь под стол – он защитит Вас от падающих предметов и обломков.

Если с Вами дети, укройте их собой. Откройте дверь из квартиры, здания, чтобы обеспечить себе выход в случае необходимости.

Не поддавайтесь панике и сохраняйте спокойствие, ободрите присутствующих.

Держитесь подальше от окон, электроприборов, немедленно отключите воду, электричество и газ.

Если возник пожар, сразу же попытайтесь потушить его.

Используйте телефон только для вызова представителей органов правопорядка, пожарных, врачей, спасателей.

Не выходите на балкон.

Не пользуйтесь спичками, потому что может существовать опасность утечки газа.

Как действовать в завале.

Дышите глубоко, не поддавайтесь панике и не падайте духом, сосредоточьтесь на самом важном, попытайтесь выжить любой ценой, верьте, что помощь придет обязательно.

По возможности окажите себе первую медицинскую помощь. Попробуйте приспособиться к обстановке и осмотреться, поискать возможный выход.

Постарайтесь определить, где Вы находитесь, нет ли рядом других людей: прислушайтесь, подайте голос. Помните, что человек способен выдержать жажду и особенно голод в течение длительного времени, если не будет бесполезно расходовать энергию.

Поищите в карманах или поблизости предметы, которые могли бы помочь подать световые или звуковые сигналы (например, фонарик, зеркальце, а также металлические предметы, которыми можно постучать по трубе или стене и тем самым привлечь внимание).

Если единственным путем выхода является узкий лаз – протиснитесь через него. Для этого необходимо расслабить мышцы и двигаться, прижав локти к телу.

Действия при повреждении и отсутствии освещения.

1. Немедленно позвонить диспетчеру службы районных электросетей либо по телефону «101» или «112», немедленно сообщите администрации учреждения.

2. При обнаружении оборванного или поврежденного провода не подходите к нему ближе 10 метров, чтобы не попасть под шаговое напряжение.

3. постарайтесь оградить место обрыва электропровода, не допускайте близко детей, постарайтесь ограничить пребывание людей в опасном месте, а в темное время суток дежурный обязан дожидаться аварийной бригады ПЭС.

4. Ни в коем случае нельзя самостоятельно устранять неисправности электропередач.

При обнаружении пораженного электрическим током, освободите его от воздействия электричества, применяйте любой диэлектрический

предмет (например, сухую палку). Окажите первую медицинскую помощь и сообщите в скорую медицинскую службу по телефону «103».

8.7. Действия при повреждении водопровода, системы отопления, канализации.

1. В случае, если в здании учреждения образовался порыв водопровода и заливают помещение, срочно сообщите в диспетчерские службы (телефоны должны иметься на дежурном посту сторожа (вахтера));

2. Оповестите администрацию учреждения; попытайтесь использовать для сбора воды имеющиеся пустые емкости; попытайтесь обнаружить место и источники аварии, и, при отсутствии угрозы для жизни, изолировать их, выполнив временный ремонт: перекройте воды (если таковая возможность имеется), наложите биндаж, уплотните или зажмите щель и т.п.);

3. Примите меры, чтобы из помещений здания вышли учащиеся, персонал

4. Учащиеся покидают здание только с тренером, который обязан организовать их выход из помещения и передвижения к безопасному месту. Взять журнал учета учебной работы группы подготовки и провести переключку учащихся, установить присутствующих и отсутствующих.

5. Подготовить проходы в зону аварии для быстрого продвижения работников аварийных служб, укажите им точное место и источник происшествия.

6. Помните, что чем раньше вы сообщите об экстремальной ситуации в соответствующую аварийную службу, тем меньшими будут их последствия.

8.8. Действия при ЧС с выбросом аварийно химически опасных веществ (АХОВ).

Для учащихся

1. После получения сигнала тревоги с сообщениями о выбросе в атмосферу опасного химического вещества не покидать здание учреждения до приказа администрации.

2. Надеть индивидуальные средства защиты (респираторы, противогазы); при их отсутствии — ватно-марлевые повязки или другие подручные изделия из ткани, намочив их водой.

3. Закрывать окна, форточки.

4. Перед выходом из здания учреждения максимально защитите кожные покровы (лицо, руки и др. части тела).

5. Эвакуироваться быстро, но без паники.

6. Слушать указания тренера о дальнейших действиях.

7. При передвижении по зараженной территории необходимо соблюдать следующие правила:

- передвигаться быстро, но не бежать; стараться не поднимать пыли;
- обходить стороной туманно подобные образования;
- не касаться окружающих предметов, ни к чему не прислоняться;
- не наступать на капли жидкости или порошкообразные россыпи;
- при обнаружении следов химических веществ на коже, одежде, обуви удалить их подручными средствами (бинтом, носовым платком, тряпочкой) и промыть это место по возможности водой или другой чистой жидкостью;
- не снимать средств индивидуальной защиты до соответствующих распоряжений.

8. По прибытии в безопасную зону необходимо пройти регистрацию и санитарную обработку.

Для тренера, осуществляющего УТЗ.

1. При получении сигнала тревоги с сообщением о выбросе в атмосферу опасного химического вещества закрыть все окна и форточки в помещении, где проводится УТЗ.

2. Обеспечить учащихся индивидуальными средствами защиты или использовать подручные средства из ткани, которые необходимо смочить водой. Слушать дальнейшие указания.

3. Организовать детей для выхода из помещения и передвижения к месту эвакуации. Взять журнал учета учебной работы группы подготовки.

4. Провести инструктаж: передвигаться по зараженной местности перпендикулярно направлению ветра.

5. Эвакуироваться вместе с детьми в безопасную зону.

6. По прибытии в район размещения провести регистрацию детей.

7. Организовать санитарную обработку и размещение детей.

Для родителей

1. Помните о том, что эвакуация детей в безопасную зону лучше проходит коллективно.

2. Если вы не работаете или находитесь в это время дома, подготовьте всё необходимое и эвакуируйтесь вместе с детьми по месту проживания или с коллективом Полоцкой ДЮСШ.

3. При наличии личного транспорта можете с разрешения администрации забрать детей и передвигаться к месту дислокации самостоятельно.

4. Перед эвакуацией отключите все электроприборы, сделайте запас воды и продуктов. Возьмите документы, ценные вещи, запасные и тёплые вещи.

5. Изготовьте подручные средства индивидуальной защиты из плотной ткани для себя и ваших детей.

8.9. Действия при аварии с выбросом радиоактивных веществ.

Для учащихся.

1. При получении сигнала тревоги с сообщением о выбросе радиоактивных веществ необходимо защитить органы дыхания средствами индивидуальной защиты: надеть противогазы, респираторы, ватно-марлевые повязки или применить средства — платки, шарфы, другие тканые изделия.

2. Занять место вдали от окон.

3. Закрывать все форточки.

4. Подготовиться к организованной эвакуации. Не паниковать, слушать указания тренера.

5. После выхода из учреждения на заражённую территорию необходимо соблюдать следующие правила:

- не снимать на открытой местности средства индивидуальной защиты;

- избегать поднимания пыли при передвижении;

- без надобности не садиться и не прикасаться к посторонним предметам;

- не пить, не принимать пищу, не курить;

- периодически обтирать открытые участки тела тряпочкой или носовым платком.

6. Прибыв в район размещения, эвакуированным необходимо зарегистрироваться.

7. Пройти полную санитарную обработку.

8. Промыть глаза чистой водой, прополоскать рот и горло.

Для тренера, осуществляющего УТЗ.

1. При получении сигнала тревоги с сообщением о радиационном загрязнении организовать защиту дыхательных путей себе и учащимся. Выдать ватно-марлевые повязки, маски, респираторы и, если имеются, противогазы.

2. Закрывать форточки в помещениях. Отсадить детей от окон.

3. Подготовиться к организованной эвакуации. Взять журнал учета учебной работы группы подготовки.

4. Провести инструктаж по безопасному передвижению по заражённой местности.

5. Прибыв на предписанный сборно-эвакуационный пункт, необходимо зарегистрироваться.

6. Эвакуироваться вместе с детьми в безопасную зону.
7. По прибытии в район размещения провести регистрацию детей.
8. Организовать санитарную обработку и размещение.

Для родителей

1. Помните о том, что эвакуация в безопасную зону лучше проводится коллективно.
2. Если вы не работаете или находитесь в это время дома, подготовьте всё необходимое и эвакуируйтесь вместе с детьми по месту проживания или с коллективом Полоцкой ДЮСШ.
3. При наличии личного транспорта можете с разрешения администрации забрать детей и передвигаться к месту дислокации самостоятельно.
4. Перед эвакуацией отключите все электроприборы, сделайте запас воды и продуктов. Возьмите документы, ценные вещи, запасные и тёплые вещи. Собранные вещи упаковать в полиэтиленовые мешки и пакеты и уложить в помещении, наиболее защищенном от загрязнения (удаленном от окон и дверей).
5. Изготовьте подручные средства индивидуальной защиты из плотной ткани для себя и ваших детей.
6. Если защитное сооружение расположено далеко и средств защиты органов дыхания не имеется, нужно остаться дома. Необходимо следить за распоряжениями органов ГО и ЧС, поступающими посредством радио и телевидения. Следует закрыть окна, двери, вентиляционные люки, отдушины, заклеить щели, т.е. провести герметизацию квартиры.
7. Необходимо провести экстренную йодную профилактику, которая заключается в приеме препаратов стабильного йода, йодистого калия или водно-спиртового раствора йода. Если в наличии имеются противорадиационные препараты (цистеин, цистомин, цистофос и др.), то следует прибегнуть к их приему. Принимать их надо до начала радиоактивного заражения. Эффективность защитного действия препарата, принятого после облучения, гораздо ниже.
8. В случае передвижения по открытой местности следует использовать подручные средства защиты:
 - органов дыхания - прикрыть рот и нос смоченной водой марлевой повязкой (носовым платком, полотенцем, частью одежды);
 - кожи и волосяного покрова - прикрыть любыми предметами одежды, головными уборами, косынками, накидками и т.д. Рекомендуются надеть резиновые сапоги.

9. Мероприятия по эвакуации из помещений Полоцкой ДЮСШ при ЧС.

1. Эвакуация производится по сигналу, подаваемому звонковой сигнализацией: короткие прерывистые звонки - пауза 10 сек. - короткие прерывистые звонки - пауза 10 сек. (будет повторяться 4-5 раз). Дублирующий сигнал голосом: «Внимание всем! Покинуть здание школы!»

2. Эвакуируются все учащиеся и персонал.

3. Тренеры в начале занятий, после проверки по журналу учёта учебной работы присутствующих и отсутствующих, доводит до сведения учащихся номер запасного выхода, через который производится эвакуация из данного помещения.

4. Тренер руководит эвакуацией: осуществляет организованный проход учащихся в колонне по 2 через соответствующий выход.

5. Эвакуация должна происходить организованно: без разговоров, без шума, суеты и без шалостей, строго и серьезно. Команды подает и делает замечания только руководитель занятия (тренер).

6. При эвакуации учащиеся следуют к месту построения (например, спортивная площадка напротив здания учреждения), строятся по группам в колонну по 3, в заранее определенной последовательности.

7. После проверки по журналу наличия учащихся тренер докладывает ответственному лицу по ГО учреждения о списочном составе группы, количестве в строю, об отсутствующих и причинах отсутствия.

8. Ответственное лицо по ГО докладывает директору учреждения - начальнику ГО объекта о результатах эвакуации.

9. У каждого из выходов контроль организованности эвакуации осуществляют заместители директора учреждения - должностные лица ГО и ЧС.

10. Заместителю директора учреждения по АХР - заместителю начальника ГО объекта по тылу - обеспечить готовность запасных выходов из здания учреждения.

10. Обязанности охраны в Полоцкой ДЮСШ.

Принимая смену очередной сторож (вахтёр) обязан:

- уточнить обстановку на охраняемом объекте у сменяемого сотрудника охраны, наличие и характер замечаний в адрес лица сменяемого предыдущей смены;

- проверить наличие и исправность принимаемого имущества и документации, работоспособность средств связи, оповещения и охранной сигнализации;

- произвести осмотр объекта снаружи и изнутри.

О результатах приема-сдачи смены сделать запись в «Журнале приема - сдачи дежурства» с указанием недостатков и изменений в состоянии охраняемого объекта.

В ходе несения службы сторож (вахтёр) обязан обеспечить:

- контроль за соблюдением внутри объектового порядка, мер безопасности и пропускного режима внутри здания;

- сохранность и целостность имущества и помещений, сданных под охрану.

Контроль осуществляется путем визуального наблюдения и прослушивания с места несения службы и в процессе обхода объекта.

Порядок и периодичность обхода объекта согласовывается с администрацией объекта.

- выход за пределы объекта в ночное время и в период ограниченной видимости запрещен. Результаты обхода записываются в Журнал. В случае обнаружения нарушений или неисправностей немедленно докладывать в Дежурную Часть.

- в своей работе руководствоваться требованиями действующего законодательства, положениями настоящей инструкцией, в части касающейся охраны и безопасности объекта, распоряжениями прямых начальников охранного предприятия.

- знать расположение и оборудование объекта, территорию и границы поста, маршруты контроля состояния объекта, маршруты эвакуации персонала и учащихся, порядок взаимодействия с милицией, номера телефонов дежурных служб РОВД, МЧС, должностных лиц ОСиТ.

- быть вежливым и тактичным в общении с персоналом Департамента охраны МВД Республики Беларусь, детьми и посетителями, иметь постоянно при себе удостоверение охранника, быть по форме одетыми (если таковая имеется), иметь опрятный вид. Свои требования и замечания излагать в понятной, тактичной и корректной форме, учитывая особенности детского контингента.

- не допускать проникновения (проход, проезд) на объект посторонних лиц и автотранспорта.

- в зависимости от складывающейся обстановки своевременно и решительно принимать меры по предупреждению и пресечению правонарушений, оперативно извещая милицию, дежурную службу,

используя помощь персонала учреждения, не подвергая опасности жизни и здоровье детей и сотрудников.

-знать и уметь пользоваться техническими и охранно-пожарными средствами, вспомогательным инвентарем, средствами связи, находящимся на объекте, в случаях возникших чрезвычайных ситуаций.

- при необходимости кратковременно отлучиться с места несения службы на посту, предварительно согласовать вопрос о замещении себя с ответственным администратором (дежурным) по учреждению.

Действия сторожа (вахтёра) при возникновении нештатных ситуаций.

а) При обнаружении взрывоопасных предметов (взрывных устройств) сторожу (вахтёру) необходимо:

1. если этот предмет представляет бесхозную вещь, необходимо срочно установить, чья она и кто мог её оставить, если хозяин вещи не установлен, приступить к принятию конкретных мер;

2. ни в коем случае не нарушать целостность обнаруженных предметов (не вскрывать, не перемещать их);

3. зафиксировать время обнаружения находки, другие обстоятельства произошедшего;

4. следует быстро определить зону опасности и обеспечить ее изоляцию (ограждение), не допускать в нее людей и транспорт;

5. доложить о происшествии немедленно руководству учреждения, службу "102" дежурной части РОВД убедиться в том, что доклад сделан в эти службы руководством учреждения.

При этом сообщить: время, место, обстоятельства обнаружения взрывоопасного предмета, его внешние признаки, наличие и количество людей на месте обнаружения (на объекте), опасную близость для государственных, жилых, промышленных зданий, возможные последствия в случае взрыва, принимаемые меры;

6. при необходимости, следует срочно принять меры к эвакуации людей по безопасному маршруту (в безопасное место);

7. поддерживать постоянную связь с дежурной частью РОВД, руководством объекта и докладывать о принимаемых мерах и складывающейся на месте происшествия обстановке;

8. по прибытии на место происшествия сил РОВД, МЧС проинформировать их о сложившейся ситуации и действовать в соответствии с указаниями

ответственного оперативного руководителя, не ослабляя внимания за сохранностью имущества и ситуацией на территории поста;

9. при получении сообщения от граждан об обнаружении ими взрывоопасных предметов, помимо перечисленных действий, необходимо дополнительно выяснить сведения о сообщивших, обстоятельства, при которых обнаружен взрывоопасный предмет, по возможности установить ещё свидетелей и очевидцев;

10. следует четко помнить: не предпринимать самостоятельно никаких действий с подозрительными находками, которые могут оказаться взрывными устройствами - это может привести к их взрыву, вашей гибели, многочисленным жертвам и разрушениям!

11. сотрудники охраны должны продолжать обеспечивать охрану объекта с границы безопасной зоны наблюдением за прилегающей территорией, не допуская проникновения на объект посторонних лиц не имеющих отношения к устранению угрозы.

б) При угрозе нападения (нападении):

1. путем наблюдения установить реальность преступных намерений со стороны подозреваемых лиц, степень опасности их действий, возможные последствия;

2. зафиксировать внешние приметы нападающих, их вооружение, одежду, отличительные черты лица, средства передвижения и др. особенности;

3. о случившемся немедленно сообщить в МВД об угрозе нападения (нападении) передачей экстренного вызова милиции, доложить оперативному дежурному, в дежурную часть местного МВД и руководству объекта;

4. в зависимости от вооруженности нападающих, организовать отражение нападения (защиту от нападения), действуя в рамках требований Закона и условий обстановки на объекте;

5. принять меры к задержанию нападающих (правонарушителей), но, не провоцируя их на применение оружия, что может повлечь за собой человеческие жертвы;

6. при задержании нарушителей, их следует немедленно передать правоохранительным органам, при этом можно использовать помощь сотрудников учреждения и общественности, но - не рискуя их жизнью;

7. принять меры по охране места происшествия для сохранения следов и вещественных доказательств;

8. при появлении на объекте охраны неизвестных лиц в период производственной деятельности (рабочего времени) сторож (вахтёр) обязан проверить у них документы, удостоверяющие личность и документы, дающие право находиться на охраняемом объекте. В случае отсутствия документов, сомнения в их подлинности или неподчинении этих лиц требованиям охранника, нарушители задерживаются и передаются сотрудникам органа внутренних дел.

В дальнейшем, после доклада руководству охраняемого объекта, сторож (вахтёр) продолжает выполнять свои обязанности или действует по их указанию для принятия мер по сохранности материальных ценностей, обеспечении безопасности на объекте.

в) при захвате людей на объекте (всего объекта) в заложники:

Помните, что захват в заложники всегда организуется скрытно и происходит неожиданно. Но вместе с тем постоянная бдительность на посту, анализ проявления подозрительных действий или появления подозрительных лиц, помогут снизить вероятность и внезапность захвата или предупредить его своевременными контр действиями.

Если вам стало известно о готовящемся захвате или совершении другого преступления, если вы располагаете фактами, немедленно сообщите об этом в органы МВД.

Если захват произошел:

1) не допускать действий, которые могут спровоцировать нападавших к применению оружия, подрыву устройства, применению отравляющих веществ и привести к человеческим жертвам;

2) постарайтесь немедленно сообщить дежурному МВД (служба 102 и включение кнопки экстренного вызова милиции) в другие дежурные службы о нападении и захвате заложников;

3) без раздражений и замечаний переносите оскорбления и унижения, не смотрите в глаза преступникам, не ведите себя вызывающе и в тоже время - следите за всем происходящим вокруг вас;

4) при необходимости выполняйте требования преступников (не причиняя вреда жизни и здоровью мирных граждан), не противоречьте им, не рискуйте жизнью окружающих и собственной, не допускайте паники и истерик;

5) на совершение необходимых действий для оказания помощи себе, другим, сходить в туалет и т. п., спрашивайте разрешения;

6) помните- ваша цель стараться помочь попавшим в заложники людям любыми способами сохранить жизнь, подготовить возможность для их освобождения;

7) будьте внимательны, запомните приметы преступников, их имена, клички, татуировки, шрамы, другие особенности и манеры поведения, тематику разговоров и др. особенности;

8) продумайте свои действия на период проведения операции спецслужбами по вашему освобождению, но лучше выполнять требования приемлемые для всех заложников, **а именно:**

9) лечь на пол лицом вниз, не делать движений, перемещений, голову закрыть руками, посоветовать это сделать другим;

10) если есть возможность, держитесь подальше от дверей и окон, т. к. они в первую очередь могут быть использованы как спецслужбами для проникновения в помещения, так и преступниками для отражения этих действий;

11) ни в коем случае не бегите навстречу сотрудникам спецслужб или не убегайте от них, т. к. они могут принять вас за преступника;

г) *В случае пожара или аварийной ситуации на объекте:*

1) оценить обстановку и немедленно оповестить руководство охраняемого объекта и соответствующие службы, доложить оперативному дежурному (101) оповестить нештатную пожарную группу объекта о возгорании и ответственных за открытие запасных входов о подготовке их к эвакуации людей;

2) принять меры к локализации пожара или аварии, используя при этом имеющиеся на объекте соответствующие противопожарные средства и оборудование;

3) не подвергать опасности здоровье и жизнь людей;

4) оказать помощь по эвакуации людей, находящихся на объекте, спасения имущества, согласно плану эвакуации. Не допустить загорания проходов и путей эвакуации людей, особое внимание уделить эвакуации и размещению в безопасном месте детей (согласно плану эвакуации);

5) организовать встречу и допуск пожарных и аварийных расчетов, стараться контролировать их действия при проведении работ, эвакуации (выносу) материальных средств;

6) о ликвидации пожара или аварийных ситуаций доложить оперативному дежурному.

11. Инструкция о пропускном и внутри объектовом режиме Полоцкой ДЮСШ.

1. Пропускать в здание Полоцкой ДЮСШ сотрудников только по документу, удостоверяющему личность.
2. Пропускать в здание родителей учащихся по спискам, предоставленным администрацией и документу, удостоверяющему личность.
3. При пропуске на территорию учреждения автотранспортных средств, проверять соответствующие документы и характер ввозимых грузов.
4. Особое внимание уделять проверке документов и цели прибытия лиц из других организаций, посещающих учреждение по служебным делам, делать соответствующие записи к книге регистрации посетителей.
5. Ограничить пропуск в здание родственников и знакомых учащихся, пропускать только по разрешению директора, делать соответствующие записи к книге регистрации посетителей.
6. Держать входные двери здания учреждения для входов и выхода во время массового прибытия сотрудников и детей на работу и занятия и убытия их после окончания работы и занятий открытыми.
7. В остальное время суток входные двери должны находиться в запертом состоянии и открываться сторожем (вахтёром) по звонку прибывшего.
8. После окончания рабочего дня регулярно обходить и проверять внутренние помещения учреждения и каждые два часа обходить территорию учреждения.
9. Обращать внимание на посторонние и подозрительные предметы.
10. Обо всех обнаруженных нарушениях немедленно докладывать руководителю учреждения.

Составил

Н.И. Козлов