

ПАМЯТКА

по укрытию населения в заглубленных и других помещениях подземного пространства

1. ЧТО ТАКОЕ УКРЫТИЕ?

Укрытие — это подземное или заглублённое помещение, которое защищает людей от взрывов, осколков, обрушения конструкций. Это первый и доступный уровень защиты для населения в опасных ситуациях.

Какие помещения подходят для укрытия?

- ▶ Подвалы и цокольные этажи жилых домов, в том числе в частном секторе
- ▶ Подземные гаражи, склады, помещения торговых и развлекательных центров
- ▶ Простейшие укрытия: щели, приспособленные погреба, подполья

 Подвалы и укрытия приводятся в готовность в течение 12 часов с момента получения сигнала.

2. ТРЕБОВАНИЯ К УКРЫТИЮ

Требование	Норматив
Высота помещения	не менее 1,7 м
Площадь на человека	не менее 0,6 кв. м
Объём на человека	не менее 1,2 куб. м
Количество выходов	не менее 2
Радиус сбора людей	не более 500 м
Запас воды	не менее 1 л/чел.
Срок защиты	до 1 суток

Что должно быть в укрытии?

- ▶ Вентиляция (режим чистой вентиляции)
- ▶ Водоснабжение и канализация (или биотуалеты)
- ▶ Бак для мусора с герметичной крышкой (≥ 2 л на человека)
- ▶ Аптечка первой помощи
- ▶ Инструмент для разбора завалов: ломы, лопаты, топоры, вёдра, тачки (не менее 2 шт. каждого)
- ▶ Правила поведения и запрещающие знаки — на видном месте

3. КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ СИГНАЛЕ "ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА"

Если вы на улице:

- ▶ Прослушайте сообщение через громкоговоритель или телефон
- ▶ Следуйте указаниям сотрудников МЧС и полиции
- ▶ Сохраняйте спокойствие — без суеты пройдите к ближайшему укрытию

Если вы дома — действуйте по шагам:

Шаг	Действие
1. Перекройте газ	Поверните вентиль в положение «Закрыто» (на кухне у счётчика)
2. Отключите электричество	Переведите автоматы в нижнее положение (щит у двери или на площадке)
3. Перекройте воду	Закройте краны холодной и горячей воды (туалет, ванная, прихожая)
4. Упакуйте продукты	Уберите еду в пакеты и закройте в шкафы, тумбы на полу
5. Оденьте детей	Подготовьте всех членов семьи к выходу
6. Оставьте записку	На двери: дата, список людей, адрес укрытия, телефоны
7. Возьмите тревожный набор	И выходите спокойно, без толкотни

4. ТРЕВОЖНЫЙ НАБОР — ЧТО ВЗЯТЬ С СОБОЙ

Тревожный набор должен обеспечить пребывание в укрытии на 1–2 суток. Храните его в рюкзаке или сумке, проверяйте и обновляйте раз в год.

Документы

- ▶ Паспорт, военный билет, трудовая книжка, пенсионное удостоверение
- ▶ Свидетельства о браке и рождении детей, документы об образовании
- ▶ Правоустанавливающие документы на имущество, СНИЛС, ИНН
- ▶ Банковские карты, наличные деньги, ценные вещи

Аптечка

- ▶ Бинты, лейкопластырь, йод
- ▶ Личные лекарства (для тех, кто принимает постоянно)

Еда и вода

- ▶ Не менее 4,5 литров воды на человека в сутки (детям и беременным — больше)
- ▶ Консервы мясные/рыбные с ключом, галеты, сухари, шоколад, сахар, чай, соль
- ▶ Детям: специальное питание по возрасту, сгущённое/сухое молоко, соки
- ▶ Вода хранится в пластике или эмалированной таре (не в стекле!)

Личные вещи и снаряжение

- ▶ Средства защиты: самоспасатель, респиратор или противогаз
- ▶ Фонарик (лучше светодиодный) и запасные батарейки
- ▶ Радиоприёмник на батарейках
- ▶ Свисток, сухое топливо, блокнот, ручка
- ▶ Посуда: тарелка, кружка, ложка (можно одноразовые)
- ▶ Стул, табуретка или скамейка с сиденьем не более 0,3 кв. м
- ▶ Сменная одежда, одеяло
- ▶ Влажные дезинфицирующие салфетки, туалетная бумага, пакеты для мусора
- ▶ Книги для взрослых, игры для детей

Нормы по весу набора:

Кто несёт	Максимальный вес
Мужчины	до 30 кг
Женщины	до 10 кг
Юноши/девушки 14 лет	12 кг / 4 кг
Юноши/девушки 15 лет	15 кг / 5 кг
Юноши/девушки 16 лет	20 кг / 7 кг
Юноши/девушки 17 лет	24 кг / 8 кг

Х ЧТО НЕЛЬЗЯ БРАТЬ С СОБОЙ

- ▶ Алкоголь и спиртосодержащие напитки
- ▶ Табачные изделия
- ▶ Взрывоопасные и легковоспламеняющиеся вещества
- ▶ Сильнопахнущие вещества
- ▶ Домашних животных и комнатные растения
- ▶ Громоздкие вещи

5. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В УКРЫТИИ

Обязательно:

- ▶ Спокойно занять своё место, выполнять указания дежурных
- ▶ Поддерживать чистоту — два раза в сутки делается влажная уборка (пол периодически смачивается)
- ▶ Иметь при себе средства индивидуальной защиты в готовности
- ▶ Помогать пожилым, больным и детям
- ▶ Пресекать панику и нарушения порядка
- ▶ При отключении света — спокойно оставаться на местах, использовать фонари или ожидать команды
- ▶ Еду и посуду берите с собой — питание организуете самостоятельно

Разрешённые занятия:

- ▶ Тихие беседы, чтение вслух, настольные игры
- ▶ Прослушивание радио через наушники

Х ЗАПРЕЩЕНО В УКРЫТИИ

- ▶ Курить и употреблять алкоголь
- ▶ Использовать открытый огонь (свечи ставить только у вытяжных отверстий по разрешению)
- ▶ Без причины ходить по помещению, шуметь, громко разговаривать
- ▶ Слушать радио без наушников
- ▶ Открывать/закрывать входные двери без разрешения дежурного
- ▶ Самостоятельно включать освещение, рубильники и оборудование
- ▶ Трогать запорную арматуру водо-, тепло- и электроснабжения
- ▶ Самовольно выходить из укрытия

⚠ При частичном разрушении укрытия (завал, трещина в стене) — сохраняйте спокойствие, ждите указаний старшего по укрытию. По его команде помогайте разбирать завалы.

6. ВЫХОД ИЗ УКРЫТИЯ

После сигнала «Отбой воздушной тревоги» — не торопитесь выходить. Дождитесь разрешения старшего по укрытию: он убедится, что снаружи безопасно.

Х Выход запрещён, если вблизи есть:

- ▶ Неразорвавшиеся боеприпасы

- ▶ Пожары
- ▶ Частичные или полные разрушения здания

Порядок выхода:

- ▶ Первыми выходят несколько человек для помощи остальным
- ▶ Затем — пострадавшие, пожилые и дети
- ▶ После — все остальные по указанию старшего

7. КАК НАЙТИ УКРЫТИЕ

- ▶ На стендах в подъездах и в управляющих компаниях (УК / ТСЖ)
- ▶ На сайте вашей управляющей компании или ТСЖ
- ▶ В учебно-консультационных пунктах муниципального образования
- ▶ По месту работы

Обозначение укрытия на улице:

У входа размещается прямоугольная табличка (не менее 50×60 см) с номером укрытия, названием УК/ТСЖ, адресом и контактами ответственных лиц. Указатели маршрута к укрытию устанавливаются в каждом месте поворота — белые таблички 50×15 см с чёрной надписью «УКРЫТИЕ» и расстоянием в метрах. В ночное время указатели подсвечиваются.

 На каждое укрытие должно быть не менее двух комплектов ключей: один у старшего по укрытию, второй — в управляющей компании или ТСЖ.