**Что укрываемый должен взять с собой при укрытии в заглубленных и других помещениях подземного пространства**

При подготовке к укрытию в заглубленных и других помещениях подземного пространства укрываемый должен взять с собой «Тревожный набор», который должен обеспечить безопасное пребывание в заглубленном или другом помещении подземного пространства в течение одних или двух суток.

«Тревожный набор» должен храниться в рюкзаках или сумках, которые могут быть распределены для переноски между членами семьи. Раз в год «тревожный набор» проверяется и обновляется.

В «тревожном наборе» должны быть средства индивидуальной защиты, основные документы, продукты питания, вода, аптечка, сменная одежда, одеяло, телефон и некоторые другие необходимые принадлежности.

Вес «тревожного набора» и других необходимых принадлежностей должен составлять не более:

* для мужчин – 30 кг;
* для женщин -10 кг;
* для юношей и девушек в возрасте:

\*    10 – 12 лет 4 кг;

\*    13 – 15 лет 5 кг;

\*    16 – 20 лет 7 кг;

\*    17 – 24 лет 8 кг соответственно.

*Средства индивидуальной защиты.*

Каждому укрываемому настоятельно рекомендуется иметь с собой самоспасатель, но могут быть и другие индивидуальные средства защиты, такие как противогаз, респиратор.

*Аптечка.*

Состав аптечки: бинты, лейкопластырь, йод, - а также медицинские препараты (средства), которые члены вашей семьи вынуждены принимать постоянно.

*Основные документы.*

Паспорт, военный билет, трудовая книжка, пенсионное удостоверение, свидетельство   о   браке, свидетельство    о     рождении    детей, документы об образовании, свидетельство о государственной регистрации права собственности, страховое свидетельство Государственного пенсионного фонда, свидетельство о постановке на учет физического лица в налоговом органе, банковские пластиковые карты, денежные знаки и особо ценные вещи.

*Продукты питания и запасы воды.*                                                                                Продукты питания и запасы воды необходимо взять на срок до одних суток, на период действия обычных средств поражения.

Из продуктов питания нужно брать такие, которые могут долго храниться без холодильника. Предпочтительнее продукты без острых запахов и в защитной упаковке (в пергаментной бумаге, целлофане, различного вида консервы).

*Рекомендуется следующий набор:*

* для взрослого человека - сухари, печенье, галеты в бумажной или целлофановой    упаковке, мясные     или      рыбные     консервы с консервным ножом и готовые к употреблению, высококалорийные продукты (шоколад, печенье), чай, конфеты, сахар-рафинад, соль
 и т.д.;
* для детей, учитывая их возраст и состояние здоровья, - специальное детское питание (по возрасту), сгущенное молоко, сухое молоко, фруктовые напитки и т.д.

Необходимо взять с собой не менее 4,5 литров воды на сутки на каждого человека. Маленьким детям и беременным женщинам требуется больше воды.

В жару потребность воды увеличивается вдвое. Вода должна храниться   в пластиковой или эмалированной таре. Ни в коем случае не используйте стеклотару, которая может разбиться. Если Вы храните бутилированную воду, то меняйте ее запас каждые полгода.

*Посуда.*

 Посуда: тарелка (миска), чашка (кружка) ложка - многоразовые, но можно    и одноразовые.

*Другие необходимые принадлежности.*

Желательно взять с собой фонарик (лучше светодиодный), радиоприемник на батарейках, запасные батарейки, свисток, сухое топливо, блокнот, ручку.

Возьмите несколько книг для себя и игры для детей.

Для комфортного нахождения в заглубленных и других помещениях подземного пространства необходимо взять с собой устройство для сидения (стул, табуретку или скамейку), которое имеет площадь сидения не более 0,3 м2 (например, 50´60 см). Не забудьте взять с собой санитарно-гигиенические принадлежности, такие как влажные дезинфицирующие салфетки, а также пакеты для мусора и туалетную бумагу.

*Что НЕЛЬЗЯ брать с собой при укрытии в заглубленных и других помещениях подземного пространства*

*Нельзя брать с собой:*

* спиртные и спиртосодержащие напитки;
* табачные изделия;
* взрывоопасные и легковоспламеняющиеся вещества;
* сильнопахнущие вещества;
* домашних животных, комнатные растения;
* громоздкие вещи.

**Правила пребывания (поведения) укрываемых в заглубленных и других помещений подземного пространства**

*Порядок заполнения заглубленных и других помещений подземного пространства*

Войдя в помещение, следует быстро и без суеты занять свободное место или место, указанное дежурными, находящимися в данных помещениях.

При заполнении заглубленных и других помещений подземного пространства закрытие наружных дверей производится по команде старшего по укрытию.

*Укрываемые в заглубленных и других помещениях подземного пространства обязаны строго соблюдать основные правила поведения:*

* спокойно сидеть на своих местах,
* выполнять распоряжения дежурных;
* поддерживать чистоту и порядок в помещениях;
* содержать в готовности средства индивидуальной защиты;
* оказывать помощь больным, инвалидам, детям;
* соблюдать    спокойствие,   пресекать    случаи    паники   и    нарушений общественного порядка,
* оставаться на местах в случае отключения освещения;
* соблюдать установленный порядок приёма пищи (2-3 раза в сутки при выключенной вентиляции);
* соблюдать правила техники безопасности.
* В помещениях для укрываемых ежедневно производится 2-х разовая уборка помещений силами укрываемых по распоряжению дежурных. Пол в помещениях необходимо периодически смачивать водой.
При частичных разрушениях заглубленного и другого помещения подземного пространства (завал выходов, разрушение стены и т. п.) необходимо сохранять спокойствие, ожидая указаний старшего по укрытию. В случае необходимости, укрывающиеся должны оказывать им посильную помощь в выполнении работ по разборке заваленных выходов, вскрытию лазов и пр.
Если в помещении будет внезапно выключено освещение, нужно спокойно оставаться на местах и ждать, когда будет включен свет или по распоряжению старшего по укрытию будут зажжены фонари и свечи. При пользовании источниками света с открытым пламенем (керосиновыми лампами, свечами) их следует ставить ближе к вытяжным отверстиям;
В помещениях рекомендуется: проводить беседы, чтение вслух, слушать радиопередачи, играть в тихие игры.

*Укрываемым   в    заглубленных   и    других    помещениях    подземного пространства запрещено:*

* курить и употреблять спиртные напитки;
* - применять источники освещения с открытым пламенем, пользоваться открытым огнем;
	+ ходить без надобности по помещению;
* шуметь, громко разговаривать
* слушать без наушников радиоприёмники,
* магнитофоны и другие радиосредства;
* открывать и закрывать входные двери без разрешения дежурного;                                                                                                       А также:
* самостоятельно включать и выключать освещение;
* брать и пользоваться инструментом, инженерными агрегатами без указания дежурных;
* входить в технические помещения, включать (выключать) рубильники и др. оборудование, прикасаться к электрооборудованию, к запорной арматуре систем водоснабжения, канализации, теплоснабжения, к дверным затворам и другому оборудованию);
* самостоятельно выходить из помещений

*Порядок выхода из заглубленных и других помещений подземного пространства*

После получения сигнала «Внимание всем!» с информацией об отбое воздушной тревоги нельзя выходить из заглубленных и других помещений подземного пространства без разрешения старшего по укрытию до того, как будет установлена безопасность выхода и возможность спокойного возвращения укрывающихся по домам.

Выход из указанного помещения не разрешается, если получена информация о наличии вблизи укрытия:

* неразорвавшихся боеприпасов;
* пожаров;
* разрушения здания, в котором расположено заглубленное и другое помещение подземного пространства.

Эвакуация укрываемых из заглубленного и другого помещения подземного пространства производится в такой последовательности: сначала на поверхность выходят несколько человек, чтобы оказать помощь тем, которые не могут выйти самостоятельно, затем эвакуируются пострадавшие, престарелые и дети, а после них - все остальные.

Вывод из заглубленного и другого помещения подземного пространства производится по указанию старшего по укрытию после соответствующего сигнала или в случае аварийного состояния сооружения, угрожающего жизни людей.