

Памятка как выжить в зоне АТО



+38 (050) 943 42 28
+38 (068) 545 17 96
+38 (063) 785 11 36

donbasssos.org



Державна служба
України з надзвичайних
ситуацій

101



КАК ВЕСТИ СЕБЯ ВО ВРЕМЯ БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ?

ПОКИДАЙТЕ ЗОНУ АТО ДО НАЧАЛА БОЕВЫХ ДЕЙСТВИЙ

Избегайте стратегических объектов, они в любой момент могут оказаться под огнем! Гарнизоны, офисы местных СМИ, аэропорты, административные и производственные здания, блокпосты, главные транспортные узлы города — все это потенциальные места боевых действий.

ВО ВРЕМЯ ОБСТРЕЛОВ ПОКИНЬТЕ ПАНЕЛЬНЫЕ ДОМА

Если ваш дом находится в зоне оползневой угрозы, старый, панельный, в нем обветшалые перекрытия и балконы — найдите возможность покинуть его и отсидеться в другом месте.

В зону обстрела, как правило, попадают дома, находящиеся на окраинах города и кварталы, построенные рядом со стратегическими объектами и попадание в такой дом снаряда может привести к тому, что он сложится, как карточный домик. Обстрелы зачастую ведутся не точно, а из залповых орудий. Радиус поражения в таком случае может составлять несколько десятков километров. От ударной волны вылетают окна, поэтому самые распространенные ранения — осколочные.

НЕ ЗАБУДЬТЕ ПЕРЕКРЫТЬ ГАЗ И ВОДУ, ОТКЛЮЧИТЬ ЭЛЕКТРИЧЕСТВО, ВЗЯТЬ С СОБОЙ САМОЕ НЕОБХОДИМОЕ

Если граница боевых действий неумолимо приближается к вашему городу – старайтесь перебраться в более безопасное место, город, область. Прежде чем покидать свой дом (офис), следует перекрыть газ и воду, отключить электричество, а вентиляционные отверстия, окна и двери – плотно закрыть.

Паспорт, водительские права, свидетельства о рождении, акты приватизации на землю, водительские права, документы на автомобиль, загранпаспорт, идентификационный код, документы на получение соцвыплат отсканируйте и сбросьте на флешку, сделайте копии. Выпишите мобильные и стационарные телефоны родственников и друзей в отдельный блокнот и держите его при себе. Не забудьте взять дополнительные стартовые пакеты мобильных операторов, радио на батарейках, фонарик, аптечку, деньги, ценности и необходимый запас еды.



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ АРТОБСТРЕЛАХ И АВИАНАЛЕТАХ НА ДОРОГАХ

ПОДГОТОВЬТЕ СВОЕ УКРЫТИЕ И ЖИЛЬЕ

Если вы не успели выехать и Ваш город (район, квартал) уже находится в зоне активных действий, помните, что Вы обязаны соблюдать правила безопасности ради жизни и здоровья как самого себя, так и Ваших близких.

Укрепите оконные стекла Вашего дома липкой лентой, скотчем и картоном, заложите рамы подушками, т.к. больше всего ранений у пострадавших от разлетевшихся осколков. На большом плакате яркой краской укажите место Вашего укрытия и поместите на видном месте, также впишите туда Ваши номера телефонов. Максимально запасайтесь водой и нескорпортяющимися продуктами. Укрепляйте место своего пребывания мешками с песком. Ни в коем случае не покидайте свое укрытие во время дневных обстрелов, даже если вам кажется, что все утихло!

ИЩИТЕ БЕЗОПАСНОЕ УКРЫТИЕ. ИЗБЕГАЙТЕ ПАНЕЛЬНЫХ СООРУЖЕНИЙ И ВОДОЕМОВ

Во время воздушной атаки строго запрещено собираться в подъездах, под арками и на лестничных клетках, укрываться в подвалах панельных зданий, у подвижной техники, под стенами офисов и магазинов, около современных зданий. Такие объекты непрочные, вы можете оказаться под завалом. Наиболее опасное место для укрытия – водоемы и фонтаны, так как взрыв в воде очень опасен. Даже на большом расстоянии последствием гидроудара может

быть тяжелойшей контузия. Нельзя снимать обстрел на телефон или пытаться определить угол попадания снаряда.

ПОЧУВСТВОВАЛИ ОПАСНОСТЬ – ДЕЙСТВУЙТЕ

Если вы услышали характерный свист или в ночное время увидели действие световой гранаты, необходимо немедленно укрыться в безопасном месте. В идеале это бомбоубежища, но за неимением их могут сойти нижние этажи помещения с толстыми стенами (дома-сталинки, например), подвалы надежных невысоких зданий (важно, чтобы из них было как минимум два выхода), подземные переходы, помещения с несущими стенами (санузел), чугунная ванная. Главное, чтобы это место было подальше от окон и окружено бетоном. Не покидайте свое укрытие до окончания обстрела.

ПОПАЛИ ПОД ОБСТРЕЛ В ЗОНЕ ГОРОДА – СРОЧНО ИЩИТЕ УКРЫТИЕ

Если огонь артиллерии застал вас в пути – немедленно ложитесь на землю туда, где есть выступ (начало тротуара, бордюр), или хотя бы в небольшое углубление. Если рядом есть бетонная конструкция – падайте рядом с ней, но подальше от сооружений, которые могут обрушиться или загореться при прямом попадании. Защиту дают земляные щели или траншеи, неглубокие подземные колодцы и широкие трубы водостока, канавы глубиной 1–2 метра на открытом месте, смотровые ямы открытого (на воздухе) гаража или СТО, а также канализационные люки.

ПРЯТАТЬСЯ НУЖНО С УМОМ

Большинство снарядов разрываются непосредственно над грунтом, поэтому осколки в момент взрыва разлетаются на высоте менее 30–50 см над поверхностью. Ложитесь, обхватив голову руками. Закрывайте ладонями уши и приоткрывайте рот – это спасет от контузии, уберезет от акустического удара.

ДЕЙСТВУЙТЕ ОБДУМАННО

Артиллерийский обстрел длится до двадцати минут, авианалет – гораздо меньше. Современные бомбардировки не могут продолжаться долго. Все завершится максимум после сотого взрыва. Отвлекайтесь, считайте минуты и количество ударов. Если вы оказались под завалом, постарайтесь очистить пространство около лица и груди, расслабьте мышцы и успокойте дыхание, постарайтесь сообщить о себе, используя средства связи или привлекайте внимание шумом, например, стуком. Не кричите, если вы в «воздушном мешке» – экономьте воздух, к обрушившемуся зданию обязательно придет бригада МЧС и вас услышат.

ВО ВРЕМЯ ОБСТРЕЛА В ТРАНСПОРТЕ НАХОДИТСЯ ОПАСНО!

Легковая машина или автобус, – это заметная цель, а наибольшей опасностью является взрыв бензобака. Лучше использовать шоссе, легко проходимые и регулярно используемые дороги, а также передвигаться по следу других автомобилей. Никогда не покидайте автотрассы с машиной или без неё, не приближайтесь к бордюроному камню и не выходите на обочину. Если вы находитесь в автотранспорте, который стал мишенью для прямого обстрела, остановитесь и немедленно покиньте его, лучше с противоположной от обстрела стороны. Ложитесь на землю, но не рядом с машиной, и ползком перебирайтесь в более надежное место у обочины дороги, в кювет. Передвигайтесь короткими бросками сразу же после следующего взрыва.

ЗАТИШЬЕ – НЕ ПОВОД ДЛЯ ОТДЫХА

Покидая место убежища, внимательно смотрите себе под ноги, не поднимайте с земли осколки, уделяйте внимание деталям – их может привлечь незнакомый предмет. Боевые элементы могут разрываться при падении, в воздухе или от касания. Угрозу могут представлять любые неразорвавшиеся снаряды – противотанковые мины, например, устанавливаются на дорогах и путях сообщения и предназначены для уничтожения транспорта. Противопехотные наиболее опасны – они могут разорваться в любом месте, где ходят люди. Взрывные устройства могут устанавливаться в зеленых насаждениях, полях, по основным трассам и под мостами, около сельских населенных пунктов. Точное расположение мин и правила их ликвидации могут знать только специалисты. Если вы обнаружили подозрительный предмет – сообщите об этом в МЧС. Не преступайте к разбору завалов самостоятельно, ждите специалистов по разминированию и представителей спасательной службы.

Правильное поведение в зоне конфликта и соблюдение элементарных правил безопасности сохраняет жизнь

Держите при себе аптечку первой помощи:

- Анальгин – 0,5 гр. (10 таблеток в упаковке).
- Валидол – 0,06 гр. (10 таб. в упаковке),
- Валокордин (корвалол) - во флаконах
- Нитроглицерин – в таблетках
- Аэрозоль или мазь (обезболивающая, антибактериальная, противовоспалительная) для обработки ожогов
- Антисептический раствор для глаз – применяется при ожогах, травмах глаз
- Валерианы экстракт 1
- Перекись водорода.
- Аммиака раствор.
- Лейкопластырь бактерицидный 2,3см x 7,2см. Бинт стерильный 5м x 10см.
- Пакеты перевязочные индивидуальные. Ножницы тупоконечные. Салфетки кровоостанавливающие №3. Повязки антимикробные №1. Резиновый кровоостанавливающий жгут. Перчатки одноразовые.



ЦЕНТРЫ ПОМОЩИ (ЭВАКУАЦИЯ, КООРДИНАЦИЯ, ПЕРЕСЕЛЕНИЕ)

Чтобы получить необходимую информацию о возможных путях эвакуации, гуманитарной, медицинской и правовой помощи, расселения, восстановления документов, трудоустройстве и размещении детей в детские школы и сады, обязательно воспользуйтесь перечнем приведенных контактов. Помните! Вы должны зарегистрироваться в месте временного пребывания и получить соответствующий документ.

Государственный Межведомственный координационный штаб 101.
Круглосуточно консультирует и координирует по всем интересующим вопросам эвакуации и расселения

Штаб МЧС в Луганской области (горячая линия): 066 304-24-51

Штаб МЧС г.Донецка (горячая линия): 062 332-78-38, 062 332-78-37

**Областной штаб МЧС в Донецкой области (базируется в Мариуполе):
горячая линия 062 951-14-07**

Транзитные пункты (Сватово, Волноваха, Красноармейск). Здесь вы сможете отдохнуть, вам предоставят питание, медицинскую помощь, информацию возможности временного переселения в другие регионы Украины.

Сватово	066 304-24-51, с 8:00 до 20:00 06471 3-31-26, 06471 3-39-59 ул. Войкова, район стадиона «Заречный»
---------	--

Волноваха	062 444-50-13, 062 444-50-10, 050 670-82-14, 095 636-84-42 ул. Урицкого, 8, район ОШ №3
-----------	---

Красноармейск	062 352-16-96 ул. Шмидта, 149, район ОШ №14
---------------	--

**Луганский городской антикризисный центр
(координация эвакуации, расселение и гуманитарная помощь)**
097 087-74-65, 0642 53-24-07, 050 961-45-86
0642 93-25-82 – волонтеры по Луганску

**Департамент социальной защиты по Луганской области
(гуманитарная помощь)**
066 880-84-81

Донецкий областной контактный центр
(координация эвакуации, расселение и гуманитарная помощь)

hotline.dn.gov.ua

062 348-03-01, 062 348-03-05, 066 771-44-87

горячая линия: 0800 507-506



Справочная г. Донецк по коммунальным вопросам, информация о зонах конфликта и разрушения (горячая линия)
15-84 (со стационарного телефона).



Железнодорожные кассы и автовокзалы, бронирование билетов

Справочная служба Укрзалізниці 044-503-70-05

Луганская касса ЖД вокзала 0642 93-10-87, 0642 91-35-21

Донецкая касса ЖД вокзала 062-319 52 57

справочная 062 319-43-09, 062 319-00-05

дежурный по вокзалу 062 319 22 96

справочная (пригородные поезда) 062 305-40-59 справочная Донецка



Автовокзал Луганск

(0642) 50-71-35, (0642) 50-71-45, (0642) 50-71-34



Автовокзалы Донецка

Автовокзал «Западный» 050 428-42-95

Автовокзал «Широкий» 062 304-10-30

Автостанция «Центр» 062 337-15-73

Автостанция «Трудовская» 062 203-33-52

Автостанция «Крытый рынок» 062 305-30-31, 062 345-16-36

Автостанция «Ж/Д вокзал» 062 312-32-38, 062 348-28-35

Автостанция «Будённовская» 062 338-19-20

Автовокзал «Южный» 062 266-41-23, 062 266-51-19,
050 477-13-30



Покупка и бронь билетов на поезда через интернет

booking.uz.gov.ua/ru

Покупка и бронь билетов на автобусы через интернет

ticket.bus.com.ua

ЦЕНТРЫ ПОМОЩИ

(эвакуация из зоны АТО, координация расселения, гуманитарная помощь)

Центр взаимопомощи «Спасем Украину»

(выезд, расселение, гуманитарная помощь):

helpua.center

063 902-22-94, 097 743-13-44, 099 172-68-68,
097 725-70-60, 066 318-00-35

Благотворительный фонд «Розвиток України»

fdi.org.ua (выезд, гуманитарная помощь)

Горячая линия: 050 620-29-15, 095 199-74-81, 063 117-89-01

Координационный центр помощи вынужденным переселенцам

helpcenter.org.ua (расселение, гуманитарная помощь) в Киеве

044 286-87-25, 096 090-91-03

Волонтерская инициатива «Донбасс-SOS»

donbasssos.org

Координационная помощь в эвакуации (в том числе и логистика трасс) из зоны АТО, расселении, гуманитарной и юридической помощи
050 943-42-28, 068 545-17-96, 063 785-11-36



Национальная асамблея инвалидов Украины – гуманитарная помощь, координация в выезде и въезде из зоны АТО, расселение.

Только инвалиды и дети-инвалиды разной группы инвалидности.

Расселение в г. Одессе и Одесской области

sos.naiu.org.ua

Горячая линия: 093 923-14-86, 096 371-18-47, 066 705-12-57

РЕГИСТРАЦИЯ, РАССЕЛЕНИЕ, ТРУДОУСТРОЙСТВО

ВНИМАНИЕ! Работает государственная телефонная горячая линия
0-800-507-309

Межведомственный координационный штаб по вопросам социального обеспечения граждан Украины, которые перемещаются с районов проведения АТО:

101 – Граждане, которые самостоятельно покинули постоянное место жительства и временно переместились в другие области, для получения информации по вопросам социального обеспечения могут обратиться к социальным службам или местным органам власти по месту временной регистрации.

ПО ВОПРОСАМ ТРУДОУСТРОЙСТВА

Государственная служба занятости

730, 080-50-50-60 (бесплатно со стационарных)

Волонтерская организация по трудоустройству

«Центр трудоустройства свободных людей»

067 507-09-30, 066 500-35-75, 093 167-37-81

Министерство образования и науки Украины

правительственная горячая линия 0-800-507-309

ВОССТАНОВЛЕНИЕ ДОКУМЕНТОВ

РАГС Свидетельство о рождении

044 486-71-56

Пенсионный фонд

0800-503-753

Потеря идентификационного кода, налоговый орган

0800-501-007

Фонд социального страхования на случай временной
утраты трудоспособности

0800-50-18-92

Просим вас распространять «памятку»
среди тех, кто находится в зоне АТО.

ВМЕСТЕ — СИЛА!

Горячая линия Δ-SOS:

050 943-42-28

068 545-17-96

063 785-11-36

donbasssos.org

fb.com/DonbassSOS

vk.com/DonbassSOS