



СПб ГБУЗ Психоневрологический диспансер № 2

# ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА, ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ И АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

**ЗНАЙ! УМЕЙ! ДЕЙСТВУЙ!**



2026

# РАБОТНИКИ ДИСПАНСЕРА В РЕЗУЛЬТАТЕ ОБУЧЕНИЯ В ОБЛАСТИ ГО И ЧС ДОЛЖНЫ:



## ЗНАТЬ

## УМЕТЬ

**1**   
Поражающие факторы  
ЧС и оружия

**2**   
Способы защиты  
при войне и ЧС

**3**   
Действия при угрозе  
теракта

**4**   
Как получить СИЗ  
и укрыться

**5**   
Безопасность в толпе,  
при пожаре, на воде, в походе


**6**   
Сигналы оповещения  
в учреждении

**1**   
Действовать  
по сигналу  
«ВНИМАНИЕ  
ВСЕМ!»

**2**   
Пользоваться  
СИЗ и  
убежищем

**3**   
Проводить  
частичную  
санобработку

**4**   
Выполнять  
основные  
защитные  
меры

**5**   
Тушить пожар  
(огнетушитель)

**6**   
Оказывать  
первую помощь

**7**   
Эвакуироваться

**8**   
Действовать  
при теракте



СЛУШАЙ СИГНАЛ



ИСПОЛЬЗУЙ СИЗ



ДЕЙСТВУЙ ПО ОБСТАНОВКЕ



ОКАЖИ ПЕРВУЮ ПОМОЩЬ



Актуально на 2026 год

# ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

## ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ НАСЕЛЕНИЯ ПО СИГНАЛУ ГО ПРИ НАХОЖДЕНИИ НА РАБОТЕ

### Сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»



СОПРОВОЖДАЕТСЯ ВКЛЮЧЕНИЕМ СИРЕН, ПРЕРЫВИСТЫМИ ГУДКАМИ С ПОСЛЕДУЮЩЕЙ РЕЧЕВОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ О СИГНАЛЕ ГО

- Услышав **СИГНАЛ**, включите радиоприемник, телевизор и прослушайте сообщение о сложившейся ситуации и порядке действий.
- Полученную информацию передайте соседям.
- Действуйте в соответствии с переданным сообщением.

### СПОСОБЫ ОПОВЕЩЕНИЯ



ТЕЛЕВИДЕНИЕ



ГРОМКО-ГОВОРИТЕЛИ



СИРЕНЫ



КОЛОКОЛ (РЫНДА)



РАДИО



ГУДКИ ПРЕДПРИЯТИЙ И ТРАНСПОРТНЫХ СРЕДСТВ



ТЕЛЕФОН, СМС-СООБЩЕНИЕ



ПОДВИЖНЫЕ ЗВУКОУСИЛИТЕЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ



ИНФОРМАЦИОННОЕ ТАБЛО



СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ



Отключить свет, газ, воду, отопительные приборы!



Закрывать плотно окна и двери!



Закрывать мокрой тканью щели вокруг двери, вентиляционных отверстий!



Использовать средства индивидуальной защиты!



Укрыться в ближайшем защитном сооружении, заглубленном помещении или других сооружениях подземного пространства, включая метрополитен!



Прибыть в район сбора!



Эвакуироваться в безопасный район!

### ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА



### ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА



### РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ



### УГРОЗА КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ЗАТОПЛЕНИЯ



### Сигнал «ОТБОЙ!»



- Возвращайтесь к месту работы.
- Будьте в готовности к возможному повторению сигнала гражданской обороны «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»



МЧС России

# ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

## ТРЕВОЖНЫЙ ЧЕМОДАНЧИК

### ТРЕВОЖНЫЙ ЧЕМОДАНЧИК

Как правило, представляет собой укомплектованный рюкзак (сумку), в котором находятся необходимый набор одежды, предметы гигиены, медикаменты, продукты питания и другое имущество.

Правильно укомплектованный рюкзак может обеспечить автономное существование человека в экстремальных ситуациях.

### ИМЕТЬ С СОБОЙ



ДОКУМЕНТЫ  
в непромокаемой упаковке

ДЕНЬГИ И БАНКОВСКИЕ КАРТЫ



СРЕДСТВА СВЯЗИ  
зарядное устройство, дополнительный аккумулятор

### ПРИМЕРНАЯ КОМПЛЕКТАЦИЯ



ОДЕЖДА  
Нательное белье,  
одежда и обувь  
по сезону



РЕМОНТНЫЙ  
КОМПЛЕКТ  
Нитки, иголки и пр.



ЗАПАС ЕДЫ  
И ВОДЫ



ПОСУДА  
ОДНОРАЗОВАЯ,  
НОЖ



ФОНАРИК  
И ЗАПАС  
БАТАРЕЕК



СВЕЧА,  
СПИЧКИ,  
ЗАЖИГАЛКА



СРЕДСТВА ЛИЧНОЙ  
ГИГИЕНЫ  
Зубная щетка и паста,  
мыло, полотенце,  
туалетная бумага, носовые  
платки, влажные салфетки,  
и другие средства личной  
гигиены



АПТЕЧКА  
ПЕРВОЙ  
ПОМОЩИ



### СОДЕРЖАНИЕ АПТЕЧКИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ



Средства, предназначенные для неотложной обработки ран и остановки кровотечений: бинты и повязки, жгуты, лейкопластырь



Стерильные и нестерильные резиновые перчатки



Специальная или простая марлевая маска



Антисептические препараты: этиловый спирт, перекись водорода, спиртовой йодный раствор, борная кислота в порошке или жидкой форме, бриллиантовый зеленый



Анальгетические препараты и антипиретики: аспирин, анальгин, парацетамол, цитрамон



Противомикробные средства системного типа действия: левомецетин, стрептоцид, ампициллин



Сердечные средства: валидол, корвалол, корвалмент, нитроглицерин (по необходимости)



Спазмолитики (миотропные или комбинированные): баралгин, спазмалгон, но-шпа, дротаверин



Детоксикационные (адсорбирующие) доврачебные средства: таблетки активированного угля, атоксил, энтеросгель



Химические антидоты против кислот и щелочей: сода, борная или лимонная кислота



Противоаллергические и антигистаминные средства: димедрол, супрастин, тавегил



Нашатырный спирт



Инструменты и дополнительные неотложные приспособления: ножницы, шприц



Ручка и блокнот или чистый лист бумаги

#### Важно помнить!

Состав аптечки для оказания первой помощи может подбираться индивидуально в зависимости от заболеваний, которые имеются у человека!



МЧС России

# ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

## ПОРЯДОК ДЕЙСТВИЙ НАСЕЛЕНИЯ ПО СИГНАЛУ ГО ПРИ НАХОЖДЕНИИ ДОМА

### Сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»



СОПРОВОЖДАЕТСЯ ВКЛЮЧЕНИЕМ СИРЕН, ПРЕРЫВИСТЫМИ ГУДКАМИ С ПОСЛЕДУЮЩЕЙ РЕЧЕВОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ О СИГНАЛЕ ГО

- Услышав **СИГНАЛ**, включите радиоприемник, телевизор и прослушайте сообщение о сложившейся ситуации и порядке действий.
- Полученную информацию передайте соседям.
- Действуйте в соответствии с переданным сообщением.

### СПОСОБЫ ОПОВЕЩЕНИЯ



ТЕЛЕВИДЕНИЕ



ГРОМКО-ГОВОРИТЕЛИ



СИРЕНЫ



КОЛОКОЛ (РЫНДА)



РАДИО



ГУДКИ ПРЕДПРИЯТИЙ И ТРАНСПОРТНЫХ СРЕДСТВ



ТЕЛЕФОН, СМС-СООБЩЕНИЕ



ПОДВИЖНЫЕ ЗВУКОСИЛИТЕЛЬНЫЕ УСТАНОВКИ



ИНФОРМАЦИОННОЕ ТАБЛО



СОЦИАЛЬНЫЕ СЕТИ

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ



Отключить свет, газ, воду, отопительные приборы!



Закрывать плотно окна и двери!



Закрывать мокрой тканью щели вокруг двери, вентиляционных отверстий!



Взять документы, аптечку, необходимые вещи, запас продуктов и воды!



При необходимости оказать помощь детям и престарелым!



Укрыться в ближайшем защитном сооружении, заглубленном помещении или других сооружениях подземного пространства, включая метрополитен!



Прибыть в район сбора!



Эвакуироваться в безопасный район!

### ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА



### ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА



### РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ



### УГРОЗА КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ЗАТОПЛЕНИЯ



### Сигнал «ОТБОЙ!»



- Возвращайтесь к месту проживания.
- Будьте в готовности к возможному повторению сигнала гражданской обороны «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»



МЧС России

# ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА

## ЭВАКУАЦИЯ НАСЕЛЕНИЯ

### ВАЖНО ЗНАТЬ!



Адрес сборного эвакуационного пункта

### ГДЕ УЗНАТЬ?

- Органы местного самоуправления
- Отделы и службы ЖКХ, ТСЖ, управляющие компании

### СПОСОБЫ ЭВАКУАЦИИ



ПЕШИМ ПОРЯДКОМ

ЛИЧНЫМ ТРАНСПОРТОМ



АВТОМОБИЛЬНЫМ ТРАНСПОРТОМ

ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫМ ТРАНСПОРТОМ



ВОДНЫМ ТРАНСПОРТОМ

ВОЗДУШНЫМ ТРАНСПОРТОМ



### ПРИ ЭВАКУАЦИИ СЛЕДУЕТ ВЗЯТЬ С СОБОЙ



ДОКУМЕНТЫ И ДЕНЬГИ



ОДЕЖДА

Нательное белье, одежда и обувь по сезону



РЕМОНТНЫЙ КОМПЛЕКТ

Нитки, иголки и пр.



ЗАПАС ЕДЫ И ВОДЫ



ПОСУДА ОДНОРАЗОВАЯ, НОЖ



ФОНАРИК И ЗАПАС БАТАРЕЕК



СВЕЧА, СПИЧКИ, ЗАЖИГАЛКА



СРЕДСТВА ГИГИЕНЫ



СРЕДСТВА СВЯЗИ



АПТЕЧКА ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

### ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ОБЪЯВЛЕНИИ ЭВАКУАЦИИ

1

ВЗЯТЬ документы, необходимые вещи и продукты



2

ВЫКЛЮЧИТЬ все электроприборы.  
ЗАКРЫТЬ окна, водопроводные и газовые трубы, квартиру или дом



3

ПРИБЫТЬ на сборный эвакуационный пункт и зарегистрироваться, получить СИЗ (при организации выдачи)



4

УБЫТЬ в безопасный район указанным способом эвакуации



5

ПРИБЫТЬ на приемный эвакуационный пункт, получить ордер



6

УБЫТЬ в место временного проживания



МЧС России

# ТРИ УРОВНЯ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ ОПАСНОСТИ

Порядок действий при установлении уровней террористической опасности

## СИНИЙ УРОВЕНЬ

получена информация о возможности совершения террористического акта



Поступившая информация о возможной угрозе проверяется.



Уточняются планы охраны объектов, которые могут подвергнуться террористическим посягательствам.



Проводятся дополнительные инструктажи и тренировки по действиям при угрозе теракта.

## ЖЕЛТЫЙ УРОВЕНЬ

информация о подготовке террористического акта подтвердилась



Усиливается контроль за соблюдением пропускного и паспортного режима.



Усиливается охрана объектов жизнеобеспечения и мест массового пребывания людей.



Вводится контроль за передвижением транспорта, проводятся проверки объектов инфраструктуры.

## КРАСНЫЙ УРОВЕНЬ

получены данные о совершенном террористическом акте либо о прямой угрозе его совершения

Могут вводиться дополнительные меры безопасности, включая:



Усиленную проверку документов.



Временное ограничение движения транспорта и пешеходов.



Обеспечение беспрепятственного доступа экстренных и правоохранительных служб на необходимые объекты.



Сведения представлены в информационных целях. Конкретные меры определяются уполномоченными органами в зависимости от обстановки.

# ДЕЙСТВИЯ ПРИ ПОСТУПЛЕНИИ

# УГРОЗЫ ТЕРАКТА

## НЕ ПАНИКУЙТЕ

## ОГРАНИЧЬТЕ КРУГ ЛИЦ, ЗНАЮЩИХ ОБ УГРОЗАХ

### При поступлении угроз почтой



**Не вскрывайте вызывающие подозрения послания**  
немедленно сообщите о подозрительной находке



**Обращайтесь бережно и осторожно со всем содержимым отправления**  
- не оставляйте своих отпечатков пальцев  
- не делайте пометок  
- не повреждайте



**Сохраните все, что поступило в адрес получателя**  
- документ  
- упаковка  
- подозрительный предмет

### При поступлении угрозы по телефону



**Зафиксируйте время**  
начала разговора и его продолжительность



**Запомните разговор в мельчайших деталях**  
- запишите его при возможности на диктофон  
- будьте вежливыми  
- не прерывайте говорящего



**Определите примерный пол и возраст** звонящего, особенности его речи и звуковой фон



**Запишите номер** если он определился



**Сообщите в правоохранительные органы об угрозе**  
Это поможет предупредить террористический акт и своевременно обезвредить террористов

## Признаки взрывного устройства



устройство, похожее на антенну



необычный запах



звук хода часового механизма



порошок или перемещающиеся предметы внутри



начинается процесс горения например, предмет дымится



провода, изолента, батарейки

## Телефоны экстренных служб

101

Пожарная охрана

102

Полиция

103

Скорая помощь

112

Единая служба

# ПОВЕДЕНИЕ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ, ВЫЗВАННЫХ **ДЕЙСТВИЯМИ ТЕРРОРИСТОВ**

## Что делать, если оказались заложником



Не привлекать  
внимания  
преступников



Не смотреть  
преступникам  
в глаза



Не вставать,  
не пытаться  
вырваться



Не отвечать  
на провокации



Постараться  
успокоиться,  
взять себя в руки



Незаметно снять  
украшения, часы



Отметить места  
укрытия на случай  
стрельбы



Лечь на пол в случае  
штурма силами  
правопорядка

## Что делать, если началась перестрелка



Пригнуться и добраться  
до ближайшего укрытия



Передвигаться быстро  
и зигзагами



Если бежать некуда –  
лечь на землю



Сообщить о перестрелке

## Как вести себя во время операции спецслужб



Лежать на полу лицом вниз  
Закрыть голову руками  
Не двигаться



Не бежать навстречу  
сотрудникам спецслужб  
или от них



Держаться подальше  
от проемов дверей и окон

**ЕДИНЫЙ НОМЕР ВЫЗОВА  
ЭКСТРЕННЫХ ОПЕРАТИВНЫХ СЛУЖБ**

**112**

# КАК ЗАЩИТИТЬ СЕБЯ ПРИ БЕСПИЛОТНОЙ, АВИАЦИОННОЙ ИЛИ РАКЕТНОЙ АТАКЕ

## Если вы в здании



- 1** СПУСТИТЕСЬ В ЗАЩИТНОЕ СООРУЖЕНИЕ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ, ПОДВАЛ ИЛИ В ПОДЗЕМНЫЙ ПАРКИНГ ЗДАНИЯ, В КОТОРОМ НАХОДИТЕСЬ

## Если нет защитного сооружения гражданской обороны, подвала или паркинга

- 1** ДЕРЖИТЕСЬ ПОДАЛЬШЕ ОТ ОКОН
- 2** ЗАЙДИТЕ В ПОМЕЩЕНИЕ С НЕСУЩИМИ СТЕНАМИ ИЛИ ПОМЕЩЕНИЕ БЕЗ ОКОН (В КВАРТИРЕ ЭТО, КАК ПРАВИЛО, ВАННАЯ КОМНАТА)
- 3** СЯДЬТЕ НА ПОЛ У НЕСУЩЕЙ СТЕНЫ И ПРИГНИТЕСЬ



## Если вы в транспорте или на улице

- 1** СОХРАНЯЙТЕ СПОКОЙСТВИЕ



- 2** ПОКИНЬТЕ ТРАНСПОРТНОЕ СРЕДСТВО



- 4** НЕ ОСТАВАЙТЕСЬ НА ОТКРЫТОЙ МЕСТНОСТИ, КАК МОЖНО БЫСТРЕЕ ПРОСЛЕДУЙТЕ В БЛИЖАЙШЕЕ УКРЫТИЕ

- 3** ОСМОТРИТЕСЬ И ВИЗУАЛЬНО ОПРЕДЕЛИТЕ ОКОЛО СЕБЯ НАДЕЖНОЕ УКРЫТИЕ: ПОДЪЕЗД ДОМА, ПОДЗЕМНЫЙ ПЕРЕХОД ИЛИ ПАРКИНГ, СТАНЦИЯ МЕТРО



- 5** ПРИ ОТСУТСТВИИ ПОБЛИЗОСТИ НАДЕЖНОГО УКРЫТИЯ ВЫБЕРИТЕ ЛЮБОЕ УГЛУБЛЕНИЕ (ВЫСТУП) НА ЗЕМЛЕ ИЛИ БЕТОННЫЕ КОНСТРУКЦИИ И ИСПОЛЬЗУЙТЕ ИХ ДЛЯ ЗАЩИТЫ

- 6** НАХОДИТЕСЬ В ЗАЩИЩЕННОМ МЕСТЕ, ПОКА АТАКА НЕ ПРЕКРАТИТСЯ ИЛИ НЕ ПРОЗВУЧИТ СИГНАЛ "ОТМЕНА УГРОЗЫ БЕСПИЛОТНОЙ, АВИАЦИОННОЙ ИЛИ РАКЕТНОЙ АТАКИ"

## После окончания атаки





# УНИВЕРСАЛЬНЫЙ АЛГОРИТМ ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ



Волонтеры  
медики

1

Оцени обстановку и устрани факторы, угрожающие твоей безопасности



2

Определи наличие сознания у пострадавшего



СОЗНАНИЯ НЕТ



3

Вызови скорую медицинскую помощь по номеру 112



СОЗНАНИЕ ЕСТЬ

ВЫЗОВИ ПОМОЩЬ 112

4

Проведи сердечно-лёгочную реанимацию (если есть навык)



5

Осмотри пострадавшего. При обнаружении травм или кровотечений окажи необходимую помощь



6

Придай пострадавшему оптимальное положение тела



7

Дожидайся прибытия помощи, следи за состоянием и психологически поддерживай пострадавшего



# ДЕЙСТВИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОЖАРА

## 1. СООБЩИТЬ О ПОЖАРЕ



- адрес объекта
- место пожара
- есть ли пострадавшие
- свою фамилию

# 112

## 2. ПРИНЯТЬ МЕРЫ ПО ЭВАКУАЦИИ ЛЮДЕЙ



**ВЫХОД**



**Эвакуационный  
выход**

- покинуть помещение по знакам направления движения эвакуации
- не пользоваться лифтом
- вывести пострадавших из опасной зоны
- принять меры сохранности материальных ценностей

## 3. ПРИНЯТЬ МЕРЫ ПО ТУШЕНИЮ ПОЖАРА



- тушить огонь имеющимися средствами пожаротушения
- при необходимости обесточить все электрооборудование

## 4. ОРГАНИЗОВАТЬ ВСТРЕЧУ ПОЖАРНЫХ





# **ОПОВЕЩЕНИЕ населения САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

**В национальном мессенджере МАХ**

создан официальный канал  
«ОПОВЕЩЕНИЕ населения Санкт-Петербурга»  
<https://max.ru/opovspb>

## **Что публикуется в канале:**

- предупреждения о неблагоприятных погодных явлениях;
- информация при угрозе или возникновении чрезвычайных ситуаций;
- уведомления об угрозах применения различных видов оружия, в том числе БПЛА;
- сведения о проведении проверок региональной системы оповещения населения

## **Почему это важно:**

- все сообщения поступают только от официальных органов;
- информация публикуется в режиме реального времени;
- канал работает круглосуточно — 24/7.

---

## **Подпишитесь на канал:**



**<https://max.ru/opovspb>**

и будьте в курсе актуальной информации  
для вашей безопасности