

Воєнний стан: що потрібно знати?

Зміст правового режиму воєнного стану, порядок його введення та скасування, правові засади діяльності органів державної влади, військового командування, військових адміністрацій, органів місцевого самоврядування, підприємств, установ та організацій в умовах воєнного стану, гарантії прав і свобод людини і громадянина та прав і законних інтересів юридичних осіб визначає Закон України «Про правовий режим воєнного стану».

Воєнний стан - це особливий правовий режим, що вводиться в Україні або в окремих її місцевостях у разі збройної агресії чи загрози нападу, небезпеки державній незалежності України, її територіальній цілісності та передбачає надання відповідним органам державної влади, військовому командуванню, військовим адміністраціям та органам місцевого самоврядування повноважень, необхідних для відвернення загрози, відсічі збройної агресії та забезпечення національної безпеки, усунення загрози небезпеки державній незалежності України, її територіальній цілісності, а також тимчасове, зумовлене загрозою, обмеження конституційних прав і свобод людини і громадянина та прав і законних інтересів юридичних осіб із зазначенням строку дії цих обмежень (ст. 1 Закону).

Правовою основою введення воєнного стану є [Конституція України](#), цей Закон та указ Президента України про введення воєнного стану в Україні або в окремих її місцевостях, затверджений Верховною Радою України (ст.2 Закону).

На територіях, на яких введено воєнний стан, для забезпечення дії [Конституції](#) та законів України, забезпечення разом із військовим командуванням запровадження та здійснення заходів правового режиму воєнного стану, оборони, цивільного захисту, громадського порядку та безпеки, охорони прав, свобод і законних інтересів громадян можуть утворюватися тимчасові державні органи - військові адміністрації (ст.4 Закону).

Чому всім треба знати правила домедичної допомоги?

Коли настає зупинка дихання, зупинка серця і кровообігу, до нашого мозку надходить недостатньо кисню. Допомога при таких невідкладних станах має

початися не пізніше ніж за 4-5 хвилин, після чого починаються незворотні зміни. І кожна секунда дорога, бо якась клітина мозку в цей час помирає.

Жодна найрозвинутіша система охорони здоров'я у світі не здатна надати своїх кваліфікованих працівників у перші 5 хвилин. Тобто найшвидше надати допомогу може людина поруч: друг, знайома, мама, брат-сестра, перехожий. Тоді у постраждалого найбільші шанси дочекатися на «швидку» й отримати кваліфіковану допомогу. Чим раніше нададуть її, тим більше в людини шансів вижити. І це факт. Кожен має володіти мінімальними знаннями про першу медичну допомогу.

Механізм надання не медичними працівниками домедичної допомоги постраждалим визначено Порядками **надання домедичної допомоги особам при невідкладних станах**, затверджених наказом Міністерства охорони здоров'я України від 16.06.2014 № 398, зареєстрований в Міністерстві юстиції України 07.07.2014 за № 750/25527. У Порядках викладені вказівки, як надавати домедичну допомогу до прибуття бригади швидкої медичної допомоги, а також Ваші дії у випадках, коли неможливо надати першу медичну допомогу. Медична допомога – це допомога, яку надають медичні працівники при відповідних умовах. Порядками охоплено лише найбільш серйозні та небезпечні для життя ситуації, при яких потерпілому треба надати невідкладну допомогу.

Оволодівши методами домедичної допомоги, Ви будете знати, що потрібно і що не варто робити при раптовому захворюванні чи при нещасних випадках.

Про те, як надавати першу допомогу в різних ситуаціях та як обрати навчальний курс дізнайтеся тут: <https://goo.gl/FfYGKd>.

Як надавати першу медичну допомогу?

Виявіть, чи є якась невідкладна ситуація.

Зрозумійте, чи є фактор небезпеки для вас. Забезпечте свою безпеку.

Викличте «швидку». Чим швидше ви це зробите – тим більше шансів врятувати людину. Люди часто хвилюються і забувають про це.

Перевірте стан людини. Найкраща швидка перевірка – це поговорити з постраждалим. Якщо людина відповіла, це означає, що все більш-менш гаразд. Вона може дочекатися кваліфікованої допомоги.

Якщо людина не реагує, ситуація ускладнюється. Вона може бути без свідомості. Є дуже багато причин, чому людина знепритомніла, але ми їх не знаємо. Головна небезпека у такому стані – у людини можуть бути заблоковані дихальні шляхи, зокрема через сторонні предмети або язик.

Непритомну людину треба перевернути на бік.

Якщо людина не дихає (у неї не піднімається грудна клітка, ми не чуємо дихання протягом 10 секунд) – треба починати реанімаційні заходи.

Робіть масаж серця – просто натискайте на грудну клітку. Максимум – 30 разів. Після цього зробіть 2 вдихи до підняття грудної клітки. У результаті в крові буде хоч якийсь кисень, що перейде до мозку.

Звісно, важко надавати допомогу самостійно до приїзду «швидкої». Попросіть про допомогу когось з оточення.

Дії в умовах надзвичайних ситуацій військового характеру

<http://www.dsns.gov.ua/ua/Abetka-bezpeki.html>

При першій можливості покиньте разом із сім'єю небезпечну зону. У разі неможливості виїхати особисто, відправити дітей і родичів похилого віку до родичів, знайомих. Необхідно взяти із собою всі документи, коштовні речі і цінні папери.

Підготовку до можливого перебування у зоні надзвичайної ситуації доцільно починати завчасно. Необхідно підготувати "екстрену валізку" з речами, які можуть знадобитись при знаходженні у зоні НС або при евакуації у безпечні райони.

Підготовка оселі:

- нанести захисні смуги зі скочу (паперу, тканини) на віконне скло для підвищення його стійкості до вибухової хвилі та зменшення кількості уламків і уникнення травмування у разі його пошкодження;
- по можливості обладнайте укриття у підвалі, захистіть його мішками з піском, передбачте наявність аварійного виходу;
- при наявності земельної ділянки обладнайте укриття на такій відстані від будинку, яка більше його висоти;
- зробити вдома запаси питної та технічної води;
- зробити запас продуктів тривалого зберігання;
- додатково укомплектувати домашню аптечку засобами

надання першої медичної допомоги;

- підготувати (закупити) засоби первинного пожежогасіння;
- підготувати ліхтарики (комплекти запасних елементів живлення), газові лампи та свічки на випадок відключення енергопостачання;
- підготувати (закупити) прилади (примус) для приготування їжі у разі відсутності газу і електропостачання;
- підготувати необхідні речі та документи на випадок термінової евакуації або переходу до захисних споруд цивільної оборони або інших сховищ (підвалів, погребів тощо);
- особистий транспорт завжди мати у справному стані і запасом палива для виїзду у небезпечний район;
- при наближенні зимового періоду необхідно продумати питання щодо обігріву оселі у випадку відключення централізованого опалення.

Правила поведінки в умовах надзвичайних ситуацій військового характеру

Необхідно:

- зберігати особистий спокій, не реагувати на провокації;
- не сповіщати про свої майбутні дії (плани) малознайомих людей, а також знайомих з ненадійною репутацією;
- завжди мати при собі документ (паспорт) що засвідчує

особу, відомості про групу крові своєї та близьких родичів, можливі проблеми зі здоров'ям (алергію на медичні препарати тощо);

- знати місце розташування захисних споруд цивільної оборони поблизу місця проживання, роботи, місцях частого відвідування (магазини, базар, дорога до роботи, медичні заклади тощо). Без необхідності старатися як найменше знаходитись поза місцем проживання, роботи та малознайомих місцях;
- при виході із приміщень, пересуванні сходами багатоповерхівок або до споруди цивільної оборони (сховища) дотримуватись правила правої руки (як при русі автомобільного транспорту) з метою уникнення тисняви. Пропускати вперед та надавати допомогу жінкам, дітям, перестарілим людям та інвалідам, що значно скоротить терміни зайняття укриття;
- уникати місць скупчення людей;
- не вступати у суперечки з незнайомими людьми, уникати можливих провокацій;
- у разі отримання будь-якої інформації від органів державної влади про можливу небезпеку або заходи щодо підвищення безпеки передати її іншим людям (за місцем проживання, роботи тощо);
- при появі озброєних людей, військової техніки, заворушень негайно покидати цей район;
- посилювати увагу і за можливості, також залишити цей район, у разі появи засобів масової інформації сторони-агресора;
- орієнтуються на місцевості, розмовляють з акцентом, не характерна зовнішність, протиправні і провокативні дії, проведення незрозумілих робіт тощо) негайно інформувати

органи правопорядку, місцевої влади, військових;

- у разі потрапляння у район обстрілу сховатись у найближчу захисну споруду цивільної оборони, сховище (укриття). У разі відсутності пристосованих сховищ, для укриття використовувати нерівності рельєфу, (канави, окопи, заглиблення від вибухів тощо). У разі раптового обстрілу та відсутності поблизу споруд цивільного захисту, сховища і укриття – лягти на землю головою в сторону, протилежну вибухам. Голову прикрити руками (за наявності, для прикриття голови використовувати валізу або інші речі). Не виходьте з укриття до кінця обстрілу;

УВАГА! Попередньо ознайомтесь з розташуванням захисних споруд у місцях вашого перебування!

Список захисних споруд цивільного захисту опубліковувється на офіційних сайтах територіальних органів ДСНС (як правило, у розділі «Громадянам») та місцевих державних адміністраціях (як правило, у розділі «Цивільний захист»)

Інформація про укриття м. Києва розміщена на офіційному інтернет-порталі Київської міської державної адміністрації (<https://old.kyivcity.gov.ua/content/informaciya-pro-ukryttya-naselennya-m-kyieva.html>)

- надавати першу допомогу іншим людям у разі їх поранення. Визвати швидку допомогу, представників ДСНС України, органів правопорядку за необхідності військових;
- у разі, якщо ви стали свідком поранення або смерті людей, протиправних до них дій (арешт, викрадення, побиття тощо) постаратися з'ясувати та зберегти як найбільше інформації про них та обставини події для надання допомоги, пошуку, встановлення особи тощо. Необхідно пам'ятати, що Ви самі або близькі Вам люди, також можуть опинитись у

скрутному становищі і будуть потребувати допомоги.

Не рекомендується:

- підходити до вікон, якщо почуєте постріли;
- спостерігати за ходом бойових дій;
- стояти чи перебігати під обстрілом;
- конфліктувати з озброєними людьми;
- носити армійську форму або камуфльований одяг;
- демонструвати зброю або предмети, схожі на неї;
- підбирати покинуті зброю та боєприпаси.

При виявленні вибухонебезпечних предметів забороняється:

1. перекладати, перекочувати з одного місця на інше;
2. збирати і зберігати, нагрівати і ударяти;
3. намагатися розряджати і розбирати;
4. виготовляти різні предмети;
5. використовувати заряди для розведення вогню і освітлення;
6. приносити в приміщення, закопувати в землю, кидати в колодязь чи річку.

Виявивши вибухонебезпечні предмети, вживайте заходів з означення, огороження і охорони їх на місці виявлення. Негайно повідомте про це територіальні органи ДСНС та МВС за **телефоном "101" та "102"**.

"Екстрена валіза"

Екстрена валіза, як правило, являє собою міцний і зручний рюкзак від 25 літрів і більше, що містить **необхідний індивідуальний мінімум одягу, предметів гігієни, медикаментів, інструментів, засобів індивідуального захисту та продуктів харчування**. Всі речі повинні бути новими (періодично поновлюваними) і не використовуватись у повсякденному житті. **Екстрена валіза призначена для максимально швидкої евакуації із зони надзвичайної події, будь то землетрус, повінь, пожежа, загострена криміногенна обстановка, епіцентр військових дій і т.д.** Вантаж у рюкзаку треба укладати рівномірно. Добре мати рюкзак з "підвалом" (нижнім клапаном).

У рюкзак рекомендується покласти наступне:

- копії важливих документів в поліетиленовій упаковці. Заздалегідь зробіть копії всіх важливих документів – паспорта, автомобільних прав, документів на нерухомість, автомобіль і т.д. Документи треба укладати так, щоб у разі необхідності їх можна було швидко дістати. У деяких джерелах так само вказують серед документів тримати кілька фотографій рідних і близьких;
- кредитні картки та готівку. Нехай у вас буде невеликий запас грошей;
- дублікати ключів від будинку і машини;
- карту місцевості, а також інформацію про спосіб зв'язку і зустрічі в умовленому місці зустрічі вашої родини;
- засоби зв'язку та інформації (невеликий радіоприймач з можливістю прийому в УКХ і БМ діапазоні) та елементи живлення до радіоприймача (якщо потрібні);
- ліхтарик (краще кілька) і запасні елементи живлення до нього, сірники (бажано туристичні), запальничка, свічки;
- компас, годинник (перевагу віддавайте водонепроникним);
- багатофункціональний інструмент, що включає (лезо ножа, шило, пилку, викрутку, ножиці тощо);
- ніж, сокира, сигнальні засоби (свисток, фальшфейер і т.д.);

- декілька пакетів для сміття, об'ємом 120 літрів. Може замінити намет або тент, якщо розрізати;
- рулон широкого скотчу;
- упаковка презервативів. Презерватив, за необхідності, може використовуватись для захисту від вологи сірників та запальничок, у якості джгута для зупинки кровотечі, надійного закупорювання емкостей від комах та піску, перенесення води;
- шнур синтетичний 4-5 мм, близько 20 м;
- блокнот і олівець;
- нитки та голки;
- аптечка першої допомоги. До складу аптечки обов'язково повинні входити: бинти, лейкопластир, вата, йод, активоване вугілля (інтоксикація), парацетамол (жарознижувальний), пенталгін (знеболююче), супрастин (алергія), имодиум (діарея), фталазол (шлункова інфекція), альбуцид (краплі для очей), жгут, шприци тощо; ліки що Ви приймаєте (мінімум на тиждень) з описом способу застосування та дози; рецепти; прізвища та мобільні телефони ваших лікарів (слідкуйте за терміном придатності ліків);
- одяг: комплект нижньої білизни (2 пари), шкарпетки бавовняні (2 пари) і вовняні, запасні штани, сорочка або кофта, плащ-дошовик, в'язана шапочка, рукавички, шарф (може знадобитися в найнесподіваніших ситуаціях), зручне, надійне взуття;
- міні-палатка, поліуретановий килимок, спальник (якщо дозволяє місце);
- засоби гігієни: зубна щітка і зубна паста, невеликий шматок мила, рушник (є такі в упаковці пресовані), туалетний папір, кілька упаковок одноразових сухих та вологих серветок, кілька носових хусток, засоби інтимної гігієни, бритву, манікюрний набір;
- приналежності для дітей (якщо необхідні);
- посуд (краще металевий): казанок, фляга, ложка, кружка;

- запас їжі на кілька днів - все, що можна їсти без попередньої обробки і не займає багато місця, довго зберігається (не швидкопсувні), наприклад: висококалорійні солодощі (чорний шоколад (з горіхами), жменю льодяників), набір продуктів (тушонка, галети, суп-пакети, м'ясні та рибні консерви), якщо дозволяє місце - крупа перлова, гречана, рис довгозерний, макарони, вермішель, сухі овочеві напівфабрикати, горілка, спирт питний;
- запас питної води на 1-2 дні, який треба періодично оновлювати (вода не повинна бути застоюною).

У літніх людей, інвалідів та дітей є особливі потреби. За необхідності, цей список доповнюється і коригується. Із практики, загальна вага “Екстреної валізи” не повинна перевищувати 50 кілограмів.

Дії вразі терористичного акту

Основні заходи щодо запобігання можливого терористичного акту:

- не торкайте у вагоні поїзда, під'їзді або на вулиці нічийні пакети (сумки), не підпускайте до них інших. Повідомте про знахідку співробітника міліції;
- у присутності терористів не виказуйте своє невдоволення, утримайтеся від різких рухів, лементу й стогонів;
- при погрозі застосування терористами зброї лягайте на живіт, захищаючи голову руками, подалі від вікон, зашкленних дверей, проходів, сходів;
- використовуйте будь-яку можливість для порятунку;
- якщо відбувся вибух – вживайте заходів щодо недопущення пожежі та паніки, надайте домедичну допомогу постраждалим;
- намагайтеся запам'ятати прикмети підозрілих людей і повідомте їх прибулим співробітникам спецслужб.

Дії під час перестрілки:

- якщо стрілянина застала вас на вулиці, відразу ж лягте й озирніться, виберіть найближче укриття й проберіться до нього, не піднімаючись у повний зріст. Укриттям можуть служити виступи будинків, пам'ятники, бетонні стовпи або бордюри, канави. Пам'ятайте, що автомобіль – не найкращий захист, тому що його метал тонкий, а пальне – вибухонебезпечне. За першої нагоди сховайтеся у під'їзді будинку, підземному переході, дочекайтеся закінчення перестрілки;
- проводьте заходи для порятунку дітей, за необхідності прикрийте їх своїм тілом. За можливості повідомте про інцидент співробітників міліції;
- якщо в ході перестрілки ви перебуваєте у будинку – укрийтеся у ванній кімнаті й лягте на підлогу, тому що перебувати у кімнаті небезпечно через можливість рикошету. Перебуваючи в укритті, стежте за можливим початком пожежі. Якщо пожежа почалася, а стрілянина не припинилася, залиште квартиру й сховайтеся в під'їзді, далі від вікон.

Дії у випадку захоплення літака (автобуса):

- якщо Ви виявилися в захопленому літаку (автобусі), не привертайте до себе уваги терористів. Огляньте салон, визначте місця можливого укриття на випадок стрілянини;
- заспокойтеся, спробуйте відволіктися від того, що відбувається, читайте, розгадуйте кросворди;
- зніміть ювелірні прикраси;
- не дивіться в очі терористам, не пересувайтеся по салону та не відкривайте сумки без їхнього дозволу;
- не реагуйте на провокаційну або зухвалу поведінку;
- жінкам у міні-спідницях бажано прикрити ноги;
- якщо представники влади почнуть спробу штурму – лягайте на підлогу між кріслами й залишайтеся там до закінчення штурму;

- після звільнення – негайно залиште літак (автобус), тому що не виключена можливість його замінування терористами й вибуху парів бензину.

Оповіщення

Головний спосіб оповіщення населення про дії при виникненні надзвичайних ситуацій – це передача повідомлення мережею провідного мовлення (через квартирні і зовнішні гучномовці), а також через місцеві радіомовні станції і телебачення, пересувні автомобілі, оснащені гучномовцями. Для привернення уваги населення в екстремальних випадках перед передачею інформації включаються сирени та інші сигнальні засоби.

Запам'ятайте! Сирени і переривисті гудки інших сигнальних засобів означають сигнал цивільної оборони «УВАГА ВСІМ!».

Почувши такий сигнал, негайно увімкніть гучномовець, радіоприймач або телевізор і слухайте повідомлення управління з питань надзвичайних ситуацій.

На кожний випадок надзвичайних ситуацій підготовлено варіанти повідомлень на можливі надзвичайні ситуації.

Після подачі звукових сигналів (сирени, гудки і т. д.) передається мовна інформація про надзвичайну ситуацію.

Вислухавши повідомлення кожний громадянин повинен діяти без паніки і метушні у відповідності з отриманими вказівками.

Повідомлення включає: інформацію про надзвичайну ситуацію, місце і час виникнення надзвичайної ситуації; територія (райони, масиви, вулиці, будинки і т. д.), яка потрапляє в осередки (зони) ураження; порядок дій при надзвичайних ситуаціях; інша інформація.

ПОВІДОМЛЕННЯ будуть залежати від екстремальних умов, розмірів, тривалості та масштабності можливих наслідків надзвичайних ситуацій, ступеню небезпеки факторів ураження для населення міста та стану рятувальних і невідкладних аварійних відновлювальних робіт.

Кожний громадянин, який знаходиться на роботі, повинен виконувати всі розпорядження керівника цивільного захисту, діяти у відповідності з планом

цивільного захисту, а також брати участь у проведенні аварійно-рятувальних робіт у складі формувань або за вказівками органів управління ЦЗ.

Якщо громадянин знаходиться вдома при виникненні надзвичайних ситуацій, він повинен:

- тримати вдома постійно включеними репродуктори, радіоприймачі, телевізори для того, щоб слухати розпорядження і вказівки органів виконавчої влади, управлін з питань надзвичайних ситуацій;
- повідомити про отриману інформацію сусідів;
- привести в готовність індивідуальні засоби захисту органів дихання і шкіри, при їх відсутності приготувати найпростіші засоби (повсякденний одяг, взуття, ватномарлеві пов'язки, плівку тощо);
- постійно тримати при собі засоби індивідуального захисту, підготувати медичну аптечку, документи, засоби зв'язку, особистої гігієни, запас їжі та інше;
- провести у квартирі (домі) протипожежні профілактичні заходи (виключити газ, електропостачання та інше), підвищити захисні властивості квартири: зачинити вікна, кватирки, ущільнити їх;
- уточнити місце найближчого укриття (підвальне приміщення, метрополітен, паркінг) де можна укритися.

Якщо сигнал застав вас в транспорті, громадському місці (магазині, театрі, на ринку тощо) необхідно уважно і спокійно вислухати повідомлення, визначитись, де поблизу знаходиться станція метрополітену, укриття і як найшвидше добратися і укритися в них, якщо є час то якнайшвидше добратися додому і діяти у відповідності з отриманими вказівками.

ПОРЯДОК надання психологічної підтримки постраждалим при надзвичайній ситуації

1. Цей Порядок визначає механізм надання психологічної підтримки постраждалим при надзвичайній ситуації не медичними працівниками.

2. У цьому Порядку термін «надзвичайна ситуація» вживається у такому значенні - це обстановка на окремій території чи суб'єкті господарювання на ній або водному об'єкті, яка характеризується порушенням нормальних умов життєдіяльності населення, спричинена катастрофою, аварією, пожежею, стихійним лихом, епідемією, епізоотією, епіфітотією, застосуванням засобів ураження або іншою небезпечною подією, що призвела (може призвести) до виникнення загрози життю або здоров'ю населення, великої кількості загиблих і постраждалих, завдання значних матеріальних збитків, а також до неможливості проживання населення на такій території чи об'єкті, провадження на ній господарської діяльності.

Інші терміни вживаються у значеннях, наведених в [Основах законодавства України про охорону здоров'я](#) та інших нормативно-правових актах у сфері охорони здоров'я.

3. Послідовність дій при наданні психологічної підтримки постраждалим при надзвичайній ситуації не медичними працівниками:

- 1) надавати психологічну підтримку в безпечному місці;
- 2) характерні ознаки психологічних розладів: втрата фізичної сили; безглуздий і хаотичний руховий неспокій; відчуття виснаженості та нереальності; емоційна віддаленість від оточення, рідних; почуття провини; ворожі дії до оточуючих;
- 3) вивести постраждалого за межі місця пригоди та ізолювати його від надлишкової уваги оточуючих;
- 4) заспокоїти постраждалого, сказати, що Ви прийшли, щоб надати допомогу, що будете поруч та не залишите його до прибуття бригади екстреної (швидкої) медичної допомоги;
- 5) постійно підтримувати візуальний контакт з постраждалим;
- 6) спілкуватись з постраждалим спокійно, адекватно оцінюючи його побажання та дії;
- 7) при розмові уникати слів, які можуть викликати відчуття провини у постраждалого;

8) відволікати його від негативних думок та намірів;

9) переконати постраждалого, що необхідна допомога буде надана вчасно та професійно;

10) при можливості накрити постраждалого ковдрою;

11) забезпечити постійний нагляд за постраждалим до приїзду бригади екстреної (швидкої) медичної допомоги;

12) при погіршенні стану постраждалого до приїзду бригади екстреної (швидкої) медичної допомоги повторно зателефонувати диспетчеру екстреної медичної допомоги.

Номера телефонів екстрених служб (цілодобово, безкоштовно):

СБУ – 0800 501 482 (гаряча лінія)

Міноборони - 0 800 50 04 42 (гаряча лінія)

ДСНС – 101, черговий – (044) 202-32-11

Прикордонна служба - (044) 527-63-63(гаряча лінія)

БУДЬТЕ ПИЛЬНІ ТА УВАЖНІ!

Завідувач Сектору охорони праці та цивільного захисту Дікарева Т.П.