

МУ «Комплексный центр социального  
обслуживания населения» Орджоникидзевского  
района г. Магнитогорска Челябинской области  
Отделение социального обслуживания на дому

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**для социальных работников и граждан,  
состоящих на социальном обслуживании на  
дому в рамках  
«Школы безопасности  
для граждан пожилого возраста и инвалидов»**



Магнитогорск, 2020



Уважаемые коллеги!

Брошюра «Методические рекомендации для социальных работников и граждан, состоящих на социальном обслуживании на дому в рамках «Школы безопасности для граждан пожилого возраста и инвалидов» подготовлена с использованием практического материала на основе методических материалов организации здравоохранения и изучения опыта других регионов, собранных Михайловой Юлией Николаевной заведующим отделением социального обслуживания на дому.

В ней содержатся простые рекомендации для социальных работников, граждан пожилого возраста и инвалидов, состоящих на социальном обслуживании на дому в МУ «КЦСОН» Орджоникидзевского района г. Магнитогорска Челябинской области. Соблюдение данных рекомендаций поможет не стать жертвой преступников, сохранить имущество, деньги и ценности. Современные мошенники действуют не только силой, но и хитростью. Каждый год появляются все более изощренные мошеннические схемы.

Социальные работники, полиция и многие другие организации всегда придут на помощь. Но лучшим способом борьбы с правонарушениями были и остаются правовая грамотность и бдительность граждан.

Благодаря этой памятке, Вы получите полезную информацию о распространенных схемах мошенничества, научитесь распознавать преступников и избегать их ловушек. Изучите брошюру сами, возьмите ее с собой, покажите друзьям и знакомым!

## Содержание

Правила спасения при пожаре в многоэтажном доме.....	4-7
Осторожно мошенники!.....	8-10
Рекомендации гражданам (социальным работникам) по действиям при угрозе совершения террористического акта .....	11-15
Правила пожарной безопасности.....	16-19
Общие правила поведения в условиях пандемии (COVID-19) .....	20-21
Как правильно носить медицинскую маску?.....	22
Полезные номера.....	23
Приложения.....	24-28

## **Правила спасения при пожаре в многоэтажном доме**

Специалисты МЧС России продемонстрировали основные правила спасения при пожаре в многоэтажном доме.

Первое, о чем информируют спасатели: нужно иметь дома автономные пожарные извещатели, которые предупредят о наличии задымления в помещении при помощи громкого сигнала. И тут важнее всего сориентироваться - любое неверное движение может повлечь гибель. Не поддаваясь панике, следует определить (хотя бы примерно), откуда исходит дым и действовать в зависимости от этого. Если очаг задымления в подъезде, не надейтесь, что сможете "проскочить" сквозь него - только специальные самоспасатели (это капюшоны, которые способны фильтровать дым - о них ниже) позволят пройти непригодную для дыхания зону, но даже они не спасут, если вы столкнетесь с высокими температурами. Поэтому если на лестничной клетке дым - лучше оставаться дома, уйти в дальнее от подъезда помещение (балкон или лоджия также могут стать убежищем, но при условии, что там нет задымления). Необходимо плотно закрыть за собой входную дверь, при этом замок должен быть открытым, чтобы пожарные могли без труда проникнуть в квартиру или дом.

Дверные щели заткните влажной тканью или заклейте скотчем. Обезопасили себя - немедленно сообщайте о своем бедственном положении в экстренные службы по телефону «101» или «112» или другими способами (например, вывесив на окне полотенце или другую ткань). Тогда подразделения МЧС будут ориентированы именно на ваше спасение. В противном случае будет производиться поквартирный обход всех

помещений, начиная с тех, которые максимально приближены к очагу пожара.



Для себя важно помнить: внизу помещения концентрация дыма меньше и если лечь на пол, то дышать будет проще. Влажная ткань также способствует фильтрации дыма (но не гарантирует безопасности). Если очаг в вашей квартире, необходимо оценить обстановку на предмет самостоятельной эвакуации на лестничную клетку. Не собирайте вещи и драгоценности (так вы теряете время), берите близких и выбирайтесь из опасной зоны. Важно захлопнуть за собой все двери, это остановит распространение дыма и огня.

Если покинуть квартиру через дверь не представляется возможным, то в качестве аварийного выхода можно использовать балкон, плотно закрыв межкомнатную дверь, по возможности уплотнив ее влажной тканью. Большинство балконов спроектированы таким образом, что даже при повреждении остекления человек может укрыться за простенком.

В случае если на балкон выйти невозможно, то пройдите в дальнюю от пожара комнату, закрыв за собой все имеющиеся двери. Набирайте «101», сообщите номер квартиры, в которой находитесь, этаж, количество человек, расскажите на какую сторону у вас выходят окна (это сокращает время реагирования подразделений) и ожидайте помощи. Привлекайте внимание прохожих. Категорически запрещается прятаться от огня и дыма в ванной комнате!

Поговорим о самоспасателях. Существует много видов самоспасателей, и они имеют различное назначение. Если вы ищите модель на случай эвакуации при пожаре, обязательно проконсультируйтесь со специалистом об особенностях конкретной модели! Уточните, на какое время нахождения в задымленной зоне он рассчитан, фильтрует ли внешний воздух или использует собственный запас чистого воздуха.

О первичных средствах пожаротушения. Сотрудники Главного управления МЧС России по Челябинской области рекомендуют иметь в жилье огнетушитель. В случае необходимости он поможет ликвидировать возгорание на ранней стадии.

Об экстренных телефонах. Сообщить о своем бедственном положении можно по сотовому телефону, даже при отсутствии сим-карты и отрицательном балансе. Телефоны спасения «101», «112».

# ВАЖНО!

# ВАЖНО!

## Пожарная охрана информирует

*Пожарная безопасность для пожилых людей предполагает, что человек знает, как действовать в случае возгорания.*

*От подобных ситуаций никто не застрахован, поэтому нужно быть готовым ко всему:*

Наличие работающей пожарной сигнализации является очень важным, ведь согласно статистике

риск гибели уменьшается на **60%**, если она есть. Благодаря сигнализации пожилой человек вовремя узнает о наличии возгорания и сможет эвакуироваться.

Дайте знать людям, живущим по соседству, что пожилому человеку может потребоваться их помощь в случае пожара. Безопасность пожилых людей иногда зависит от того, знают ли соседи, что в помещении находится одинокий дедушка или бабушка.

Убедитесь, что телефон находится рядом с кроватью пожилого. Иногда престарелый человек чувствует опасность, но никак не может найти свой телефон, чтобы вызвать помощь.

У престарелого всегда должны быть под рукой очки, слуховой аппарат, трость, ключи. Безопасность пожилых людей зачастую оказывается под угрозой, потому что они не могут отыскать ключи или очки.

Убедитесь, что родственник может самостоятельно открыть входную дверь и окно, ведь безопасность пожилых людей иногда зависит именно от таких простых вещей.

### ДЕЙСТВИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОЖАРА

#### 1. СООБЩИТЬ О ПОЖАРЕ:



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

**101****112**(с мобильного телефона)

#### 2. ПРИНЯТЬ МЕРЫ ПО ЭВАКУАЦИИ ЛЮДЕЙ:



- 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



### БЕРЕГИТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ!



ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ - т.01, сот. 112, 101

ПАМЯТКА ПО БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ

## **Осторожно мошенники!**

В последнее время участились случаи совершения мошеннических действий в отношении пожилых граждан. Как правило, преступники под предлогом продажи (покупки) различных товаров, вещей и продуктов питания, представляясь работниками службы социальной защиты населения, медицинскими работниками и другими лицами, проникают в жилища одиноких пенсионеров, где, воспользовавшись их доверчивостью, совершают хищения денег, золотых изделий и иных мелкогабаритных ценных вещей.

В целях профилактики преступлений, совершаемых в отношении лиц пенсионного возраста, рекомендуется: Не нужно покупать никакие приборы и медикаменты с рук и на дому. Вы рискуете не только потерять деньги, но и свои здоровье.

«Если на ваш мобильный номер позвонили из банка, то, вне зависимости от того, что вам говорят, положите трубку, перезвоните банку по его официальному номеру, который указан на официальном сайте. Помните, что никто никогда и ни при каких обстоятельствах не попросит назвать вас полные данные вашей банковской карты, коды и пароли, которые приходят вам на номер телефона!»

Не нужно обращать внимание на СМС с сообщением о выигрыше в лотерею, тем более, если необходимо отправить определенную сумму денег на незнакомый номер или счет.

Если с вас требуют деньги за штраф, помните, что он не оплачивается на месте. Нужно как минимум несколько часов на то, чтобы он был оформлен должным образом и было вынесено постановление (а еще протокол, постановление о возбуждении дела об административном производстве и прочее). Затем оплата происходит либо в



банке, либо уже в службе судебных приставов-исполнителей.



Всегда требуйте документы у человека, который пришел к вам домой. Даже у волонтеров есть соответствующие удостоверения и пропуска. Существует и схема, при которой происходит оформление займов на имя пенсионера его родственниками или знакомыми, которым он сам передает свои личные данные. Не нужно давать данные паспорта незнакомым людям, особенно если их уточняют по телефону, а при утере паспорта необходимо сразу заявлять в полицию. Куда обращаться, если стал жертвой мошенников. Если вы стали жертвой обмана, то первое, что нужно сделать – это обратиться в правоохранительные органы.

Далее следует написать заявление, в котором необходимо подробно описать все обстоятельства и указать ущерб, который был причинен.



Одного знакомого, так сказать, развели на СМС, позвонили и сказали, что внучек попал в беду и если не дать взятку следователю, то внучка посадят, вот так знакомый пострадал от любви к внуку. Сосед, казалось бы, ушлый мужчина, был недавно разведен мошенниками на два новых счетчика на газ и на воду и еще на какие-то странные датчики (сумму он не сказал по причине стыда). А вам друзья желаем здоровья и никогда в жизни не быть обманутыми!

## **Рекомендации гражданам (социальным работникам) по действиям при угрозе совершения террористического акта**

Цель данных рекомендаций - помочь гражданам правильно ориентироваться и действовать в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, а также обеспечить создание условий, способствующих расследованию преступлений. Любой человек должен точно представлять свое поведение и действия в экстремальных ситуациях, психологически быть готовым к самозащите.

В последнее время часто отмечаются случаи обнаружения гражданами подозрительных предметов, которые могут оказаться взрывными устройствами. Подобные предметы обнаруживают в транспорте, на лестничных площадках, около дверей квартир, в учреждениях и общественных местах. Как вести себя при их обнаружении? Какие действия предпринять?



Если обнаруженный предмет не должен, по вашему мнению, находиться в этом месте, не оставляйте этот факт без внимания.

Если вы обнаружили забытую или бесхозную вещь в общественном транспорте, опросите людей, находящихся рядом. Постарайтесь установить, чья она и кто ее мог

оставить. Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю (машинисту).

Если вы обнаружили неизвестный предмет в подъезде своего дома, опросите соседей, возможно, он принадлежит им. Если владелец не установлен - немедленно сообщите о находке в ваше отделение милиции.

Если вы обнаружили неизвестный предмет в учреждении, немедленно сообщите о находке администрации или охране.

Во всех перечисленных случаях:

- не трогайте, не передвигайте, не вскрывайте обнаруженный предмет;
- зафиксируйте время обнаружения предмета;
- постарайтесь сделать все возможное, чтобы люди отошли как можно дальше от находки;
- обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы (помните, что вы являетесь очень важным очевидцем);

Помните: внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются самые обычные бытовые предметы: сумки, пакеты, коробки, игрушки и т.п.

#### ПОВЕДЕНИЕ В ТОЛПЕ

- Избегайте больших скоплений людей.
- Не присоединяйтесь к толпе, как бы ни хотелось посмотреть на происходящие события.
- Если оказались в толпе, позвольте ей нести Вас, но попытайтесь выбраться из неё.
- Глубоко вдохните и разведите согнутые в локтях руки чуть в стороны, чтобы грудная клетка не была сдавлена.

- Стремитесь оказаться подальше от высоких и крупных людей, людей с громоздкими предметами и большими сумками.
- Любыми способами старайтесь удержаться на ногах.
- Не держите руки в карманах.
- Двигаясь, поднимайте ноги как можно выше, ставьте ногу на полную стопу, не семените, не поднимайтесь на цыпочки.
- Если давка приняла угрожающий характер, немедленно, не раздумывая, освободитесь от любой ноши, прежде всего от сумки на длинном ремне и шарфа.
- Если что-то уронили, ни в коем случае не наклоняйтесь, чтобы поднять.
- Если Вы упали, постарайтесь как можно быстрее подняться на ноги. При этом не опирайтесь на руки (их отдавят либо сломают). Старайтесь хоть на мгновение встать на подошвы или на носки. Обретя опору, "выныривайте", резко оттолкнувшись от земли ногами.
- Если встать не удастся, свернитесь клубком, защитите голову предплечьями, а ладонями прикройте затылок.
- Попав в переполненное людьми помещение, заранее определите, какие места при возникновении экстремальной ситуации наиболее опасны (проходы между секторами на стадионе, стеклянные двери и перегородки в концертных залах и т.п.), обратите внимание на запасные и аварийные выходы, мысленно проделайте путь к ним.

- Легче всего укрыться от толпы в углах зала или вблизи стен, но сложнее оттуда добираться до выхода.
- При возникновении паники старайтесь сохранить спокойствие и способность трезво оценивать ситуацию.
- Не присоединяйтесь к митингующим "ради интереса". Сначала узнайте, санкционирован ли митинг, за что агитируют выступающие люди.
- Не вступайте в незарегистрированные организации. Участие в мероприятиях таких организаций может повлечь уголовное наказание.
- Во время массовых беспорядков постарайтесь не попасть в толпу, как участников, так и зрителей. Вы можете попасть под действия бойцов спецподразделений.

#### ДЕЙСТВИЯ ПРИ УГРОЗЕ СОВЕРШЕНИЯ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОГО АКТА

Всегда контролируйте ситуацию вокруг себя, особенно когда находитесь на объектах транспорта, культурно-развлекательных, спортивных и торговых центрах.

При обнаружении забытых вещей, не трогая их, сообщите об этом водителю, сотрудникам объекта, службы безопасности, органов милиции. Не пытайтесь заглянуть внутрь подозрительного пакета, коробки, иного предмета.

Не подбирайте бесхозных вещей, как бы привлекательно они не выглядели.

В них могут быть закамуфлированы взрывные устройства (в банках из-под пива, сотовых телефонах и т.п.). Не пинайте на улице предметы, лежащие на земле.

# АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

<p><b>ПРЕДУПРЕДИТЕЛЬНО-ЗАЩИТНЫЕ МЕРЫ</b></p> <p><b>Находясь дома:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Проверить состояние противопожарных дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>2. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>3. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>4. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>5. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>6. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>7. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>8. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> </ul> <p><b>Находясь в общественных местах:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>2. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>3. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>4. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>5. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>6. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>7. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> <li>8. Проверить состояние дверей, оконных решеток, оконных ставней, оконных жалюзи.</li> </ul>	<p><b>ПОВЕДЕНИЕ ПОСТРАДАВШЕГО</b></p> <p><b>Взрыв:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. При взрыве немедленно падайте на землю, лучше под укрытие (бордюр, торговую палатку, машину и т.п.).</li> <li>2. Для большей безопасности накройте голову руками.</li> <li>3. Если вы оказались в здании, немедленно покиньте его.</li> <li>4. Если вы оказались в транспорте, немедленно покиньте его.</li> <li>5. Если вы оказались в толпе, немедленно покиньте ее.</li> <li>6. Если вы оказались в помещении, немедленно покиньте его.</li> <li>7. Если вы оказались в транспорте, немедленно покиньте его.</li> <li>8. Если вы оказались в толпе, немедленно покиньте ее.</li> </ul> <p><b>Стрельба:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. При стрельбе немедленно падайте на землю, лучше под укрытие (бордюр, торговую палатку, машину и т.п.).</li> <li>2. Для большей безопасности накройте голову руками.</li> <li>3. Если вы оказались в здании, немедленно покиньте его.</li> <li>4. Если вы оказались в транспорте, немедленно покиньте его.</li> <li>5. Если вы оказались в толпе, немедленно покиньте ее.</li> <li>6. Если вы оказались в помещении, немедленно покиньте его.</li> <li>7. Если вы оказались в транспорте, немедленно покиньте его.</li> <li>8. Если вы оказались в толпе, немедленно покиньте ее.</li> </ul>	<p><b>ЕСЛИ ВАС ЗАХВАТИЛИ В ЗАЛОЖНИКИ</b></p> <p><b>ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Сохранять спокойствие и не поддаваться панике.</li> <li>2. Не оказывать сопротивление.</li> <li>3. Не пытаться убежать.</li> <li>4. Не пытаться бороться.</li> <li>5. Не пытаться убежать.</li> <li>6. Не пытаться бороться.</li> <li>7. Не пытаться убежать.</li> <li>8. Не пытаться бороться.</li> </ul>
<p><b>ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ВЗРЫВНОГО УСТРОЙСТВА</b></p> <p><b>В общественных местах:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Немедленно покинуть место обнаружения взрывного устройства.</li> <li>2. Не пытаться трогать взрывное устройство.</li> <li>3. Не пытаться снимать взрывное устройство.</li> <li>4. Не пытаться перемещать взрывное устройство.</li> <li>5. Не пытаться использовать взрывное устройство.</li> <li>6. Не пытаться уничтожить взрывное устройство.</li> <li>7. Не пытаться использовать взрывное устройство.</li> <li>8. Не пытаться уничтожить взрывное устройство.</li> </ul> <p><b>В транспорте:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Немедленно покинуть транспортное средство.</li> <li>2. Не пытаться трогать взрывное устройство.</li> <li>3. Не пытаться снимать взрывное устройство.</li> <li>4. Не пытаться перемещать взрывное устройство.</li> <li>5. Не пытаться использовать взрывное устройство.</li> <li>6. Не пытаться уничтожить взрывное устройство.</li> <li>7. Не пытаться использовать взрывное устройство.</li> <li>8. Не пытаться уничтожить взрывное устройство.</li> </ul>	<p><b>ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ УГРОЗЕ ТЕРРАКТА</b></p> <p><b>В общественных местах:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Немедленно покинуть место угрозы теракта.</li> <li>2. Не пытаться трогать взрывное устройство.</li> <li>3. Не пытаться снимать взрывное устройство.</li> <li>4. Не пытаться перемещать взрывное устройство.</li> <li>5. Не пытаться использовать взрывное устройство.</li> <li>6. Не пытаться уничтожить взрывное устройство.</li> <li>7. Не пытаться использовать взрывное устройство.</li> <li>8. Не пытаться уничтожить взрывное устройство.</li> </ul> <p><b>В транспорте:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Немедленно покинуть транспортное средство.</li> <li>2. Не пытаться трогать взрывное устройство.</li> <li>3. Не пытаться снимать взрывное устройство.</li> <li>4. Не пытаться перемещать взрывное устройство.</li> <li>5. Не пытаться использовать взрывное устройство.</li> <li>6. Не пытаться уничтожить взрывное устройство.</li> <li>7. Не пытаться использовать взрывное устройство.</li> <li>8. Не пытаться уничтожить взрывное устройство.</li> </ul>	<p><b>ПРИЗНАКИ НАЛИЧИЯ ВЗРЫВНЫХ УСТРОЙСТВ</b></p> <p><b>В общественных местах:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Наличие подозрительных предметов.</li> <li>2. Наличие подозрительных запахов.</li> <li>3. Наличие подозрительных звуков.</li> <li>4. Наличие подозрительных действий.</li> <li>5. Наличие подозрительных действий.</li> <li>6. Наличие подозрительных действий.</li> <li>7. Наличие подозрительных действий.</li> <li>8. Наличие подозрительных действий.</li> </ul> <p><b>В транспорте:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>1. Наличие подозрительных предметов.</li> <li>2. Наличие подозрительных запахов.</li> <li>3. Наличие подозрительных звуков.</li> <li>4. Наличие подозрительных действий.</li> <li>5. Наличие подозрительных действий.</li> <li>6. Наличие подозрительных действий.</li> <li>7. Наличие подозрительных действий.</li> <li>8. Наличие подозрительных действий.</li> </ul>

**ТВОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ - В ТВОИХ РУКАХ!**

Если вдруг началась активизация сил безопасности и правоохранительных органов, не проявляйте любопытства, идите в другую сторону, но не бегом, чтобы Вас не приняли за противника.

При взрыве или начале стрельбы немедленно падайте на землю, лучше под укрытие (бордюр, торговую палатку, машину и т.п.). Для большей безопасности накройте голову руками.

Случайно узнав о готовящемся теракте, немедленно сообщите об этом в правоохранительные органы.

Если вам стало известно о готовящемся или совершенном преступлении, немедленно сообщите об этом в органы ФСБ или МВД.

## Правила пожарной безопасности

Основными причинами пожаров являются неосторожное обращение с огнем, неисправность печного оборудования, нарушения правил эксплуатации электроприборов. Рассмотрим основные правила пожарной безопасности:

- Не курите и не пользуйтесь открытым пламенем (спичками, свечами и т.п.) в местах хранения горючих материалов.
- Не курите лежа в постели.
- Не оставляйте детей одних без присмотра, прячьте от детей спички.
- Не оставляйте топящиеся печи без присмотра, а также не поручайте присмотр за ними малолетним детям.
- Не применяйте для розжига печей бензин, керосин, дизельное топливо и другие легковоспламеняющиеся жидкости.
- Не топите углем, коксом, газом печи, не предназначенные для этих видов топлива.
- Не располагайте топливо и другие горючие вещества, и материалы на предтопочном листе.
- Не сушите одежду над печами и газовыми плитами.
- Не применяйте для обогрева жилья газовые бытовые плиты. Строго соблюдайте правила пользования газовыми приборами.
- Не отогревайте открытым пламенем, паяльными лампами, горящими углями замерзшие трубы и батареи водяного и парового отопления.
- Не пользуйтесь поврежденными розетками, выключателями и другими электроустановочными изделиями.
- Не применяйте для обогрева нестандартные (самодельные) электронагревательные приборы.



- Не используйте некалиброванные плавкие вставки (жучки) или другие самодельные аппараты защиты от перегрузки и короткого замыкания.



- Не оставляйте без присмотра включенными электроосвещение и электрообогреватели в домах, сараях, гаражах, чердаках, подвалах.
- Не эксплуатируйте электронагревательные приборы при отсутствии или неисправности терморегуляторов, предусмотренных конструкцией
- Не эксплуатируйте электропроводку с поврежденной изоляцией.
- Не перегружайте внутренние электрические сети несколькими, одновременно включенными электрическими приборами, особенно в старом жилом фонде, где изношены и имеют недостаточную мощность внутренние сети электрооборудования.



#### Действия в случае возникновения пожара

- Немедленно сообщите о пожаре в пожарную охрану по телефону 01 при этом необходимо назвать адрес, где произошел пожар.
- Сообщите прибывшим сотрудникам пожарной охраны о месте пожара, об оставшихся на месте пожара людях, о наличии в помещениях баллонов с газом, горючих жидкостей.
- О пожаре обязательно сообщите соседям и проживающим рядом с вами людям.
- Покиньте место пожара и помогите больным и немощным людям, детям эвакуироваться в безопасное место.
- Проверьте - все ли покинули место пожара.
- Не оставляйте открытыми окна и двери. Если помещение сильно задымлено, покидайте место пожара

пригнувшись к полу и используйте мокрую ткань, закрывая лицо. Если вы не можете покинуть место пожара, найдите безопасное место (комната, помещение), закройте плотно дверь, заткните тканью щели и по возможности поливайте дверь водой. Криками и жестами привлекайте к себе внимание пожарных и людей, в том числе стоя у окон, но не открывайте окна.

## Общие правила поведения в условиях пандемии (COVID-19)

1. Постарайтесь по возможности не посещать общественные места (магазины, банки) и не пользоваться общественным транспортом.
2. В случае крайней необходимости, при выходе из дома обязательно соблюдайте дистанцию с окружающими людьми не менее 1,5 метров.
3. При посещении мест массового скопления людей надевайте медицинскую маску.
4. Соблюдайте правила личной гигиены: мойте руки с мылом, используйте одноразовые салфетки при чихании и кашле, прикасайтесь к лицу только чистыми салфетками или вымытыми руками.
5. Поддерживайте в доме чистоту, используя дезинфицирующие средства.



6. Если вы заболели или почувствовали себя нехорошо, у вас есть признаки простуды или другие проблемы со здоровьем, например, давление – не ходите в поликлинику, а вызывайте врача на дом.
7. Если вы заболели простудой, и среди ваших близких есть лица, перенесшие Covid-19, обязательно скажите об этом врачу. Он назначит анализ на новую коронавирусную инфекцию.

COVID-19

РОСПОТРЕБНАДЗОР  
ЕДИНЬИЙ КОНСУЛЬТАЦИОННЫЙ ЦЕНТР  
РОСПОТРЕБНАДЗОРА 8-800-555-49-43

## ПРАВИЛА ПРОФИЛАКТИКИ НОВОЙ КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

# ЗАЩИТИ СЕБЯ



**З**акрывайте рот и нос при чихании и кашле



**А**нтисептиками и мылом с водой обрабатывайте руки и поверхности



**Щ**еки, рот и нос закрывайте медицинской маской



**И**збегайте людных мест и контактов с больными людьми



**Т**олько врач может поставить диагноз – вызовите врача, если заболели



**И**спользуйте индивидуальные средства личной гигиены

## Как правильно носить медицинскую маску?

Как надевать, использовать, снимать и утилизировать маску?

1. Перед тем как надеть маску, обязательно обработайте руки спиртосодержащим антисептиком или вымойте их с мылом.
2. Наденьте маску так, чтобы она закрывала нос и рот без зазоров между лицом и маской.
3. Не касайтесь маски во время использования! В случае прикосновения обработайте руки спиртосодержащим средством или вымойте их с мылом.
4. Смените маску, как только она станет влажной.
5. Не надевайте одноразовую маску повторно.
6. Снимайте маску за резинки, не прикасаясь к ее лицевой части! Немедленно утилизируйте ее в закрытый мусорный контейнер, затем протрите руки спиртовым антисептиком или вымойте их с мылом.

Маска – средство защиты «барьерного» типа. Существует несколько видов масок, мы поможем вам разобраться в их достоинствах и недостатках.





## **ПОЛЕЗНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ**

Единая дежурно-диспетчерская служба	112
«Телефон доверия» - служба экстренной психологической помощи	8-800-200-01-22
Пожарная служба	101
Полиция	102
Скорая медицинская помощь	103
ГОРГАЗ	104

Документы, необходимые для зачисления на социальное обслуживание на дому:

- копия документа, удостоверяющего личность заявителя ;
- копия страхового свидетельства обязательного пенсионного страхования (СНИЛС);
- копия справки, подтверждающая факт установления инвалидности заявителя (при наличии);
- копии льготных удостоверений;
- заключение врачебной комиссии медицинской организации о степени утраты способности заявителя к самообслуживанию и (или) самостоятельному передвижению и об отсутствии противопоказаний к предоставлению социальных услуг на дому (для граждан, не являющихся инвалидами).



Уважаемые жители  
Орджоникидзевского  
района!

В отделении социального обслуживания на дому действует индивидуальный подход к каждому клиенту. Вы всегда сможете выбрать те услуги, которые Вам необходимы.

Мы ждем Вас по адресу:  
пр. Ленина, 138 каб. 5, 10  
тел. 34-14-04 30-02-22

E-mail: [kcsn\\_ordg@mail.ru](mailto:kcsn_ordg@mail.ru)

Отделение  
социального  
обслуживания на дому  
МУ «Комплексный  
центр социального  
обслуживания  
населения»  
Орджоникидзевского  
района  
г. Магнитогорска

[www.kcson-ordg74.eps74.ru](http://www.kcson-ordg74.eps74.ru)  
<https://vk.com/id620238379>





Отделение социального обслуживания на дому является структурным подразделением МУ «Комплексный центр социального обслуживания населения» Орджоникидзевского района г. Магнитогорска.

Отделение осуществляет свою деятельность с 1987 года в целях временного или постоянного оказания гражданам пожилого возраста и инвалидам, частично утратившим способность к самообслуживанию и нуждающихся в посторонней поддержке, социально-бытовой помощи в надомных условиях.



Основными задачами отделения является организация социально-бытового обслуживания нуждающихся в посторонней помощи граждан с целью максимально возможного продления пребывания их в привычной социальной среде и поддержания их социального, психологического и физического статуса.



Социальное обслуживание на дому осуществляется социальными работниками.

Гражданам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации и нуждающимся в посторонней помощи вследствие частичной утраты способности к самообслуживанию, отделением предоставляются следующие виды гарантированных государством социальных услуг:

- покупка и доставка на дом продуктов питания;
- покупка и доставка на дом промышленных товаров первой необходимости, средств санитарии и гигиены;
- оплата за счет средств получателя жилищно- коммунальных услуг и услуг связи;
- помощь в приготовлении пищи;
- помощь в приеме пищи (кормление);
- предоставление гигиенических услуг лицам, не способным по состоянию здоровья осуществлять за собой уход;
- помощь в оформлении и восстановлении документов и др.

Социальные услуги предоставляются бесплатно, а также на условиях частичной или полной оплаты.



Не бойтесь, показаться невежливым, созвонитесь по телефонам с организациями, откуда к Вам пришли, убедитесь, что это не обман!



Если вы попали под пристальное внимание «гадательниц» и «целительниц», а уйти не удастся – постарайтесь рассмеяться, - смех разрушает даже гипноз, и они сами оставят Вас в покое.



Не забывайте, что лучше сразу же при любой из описанных ситуаций звонить в полицию по «02»

по сотовому телефону - «112» либо в дежурную часть своего отдела полиции.

МУ «КЦСОН»  
Орджоникидзевского района  
г. Магнитогорска  
Челябинской области  
Отделение социального  
обслуживания на дому

*Памятка пожилому  
человеку*

*«Безопасность  
начинается дома!»*





## **Повышение уровня безопасности пожилых людей**

### **Безопасность начинается дома!**

- Установите на двери и окна надёжные замки и запоры и используйте их.
- Не впускайте в квартиру незнакомых людей.
- Если социальные работники, слесари, электрики, представители пенсионного фонда или ЖКХ, пришли к Вам без вызова, это повод насторожиться!
- Мошенники часто выдают себя за представителей сферы обслуживания. Униформа и инструменты мало о чем говорят. Если Вы не знаете человека в лицо, проверьте его документы или спросите, в какой организации он работает и позвоните его работодателю, если что-либо покажется Вам подозрительным.
- Если Вы не можете рассмотреть лицо или документы по-

сетителя в глазок – накиньте цепочку, перед тем, как отпирать замок.

### **Безопасность вне дома!**

- Выходите на прогулку, лучше с семьёй или друзьями.
- Держите сумку поближе к себе, а кошелёк – во внутреннем кармане.
- Не носите с собой крупные суммы денег или кредитные карточки без надобности.
- Если Вы собираетесь по делам, убедитесь, что кто-нибудь знает, куда Вы собираетесь и когда вернетесь. Это должен быть кто-то, кто будет беспокоиться о Вас, если Вы не вернетесь в назначенное время и позвонит Вам, чтобы убедиться, что Вы в порядке.

### **Не станьте жертвой обмана!**

- Если Вас пытаются завлечь интересным предложением, таким как: бесплатный отдых, чудодейственное лекарство, медицинские приборы по низкой цене – не доверяйте подобным предложениям.

- Вам звонят с сообщением, что Ваш родственник или знакомый попал в аварию, за решетку, и теперь за него нужно внести залог, штраф, взятку – в общем, откупиться - ЭТО ОБМАН!
- На Ваш мобильный телефон поступают звонки или SMS-сообщения с неизвестных номеров с просьбой положить на счет деньги, чтобы помочь детям или получить приз, сообщают о крупном денежном или вещевом выигрыше и предлагают отправить SMS-сообщение или позвонить по указанному номеру для получения приза — не делайте этого, это как правило, мошенничество!

**Обо всех подозрительных случаях, когда незнакомые люди настойчиво пытаются навязать Вам свое общение и проявляют повышенное внимание, стремясь войти к Вам в дом - сообщайте в полицию!**

# ВАЖНО!

# ВАЖНО!

# Пожарная охрана информирует

*Пожарная безопасность для пожилых людей предполагает, что человек знает, как действовать в случае возгорания.*

*От подобных ситуаций никто не застрахован, поэтому нужно быть готовым ко всему:*

- Наличие работающей пожарной сигнализации является очень важным, ведь согласно статистике риск гибели уменьшается на **60%**, если она есть. Благодаря сигнализации пожилой человек вовремя узнает о наличии возгорания и сможет эвакуироваться.
- Дайте знать людям, живущим по соседству, что пожилому человеку может потребоваться их помощь в случае пожара. Безопасность пожилых людей иногда зависит от того, знают ли соседи, что в помещении находится одинокий дедушка или бабушка.
- Убедитесь, что телефон находится рядом с кроватью пожилого. Иногда престарелый человек чувствует опасность, но никак не может найти свой телефон, чтобы вызвать помощь.
- У престарелого всегда должны быть под рукой очки, слуховой аппарат, трость, ключи. Безопасность пожилых людей зачастую оказывается под угрозой, потому что они не могут отыскать ключи или очки.
- Убедитесь, что родственник может самостоятельно открыть входную дверь и окно, ведь безопасность пожилых людей иногда зависит именно от таких простых вещей.

## ДЕЙСТВИЯ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ПОЖАРА

### 1. СООБЩИТЬ О ПОЖАРЕ:



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

**101**

**112**

(с мобильного телефона)

### 2. ПРИНЯТЬ МЕРЫ ПО ЭВАКУАЦИИ ЛЮДЕЙ:



- 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 всё электрооборудование

### 4. ОРГАНИЗОВАТЬ ВСТРЕЧУ ПОЖАРНЫХ



ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ - т.01, сот. 112, 101

ПАМЯТКА ПО  
БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ  
ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ