

# Памятка руководителям, сотрудникам и студентам - Пожар в техникуме

1. Что делать в случае пожара в техникуме? Закрыть дверь в то помещение, где случился пожар. Если вы увидите горящее помещение через окно, не пытайтесь войти в это помещение. Открытая дверь не выпустит дым, но и помешает эвакуации. Внезапное поступление дополнительного воздуха может привести к распространению пожара с большей скоростью.

2. Поднять тревогу, вызвать пожарную охрану. Эвакуировать людей из здания. После этого провести переключку, чтобы удостовериться, все ли учащиеся эвакуированы.

Очень важно, чтобы не было задержки в выполнении вызова пожарной охраны. ***Ответственность за вызов должна быть возложена на классного руководителя или члена персонала, который потом должен доложить, что пожарная охрана вызвана.***

Услышав тревогу, ученики должны встать у своих парт, и по указанию учителя, покинув класс по одному, идти к заранее обговоренному сборному пункту. Директор техникума, услышав тревогу, немедленно должен проследовать к заранее условленному месту в сборном пункте, где он будет у всех на виду, и оставаться там до тех пор, пока не получит рапорт от всех подразделений. Следует предусмотреть специальные меры для детей инвалидов и детей с неуравновешенным характером.

***Все, кто не присутствует в классе во время сигнала тревоги, должны немедленно идти к пункту сбора и присоединиться к своему классу или группе, за исключением тех случаев, когда необходимо начать поиск людей или вещей, никому не разрешается возвращаться в здание.***

В первый день учебной четверти все ученики и персонал должны быть проведены по всем основным и запасным путям эвакуации, ознакомлен с местом сбора и проинструктирован о процедуре пожарной эвакуации.

***Учебная эвакуация должна проводиться не реже 1 раза в четверть, о чем должна проводиться соответствующая запись. Необходимо знать все пути выхода***

*из техникума, следует разработать план эвакуации, который необходимо отработать на практике.*

Противопожарная служба – 01

### Операторы мобильной связи

«Би Лайн» 01, 001 или 112;  
«Мегафон» 01, 010-019 или 112 (оператор);  
«МТС» 01 или 010-019;  
«Скайлинк» 01

## **Памятка студентам. Преодоление страха и паники при возникновении чрезвычайных ситуаций**

Те, кто утверждают, что не имеют чувства страха, прежде всего обманывают самих себя. Ощущение страха, появляющееся в момент опасности у человека, – естественное чувство. Это срабатывает инстинкт самосохранения – сигнал тревоги в опасной ситуации. Страх мобилизует физические силы, ускоряет работу мозга, концентрирует внимание, помогает выходить из тупиковой ситуации.

Отсутствие чувства страха в некоторых случаях означает отсутствие воображения и, следовательно, неспособность оценить опасность. Наоборот, те, у кого пылкое воображение, могут часто испытывать это ощущение непропорционально реальной опасности.

На почве страха у людей появляется беспокойство, трепет, слабость, бессилие, неподвижность, возбуждение. Это состояние сопровождается нарушениями вегетативной нервной системы или же истерической реакцией, которая характеризуется неясностью суждений и неспособностью к действиям. Отсутствие ясности в оценке ситуации влечет за собой состояние безвыходности и отказ от сопротивления. Человек, охваченный паникой, может быстро вовлечь в подобное состояние и окружающих.

Подобное поведение лишено какого-либо здравого смысла. Это чистый инстинкт, характеризующийся криком: "Спасайся, кто может!"

Люди, охваченные паникой, полностью теряют индивидуальные достоинства и становятся частью разрушительной массы, неспособной контролировать свои действия. Толпа, действующая вслепую, может увеличить опасность. Отсутствие представления о реальной опасности неоднократно приводило к необдуманным действиям, таким, как прыжки из окон верхних этажей. В те моменты это казалось менее мучительным, чем ожидание помощи или поиск другого способа спасения.

Противодействовать панике чрезвычайно трудно. Справиться с этим может человек очень известный и уважаемый, придерживающийся твердой линии поведения, умеющий разговаривать с толпой и внушать уважение.

### **Средства борьбы с паникой**

1. Убеждение (если есть время);
2. Категорический приказ;
3. Объяснение опасности, которая в данный момент несущественна;
4. Использование силы и устранение наиболее злобных паникеров.

Остановить толпу, которая впадает в панику, значительно легче, начиная с последних и уменьшая группу, насколько это возможно. Перегораживать дорогу толпе, которая движется, гораздо труднее, так как сзади давят на идущих впереди.

Когда страх становится постоянным состоянием, он превращается в подлость.

### **Преодоление трудностей в борьбе с паникой**

1. Человек должен верить во что-то высшее, или в себя самого, или в правоту того, что он делает;
2. Мотивация собственных поступков должна быть сильным импульсом, который помогает преодолевать трудности;
3. Опыт, предыдущие испытания, прожитая жизнь могут придать силы человеку.

*Для выживания необходимо быть всегда психологически подготовленным. Такой человек находится в лучших условиях и с ним не случится ничего плохого.*

**В чрезвычайной обстановке важно, чтобы вы были в состоянии**

1. Принимать быстрые решения;
2. Уметь импровизировать;
3. Постоянно и непрерывно контролировать самого себя;
4. Уметь различать опасность и распознавать людей;
5. Быть независимым и самостоятельным;
6. Быть твердым и решительным, когда потребуется, но уметь подчиняться, если необходимо;
7. Определять и знать свои возможности и не падать духом;
8. В любой ситуации пытаться найти выход.

*Никогда не сдавайтесь, ставка очень высока, чтобы в чрезвычайной ситуации уступить жизнь, не испробовав все возможные средства.*

# Памятка руководителям, сотрудникам учебных заведений. Порядок эвакуации при возникновении ЧС

*Большое значение для организованного осуществления эвакуации имеет своевременное оповещение учащихся.* В соответствии с заранее разработанными планами оповещение учащихся техникума производится руководящим составом учебного заведения по внутренним линиям связи и с помощью других технических и подвижных средств связи (сигнализация).

## Услышав сигнал об эвакуации, необходимо

1. *преподавателям, находящимся на занятиях в классах,*
2. прекратить проведение занятия;
3. оценить создавшуюся обстановку;
4. построить учеников в колонну по одному (по два);
5. сосчитать количество учеников перед выходом из класса;
6. без лишней суеты вывести учащихся через ближайший запасный выход на улицу;
7. отвести учащихся от здания техникума в безопасное место, находящееся на расстоянии высоты здания техникума;
8. ещё раз проверить количество выведенных учащихся (при меньшем количестве принять меры к поиску потерявшихся);
9. доложить руководителю учебного заведения о выведенных учащихся;
10. *другим работникам учебного заведения*
11. остановить проведение всех работ;
12. оценить создавшуюся обстановку;
13. при необходимости обесточить оборудование;
14. без лишней суеты покинуть здание через ближайший запасной выход;
15. доложить руководителю учебного заведения о себе и вышедших вместе с вами.

## Помните

- *Необходимо немедленно пресекать все случаи возникновения паники.*
- *Пути эвакуации из здания не должны пересекаться.*
- *Место сбора эвакуируемых должно находиться в безопасном месте, на расстоянии не ближе высоты здания учебного заведения.*

# Памятка руководителям и сотрудникам образовательных учреждений. Угроза террористического акта

## Признаки, указывающие на наличие взрывного устройства (ВУ):

- наличие на обнаруженном предмете проводов, верёвок, изолянты;
- подозрительные звуки, щелчки, тиканье часов, издаваемые предметом;
- характерный запах миндаля или другой необычный запах, исходящий от предмета.

## Причины, служащие поводом для опасения:

- нахождение подозрительных лиц до обнаружения этого предмета;
- угрозы лично, по телефону или в почтовых отправлениях.

## Действия при обнаружении предмета, похожего на взрывное устройство:

- Не трогать, не подходить, не передвигать обнаруженный подозрительный предмет! Не курить, воздержаться от использования средств радиосвязи, в том числе и мобильных, вблизи данного предмета.
- Немедленно сообщить об обнаружении подозрительного предмета в правоохранительные органы. Зафиксировать время и место обнаружения.
- Освободить от людей опасную зону в радиусе не менее 100 м.
- Обеспечить по возможности охрану подозрительного предмета и опасной зоны.
- Обеспечить (помочь обеспечить) организованную эвакуацию людей с территории, прилегающей к опасной зоне.
- Дождаться прибытия представителей правоохранительных органов, указать место расположения подозрительного предмета, время и обстоятельства его обнаружения.
- Действовать по указанию представителей правоохранительных органов.
- Не сообщать об угрозе взрыва никому, кроме тех, кому необходимо знать о случившемся, чтобы не создавать паники.
- Выделить необходимое количество персонала для осуществления осмотра объекта и проинструктировать его о правилах поведения: на что обращать внимание и как действовать при обнаружении опасных предметов.
- Проинструктировать персонал объекта о том, что запрещается принимать на хранение от посторонних лиц какие-либо предметы и вещи.
- Быть готовым описать внешний вид предмета, похожего на взрывное устройство.

**Предмет может иметь любой вид: сумка, свёрток, пакет и т.п.** Находится он, как правило, в месте возможного присутствия большого количества людей, вблизи взрыво- и пожароопасных мест, расположения различного рода коммуникаций. **По своему внешнему виду он может быть похож на ВУ (граната, мина, снаряд и т.п.):** торчащие проводки, верёвочки, изолента, скотч, тиканье часового

механизма, механическое жужжание, другие звуки, запах миндаля или другой незнакомый запах. При охране подозрительного предмета находиться, по возможности, за предметами, обеспечивающими защиту (угол здания, колонна, толстое дерево, автомашина и т.д.), и вести наблюдение.

### **Номера телефонов для оповещения**

<b>ФСБ</b>	<b>52-18-84</b>
<b>УВД</b>	<b>02 или 32-52-22</b>
<b>Единая служба спасения</b>	<b>01</b>
<b>ГО и ЧС</b>	<b>05</b>

### **Операторы мобильной связи**

<b>«Би Лайн»</b>	<b>01, 001 или 112;</b>
<b>«Мегафон»</b>	<b>01, 010-019 или 112 (оператор);</b>
<b>«МТС»</b>	<b>01 или 010-019;</b>
<b>«Скайлинк»</b>	<b>01</b>

# Меры антитеррористической и противодиверсионной защиты обучающихся и сотрудников

## Памятка руководителю образовательного учреждения.

### Меры антитеррористической и противодиверсионной защиты.

В целях реализации неотложных мер по усилению бдительности, обеспечению безопасности жизни и здоровья обучающихся и сотрудников образовательных учреждений **руководитель учреждения обязан:**

- Изучить руководящие документы по предупреждению *диверсионно-террористических актов* (Федеральный закон «О борьбе с терроризмом», постановление Правительства РФ от 15.09.99 №1040 «О мерах по противодействию терроризму», письмо Министерства образования РФ от 21.09.99 №38-55-45/38-02, от 28.10.99 №01-50-1499/38/6, от 01.02.2000 №38-51-02/38-06, настоящая памятка).
- Взять под личный контроль организацию *антитеррористической и противодиверсионной* защиты учреждения, развернуть разъяснительную работу среди обучающихся, их родителей, учителей, направленную на усиление бдительности, организованности, готовности к действиям в чрезвычайных ситуациях.

Особое внимание руководитель ОУ должен уделить реализации **перечисленных ниже мероприятий.**

- Совместно с представителями исполнительной и законодательной власти с привлечением средств массовой информации, Советами и Попечительскими советами, родителями провести комплекс предупредительно-профилактических мероприятий по повышению бдительности, направленной на *обеспечение безопасности обучающихся и учителей.*
- Постоянно поддерживать оперативное взаимодействие с органами ФСБ РФ, МВД РФ, прокуратуры, военным комиссариатом.
- *Усилить пропускной режим* допуска граждан и автотранспорта на контролируруемую территорию, исключить бесконтрольное пребывание на территории посторонних лиц.
- Исключить возможность нахождения бесхозных транспортных средств в непосредственной близости и на контролируемой территории.
- *Усилить охрану учреждения*, в случае отсутствия охраны организовать дежурство преподавательского и обслуживающего персонала.
- Не допускать к ведению ремонтных работ рабочих, не имеющих постоянной или *временной регистрации.*
- Обеспечить надежный *круглосуточный контроль* за вносимыми (ввозимыми) на территорию учреждения грузами и предметами ручной клади и своевременный вывоз твердых бытовых отходов.
- Ежедневно проводить проверку подвалов, чердаков, подсобных помещений, держать их закрытыми на замок и опечатанными, а также проверять состояние решеток и ограждений.
- Держать входные двери в закрытом состоянии с начала и до окончания занятий.

- Контролировать освещенность территории учреждения в темное время суток.
- Постоянно проверять наличие и исправность средств пожаротушения, их исправность, тренировать внештатные пожарные расчеты.
- Систематически корректировать схему оповещения сотрудников учреждения.
- Иметь в учреждении план действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайной ситуации (в дошкольном — инструкцию).
- Обеспечить *предупредительный контроль* мест массового скопления людей: классов, аудиторий и помещений, где будут проводиться занятия, совещания, собрания, культурно-массовые мероприятия.
- Знать **телефоны отделов ФСБ, МВД, прокуратуры, военного комиссариата, противопожарной службы, скорой помощи и аварийной бригады.**

***При обнаружении взрывчатых веществ (устройств), радиоактивных, химических и иных предметов, представляющих опасность для жизни и здоровья обучающихся и сотрудников***

- Немедленно сообщить о случившемся по телефонам «01» или «02».
- *Организовать эвакуацию* обучающихся (детей) и сотрудников в безопасную зону.
- Принять меры к оцеплению опасной зоны и запрещению прохода в нее людей.

По прибытии на место оперативной группы действовать в соответствии с указаниями старшего группы.



# Памятка по пожарной безопасности при проведении Новогодних и Рождественских праздников

Новогодние праздники – пора проведения елок, утренников и всевозможных развлекательных мероприятий.

**Руководителям организаций при проведении Новогодних праздников** во избежание несчастных случаев, связанных с пожарами, необходимо учесть следующие **требования пожарной безопасности**.

- Допускается использовать только помещения, обеспеченные не менее чем двумя эвакуационными выходами, отвечающими требованиям норм проектирования, не имеющие на окнах решеток и расположенные не выше 2 этажа в зданиях с горючими перекрытиями.
- Ёлка должна устанавливаться на устойчивом основании и с таким расчетом, чтобы ветви не касались стен и потолка
- При отсутствии в помещении электрического освещения мероприятия у елки должны проводиться в светлое время суток.
- Иллюминация должна быть выполнена с соблюдением ПЭУ. При использовании осветительной сети без понижающего трансформатора на елке могут применяться гирлянды только с последовательным включением лампочек напряжением до 12 В. Мощность лампочек не должна превышать 25 Вт.
- При обнаружении неисправности в иллюминации (нагрев проводов, мигание лампочек, искрение и т.п.) она должна быть немедленно обесточена.

## ***Запрещается***

- проведение мероприятий при запертых распашных решетках на окнах помещений, в которых они проводятся;
- применение дуговых прожекторов, свечей и хлопушек, фейерверков и другие световых пожароопасных эффектов, которые могут привести к пожару;
- украшение елки целлулоидными игрушками, а также ватой и марлей, не пропитанными огнезащитными составами;
- одевание детей в костюмы из легкогорючих материалов;
- проведение огневых, покрасочных и других пожароопасных и взрывоопасных работ;
- использование ставень на окнах для затемнения помещений;
- уменьшение ширины проходов между рядами и установка в проходах дополнительных кресел, стульев;
- полное отсутствие света в помещениях во время спектаклей и представлений;
- заполнение помещений людьми сверх установленной нормы.

***При проведении мероприятий должно быть организовано дежурство на сцене и в зальных помещениях ответственных лиц, членов добровольных пожарных формирований или работников пожарной охраны предприятия.***

# Памятка по пожарной безопасности при использовании пиротехнических изделий

Осталось совсем немного времени до Новогодних праздников. В торговые предприятия уже поступили на реализацию пиротехнические изделия. Государственными инспекторами по пожарному надзору проводится профилактическая работа по разъяснению мер предосторожности при использовании пиротехники, открытым огнем (свечами и т.п.). В целях обеспечения пожарной безопасности проводятся проверки противопожарного состояния мест проведения праздничных мероприятий, а также инспекции торговых точек, производящих продажу изделий пиротехники.

Чтобы предупредить несчастные случаи при использовании пиротехники, напоминаем основные правила продажи и использования ею.

В соответствии с Правилами пожарной безопасности продажа пиротехнических изделий разрешается в специализированных магазинах или отделах, которые должны располагаться на верхних этажах зданий и не примыкать к эвакуационным выходам.

Пиротехнические изделия должны храниться в металлических шкафах, установленных в помещениях, отделенных противопожарными перегородками. Не допускается их размещение и в подвалах.

Хранить пиротехнику дома в больших количествах запрещено. Нарушение этого требования приводит к несчастным случаям, как это было в 2007 году в городе Коврове. Родители складировали петарды на балконе. Младший сын зажег один из фейерверков и, испугавшись, бросил его в общую кучу. Произошло загорание, огонь распространился на всю комнату. Детей удалось спасти, но квартира пострадала от огня.

***Следует использовать только сертифицированную пиротехнику и запускать ее только на открытом пространстве, вдали от построек.***

## Пять классов опасности пиротехнических изделий

- **1** – бенгальские огни,
- **2 и 3** – более сильные. Их использование в помещениях категорически запрещено и может привести не только к пожару, но и к разрушению конструкций.
- **4 и 5** – эти классы пиротехники разрешено применять только профессионалам, имеющим специальную лицензию. Ее используют для больших салютов.

Современные пиротехнические средства представляют большой интерес для детей и подростков. Во многих случаях бесконтрольное обращение с опасными «игрушками» приводит к трагическим последствиям.

**Уважаемые взрослые, будьте внимательны!** Многие дети уже начали покупать пиротехнику в магазинах и бесконтрольно пользоваться ею. На подобных изделиях должны стоять данные о производителе и обязательная инструкция по применению. Запрещено продавать пиротехнику детям до 16 лет.

***Чтобы Новогодние праздники принесли вам и вашим родным радость, выполняйте элементарные правила пожарной безопасности!***

# Памятка студентам - Аварии и катастрофы

Причины возникновения ЧС в техногенной сфере хорошо известны: изношенность производственных фондов, устаревание технологического оборудования, отсутствие контроля за опасными производственными процессами, слабая дисциплина, халатное отношение к своим обязанностям. Именно эти причины, как правило, приводят к возникновению аварий и катастроф.

**Авария** – это повреждение машины, станка, оборудования, здания, сооружения. Происходит на коммунально-энергетических сетях, промышленных предприятиях. Если эти происшествия значительны и повлекли за собой серьезные человеческие жертвы, то их относят к разряду катастроф.

**Катастрофа** – это крупная авария, повлекшая за собой большие человеческие жертвы, ущерб здоровью людей, разрушение либо уничтожение объектов, материальных ценностей в значительных размерах, а также приведшая к серьезному ущербу окружающей природной среды.

В результате аварий на производстве возможны взрывы и пожары, а их последствия – разрушение и повреждение зданий, сооружений, техники и оборудования, затопление территории, выход из строя линий связи, энергетических и коммунальных сетей. Наиболее часты они на предприятиях, производящих, использующих или хранящих аварийно–химические опасные вещества (АХОВ).

*Чрезвычайные ситуации техногенного характера подразделяются на аварии (катастрофы):*

- транспортные;
- с выбросом АХОВ;
- с выбросом радиоактивных веществ;
- в выбросом биологически опасных веществ;
- на электроэнергетических системах;
- в коммунальных системах жизнеобеспечения;
- на очистных сооружениях;
- гидродинамические (прорывы плотин);
- пожары и взрывы.

# Памятка Если в квартире начался пожар

Если вы одни, сначала постарайтесь справиться с огнем (если очаг пожара носит локальный и простой характер), одновременно, криками старайтесь привлечь внимание соседей.

Если чувствуете, что огонь становится неуправляемым, звоните в пожарную охрану и покиньте квартиру.

Если вы не одни, вызывайте пожарную охрану и попытайтесь справиться с очагом огня.

***Вызывая пожарную охрану, сохраняйте спокойствие и членораздельную речь,***

***назовите:***

- улицу;
- номер дома;
- подъезд;
- этаж;
- номер квартиры (это может повлиять на тип и количество техники, которую к вам направят);
- кратко сообщите, что, где и сколько горит, есть ли люди, отрезанные огнем.

**Обязательно убедитесь, что вас поняли правильно.**

При самостоятельном тушении пожара ***нельзя тушить водой горящие предметы под напряжением.***  
***В случае любого пожара в квартире первым делом обесточьте квартиру на входном щитке.***

***Не бойтесь остаться в темноте даже ночью – пока что-то горит, видно, что тушить.***

На случай пожара хорошо иметь в квартире углекислотный огнетушитель, допустим, марки ОУ-5. Его преимущество в том, что им можно тушить предметы под напряжением.

Если такие финансовые затраты вам не по плечу, разоритесь хотя бы на садовый шланг длиной не менее 7–8 м. Рекомендуется расположить шланг на кухне (при пожаре отключается электричество и в ванной будет темно, а на кухне всегда будет светло от уличного освещения), а также обязательно нужно проверить, достаточно ли плотно он надевается на трубку крана. Традиционные ведра, тазики и чайники на реальном пожаре крайне неудобны.

**Помните!**

- При пожаре не открывайте окна, так как с поступлением кислорода огонь вспыхнет сильнее;
- уведите из опасной зоны детей и престарелых;
- вызовите пожарных по телефону **01**;
- выключите электричество, перекройте газ;
- залейте очаг пожара водой;
- передвигайтесь в задымленном помещении ползком или пригнувшись, закрыв нос и рот мокрой тряпкой.

## Памятка - Если загорелся человек

- Если на вас **загорелась одежда**, не вздумайте бежать, т.к. пламя разгорится еще сильнее.

- Постарайтесь быстро сбросить горящую одежду. Вам повезло, если рядом любая лужа или сугроб, – ныряйте туда. Если их нет, падайте на землю и катайтесь, пока не собьете пламя.
- Последняя возможность – накинуть на себя любую плотную ткань (пальто, одеяло и пр.), оставив при этом голову открытой. Не пытайтесь снимать одежду с обожженных участков тела до обращения к врачу.

## **Помощь при ожогах**

- Первым делом подставьте обожженное место под струю холодной воды.
- Когда боль утихнет, наложите чистую сухую повязку. Ни в коем случае не смазывайте ожог ни жиром, ни спиртом, ни маслом, ни кремом.
- До приезда врача дайте пострадавшему любое обезболивающее средство, напоите теплым чаем и укройте потеплее. При шоке срочно дайте 20 капель настойки валерианы.

*При серьезных ожогах пострадавшего необходимо завернуть в чистую ткань и отправить в травмпункт.*

# Памятка - Правила безопасного поведения детей на улице

Улица большого города не очень-то приспособлена даже для взрослого человека. Ребенок, оказавшийся здесь один, почти автоматически может считаться в состоянии экстремальной ситуации.

## Дорожно-транспортные происшествия

Это самая частая причина гибели детей на улицах, а травмы ДТП - самые тяжелые. Личный опыт, на который опирается ребенок, никогда не скажет ему, что тормозной путь машины при скорости 60 км/час – 15 метров. Особенности детской психики – фиксация внимания на одном предмете (другие ребенок уже не видит) – увеличивают его незащищенность. Отпуская ребенка на улицу, надо подготовить его к взаимоотношениям с городом, но при этом следует понимать, что вся наука сойдет на нет в ту минуту, когда мама сама переведет его через дорогу на красный свет.

## Незнакомые люди

С раннего детства ребенок должен знать, что люди бывают разные, и общаться надо только с теми, кого знаешь. Полиция многих стран считает обязательным для любого ребенка закон четырех «не»:

### Никогда

- не разговаривай с незнакомцем;
- не садись к незнакомцу в машину;
- не играй по дороге из школы домой;
- не гуляй с наступлением темноты.

**Очень важно объяснить ребенку, что незнакомец – это любой человек, которого не знает сам ребенок.**

Незнакомец может назвать ребенка по имени, сказать, что пришел по просьбе его мамы, может позвать посмотреть мультфильмы или предложить конфету. Но если человек ребенку незнаком, то он должен на все предложения отвечать отказом и **в случае опасности кричать: «Я его не знаю!»**

Родителям необходимо внушить ребенку, что никогда и ни при каких обстоятельствах они не пришлют за ним в школу, домой или во двор незнакомому человеку. Если такой человек подойдет, кем бы он ни назвался, надо немедленно бежать в людное место, звонить родителям или обратиться к милиционеру.

Время, когда ребенок начнет ходить один из школы домой, нужно максимально оттягивать. А когда это будет уже неизбежно, научите его соблюдать простые меры предосторожности: ходить только в группе детей или вдвоем, по дороге нигде не останавливаться, ходить всегда одним и тем же маршрутом, а придя домой, тут же позвонить маме или папе на работу.

## Необходимо приучить детей, чтобы:

- уходя из дома, они всегда сообщали, куда идут и как с ними связаться в случае необходимости;
- избегали случайных знакомств, приглашений в незнакомые компании;
- перед уходом из гостей, театра и т.п. шли домой, предупреждая родителей об этом;

- не входили в подъезд и лифт с незнакомыми людьми.

**Реагируйте на любой шум в подъезде, на крыльце, у дома, если вы ждете возвращения сына, дочери.**

Если вы хотите *влиять на безопасность* вашего ребенка, надо знать круг его общения (телефоны друзей и имена их родителей) и места, где ребенок может оказаться.

# Памятка - Безопасность пешехода

Современные города уже мало соответствуют естественным возможностям человека и из-за их размеров стало неэффективно передвигаться пешком. Каждый микрорайон, однако, всегда имеет почти все необходимое для удовлетворения повседневных нужд. В пределах своего квартала лучше не перегружать уличное движение и передвигаться пешком, даже если у вас есть автомобиль.

## Правила поведения пешеходов

- Переходить улицу только на зеленый сигнал светофора;
- переходить улицу в соответствующих местах, давая понять водителям о своем намерении, чтобы не заставлять их резко тормозить;
- передвигаться по тротуарам;
- пользоваться подземным переходом, если он есть;
- не ходить рядом с проезжей частью;
- не скапливаться на автобусных остановках, вынуждая остальных пешеходов сходить с тротуара;
- уступать дорогу родителям с детскими колясками;
- не идти по узкому тротуару под руку или обнявшись, занимая его целиком.

*Все эти правила должны диктоваться хорошим воспитанием и чувством уважения к другим.*



# Памятка Безопасность управления МОТОЦИКЛОМ, СКУТЕРОМ

Мотоцикл, скутер и велосипед большей частью используются молодежью, которая слишком часто уверена, что у нее мгновенная реакция, и это позволит избежать происшествий. Приобретая эти средства, необходимо помнить правила движения, правила содержания мотоцикла, скутера или велосипеда, а также знать, что делать в зоне интенсивного движения вблизи дома, как проверять тормоза, звуковой сигнал, передние и задние световые огни, цепи.

Если владельцем транспортного средства становится подросток, необходимо поставить его в известность об ответственности, напоминая, что мотоцикл, скутер и велосипед подпадают под действие правил, которые распространяются на все транспортные средства.

## **Управляя мотоциклом, скутером или велосипедом, надо помнить:**

- нельзя двигаться против движения транспорта;
- держаться строго правой стороны;
- оповещать об изменении движения заранее;
- не тормозить резко во избежание скольжения;
- быть внимательным к пешеходам, которые могут начать переходить улицу неожиданно;
- быть внимательным к автолюбителям, которые во время обгона создают воздушную волну, что может вызвать потерю равновесия;
- двигаться друг за другом;
- ночью использовать яркоокрашенную одежду и следить за тем, чтобы светоотражающие детали были чистыми;
- возить сумки или пакеты только на багажнике;
- выполнять требования дорожных знаков, чтобы избежать происшествий и штрафов;
- пользоваться велосипедными дорожками там, где они есть;
- не буксировать других и не ездить самому на буксире;
- не устраивать гонок на скорость или для выяснения того, кто лучше водит;
- заботиться о смазке соприкасающихся деталей;
- держать дистанцию при движении в потоке;
- снижать скорость на дороге, покрытой песком, льдом, снегом или на спуске.

***Помните о том, что в случае аварии наиболее вероятными жертвами становятся велосипедисты и мотоциклисты.***

# Памятка Безопасность поведения человека на воде

**Предметы, увеличивающие плавучесть человека** – спасательный круг, конец Александра, шары, доски.

**Плавсредства** – лодка, плот, надувной матрац.

**Приближение к утопающему** – по берегу, вплавь и извлечение его из воды.

Если пострадавший находится далеко от берега и способен к самостоятельным активным действиям, то ему необходимо бросить одно из описанных ниже специальных спасательных средств.

## Способы подачи спасательного круга

Нужно взять одной рукой **спасательный круг**, второй рукой взяться за леер (веревку), сделать 2–3 круговых движения вытянутой рукой на уровне плеча и бросить спасательный круг плашмя в сторону утопающего. Бросок должен быть сделан так, чтобы круг упал на расстоянии 0,5–1,5 м от человека. Бросать круг прямо на него нельзя – это может привести к травме. При бросании круга с лодки делать это нужно со стороны кормы или носа. Пострадавший может держаться за круг, леер или надеть круг на пояс.

**Конец Александра** нужно взять за большую петлю и сделать 2-3 витка веревки, малую петлю и оставшуюся веревку следует удерживать в другой руке. Сделав несколько замахов рукой с большой петлей, бросают конец Александра пострадавшему; тот в свою очередь должен надеть петлю через голову под руки или держать за поплавки. После этого пострадавшего подтягивают к берегу.

**Спасательные шары** можно взять одной рукой, а другой рукой взять трос, соединяющий их. После выполнения 2–3 замахов бросить шары пострадавшему.

## Плавсредства.

При оказании помощи утопающему могут использоваться лодки. Приближаться к пострадавшему нужно очень осторожно, с учетом направления ветра и течения, чтобы не нанести ему травму веслом, корпусом лодки, мотором. Пострадавшего можно поднять на борт или транспортировать к берегу по воде.

# Памятка - Первая помощь при солнечном или тепловом ударе

**Солнечный и тепловой удары** – это состояния, возникающие в результате перегрева организма. Особенно перегреванию подвержены дети, тучные люди, больные сердечно–сосудистыми и эндокринными болезнями.

**Солнечный удар** наступает при перегревании головы прямыми солнечными лучами. Первые признаки солнечного удара – вялость, разбитость, тошнота, головная боль, головокружение. В дальнейшем повышается температура тела (до 38°–40°С), появляется рвота, возможны обморок, судороги.

**Тепловой удар** чаще всего происходит в жаркую безветренную погоду. Особенно тепловому удару подвержены лица, плохо переносящие жару или занятые тяжелой физической работой. Возникновению теплового удара способствует темная одежда, плохо отражающая солнечные лучи, или одежда, не пропускающая воздух и задерживающая испарения тела. Тепловой удар может произойти и в закрытом помещении при высокой температуре и высокой влажности воздуха.

## Первая помощь

При признаках теплового или солнечного удара вызовите врача. До прибытия врача пострадавшего уложите в тени или прохладном помещении, снимите стесняющую дыхание одежду. К голове, боковым поверхностям шеи, подмышечным и паховым областям приложите емкости со льдом (водой), укутайте пострадавшего мокрой простыней, дайте обильное питье (подсоленную холодную воду, холодный чай, кофе). Для возбуждения дыхания пострадавшего похлопайте по лицу полотенцем (платком), смоченным в холодной воде, дайте вдохнуть нашатырный спирт, кислород, разотрите тело.

**До прибытия врача** дайте чайную ложку кордиамина, 1-2 ампулы 10% раствора кофеина (внутрь).  
Если дыхание затруднено или прекратилось, сделайте искусственное дыхание.

# Памятка - Если Вас застигла гроза

**Молния** – это искровой разряд электростатического заряда кучевого облака, сопровождающийся ослепительной вспышкой и резким звуком (громом).

**Опасность.** Молниевый разряд характеризуется большими токами, а его температура доходит до 300 000 градусов. Дерево, при ударе молнии, расщепляется и даже может загореться. Расщепление дерева происходит вследствие внутреннего взрыва из-за мгновенного испарения внутренней влаги древесины. Прямое попадание молнии в человека обычно заканчивается смертельным исходом. Ежегодно в мире от молнии погибает около 3000 человек.

Куда ударяет молния? Разряд статического электричества обычно проходит по пути наименьшего электрического сопротивления. Так как между самым высоким предметом, среди аналогичных, и кучевым облаком расстояние меньше, значит меньше и электрическое сопротивление. Следовательно, молния поразит в первую очередь высокий предмет (мачту, дерево и т.п.).

## Предупредительные мероприятия

Для снижения опасности поражения молнией объектов экономики, зданий и сооружений устраивается молниезащита в виде заземленных металлических мачт и натянутых высоко над сооружениями объекта проводами.

Перед поездкой на природу уточните прогноз погоды. Если предсказывается гроза, то перенесите поездку на другой день. Если Вы заметили грозовой фронт, то, в первую очередь, определите примерное расстояние до него по времени задержки первого раската грома, первой вспышки молнии, а также оцените, приближается или удаляется фронт. Поскольку скорость света огромна (300 000 км/с), то вспышку молнии мы наблюдаем мгновенно. Следовательно, задержка звука будет определяться расстоянием и его скоростью (около 340 м/с).

Например, если после вспышки до грома прошло 5 секунд, то расстояние до грозового фронта равно  $340 \text{ м/с} \cdot 5 \text{ с} = 1700 \text{ м}$ .

Если запаздывание звука растет, то грозовой фронт *удаляется*, а если запаздывание звука сокращается, то грозовой фронт *приближается*.

## Действия во время грозы

Молния опасна тогда, когда вслед за вспышкой следует раскат грома. В этом случае необходимо срочно принять меры предосторожности.

Если во время грозы Вы находитесь в сельской местности, закройте окна, двери, дымоходы и вентиляционные отверстия. Не растапливайте печь, поскольку высокотемпературные газы, выходящие из печной трубы, имеют низкое сопротивление. Не разговаривайте по телефону, т.к. молния иногда попадает в натянутые между столбами провода.

Во время ударов молнии не подходите близко к электропроводке, молниеотводу, водостокам с крыш, антенне, не стойте рядом с окном, выключите телевизор, радио и другие электробытовые приборы. Если Вы находитесь в лесу, то укройтесь на низкорослом участке леса. Не укрывайтесь вблизи высоких деревьев, особенно возле сосен, дубов и тополей.

Не находитеcь в водоеме или на его берегу. Отойдите от берега, спуститесь с возвышенного места в низину. В степи, поле или при отсутствии укрытия (здания) не ложитесь на землю, подставляя электрическому току все свое тело, а сядьте на корточки в ложбине, овраге или другом естественном углублении, обхватив ноги руками.

Если грозовой фронт настиг Вас во время занятий спортом, то немедленно прекратите их.

Металлические предметы (мотоцикл, велосипед, ледоруб и т.д.) положите в сторону, отойдите от них на 20–30 м.

**Если гроза застала Вас в автомобиле**, не покидайте его, при этом закройте окна и опустите антенну радиоприемника.

# Памятка - Осторожно, ядовитый гриб

Отравление грибами – довольно распространенный вид среди пищевых отравлений. Это объясняется массовостью сбора грибов, неумением отличать ядовитые грибы от съедобных, недостаточно тщательной обработкой своей лесной добычи.

**Бледная поганка** – самый ядовитый и опасный гриб, вызывающий смертельное отравление. Грибники часто путают ее с шампиньонами и сыроежками. Известны три разновидности бледной поганки: белая, желтая и зеленая. Она содержит фаллоидин – сложное по химическому строению вещество. Количество фаллоидина, содержащееся в одной поганке, достаточно, чтобы вызвать смертельное отравление у двоих человек. Отваривание, засол, сушка не уничтожают ядовитых свойств поганки.



Симптомы появляются через 6–8 часов и более после поступления яда в организм. Возможны неукротимая рвота, коликообразные боли в животе,

судороги. Наступает коматозное состояние (потеря сознания). На 2-3 день развивается печеночная болезнь и почечная недостаточность.



Отравление **мухомором** наступает спустя 30–40 минут. Признаки отравления: усиленное потоотделение, слюноотделение, сужение зрачков. Иногда появляется коматозное состояние.

**Ложные опята** искусно маскируются под опята. Но при внимательном рассмотрении у ложного опенка можно заметить более яркий, с ярко-желтыми или красноватыми оттенками цвет шляпки. Окраска шляпки настоящего опенка более скромная, густо покрыта мелкими темными чешуйками, направленными от середины к краю. Очень важное отличие настоящего опенка от ложного – белая пленка, связывающая край шляпки гриба с ножкой; цвет пластинок: у настоящего опенка они почти белые, у ложного – бурые или коричневые.



При отравлении этими грибами может возникнуть гастроэнтерит (воспаление желудочно-кишечного тракта), сопровождающееся тошнотой, рвотой, коликообразными болями.

Чаще всего бывает отравление условно съедобными грибами – **волнушками, свинушками**. Оно возникает вследствие неумелого их приготовления (такие грибы перед жарением следует отмачивать и отваривать).



Признаки отравления – тошнота, рвота, понос – наступают вскоре после употребления грибов. Выздоровление при своевременно оказанной помощи наступает обычно через сутки.

Можно отравиться и **съедобными грибами**. В старых грибах наряду с полезными веществами часто имеются продукты разложения белков, вредные для организма человека. Кроме того, в них нередко бывают насекомые и черви, которые выделяют ядовитые вещества (перед



варкой или жарением грибы тщательно чистят и моют). Причиной отравления могут быть неправильно заготовленные или испорченные сушеные и консервированные грибы. Ни в коем случае нельзя мариновать или солить грибы в оцинкованной посуде, т.к. велика опасность отравления цинком.

**Первая помощь при пищевых отравлениях:** промывание желудка, употребление активированного угля и слабительного (через 1-4 ч.).

## Советы грибнику

1. Собирайте только те *грибы*, в безвредности которых вы уверены.
2. Перед кулинарной обработкой тщательно *переберите грибы*, выбросьте старые, червивые и подозрительные.
3. Собирая шампиньоны, особое внимание обратите на цвет пластинок, он должен быть от розоватого до буро-коричневого (у бледной поганки цвет пластинок белый).
4. Собирая опята, не путайте их с ложными (у настоящего опенка пластинки светлые, под шляпкой белая пленка).
5. Если с вами дети, следите за тем, чтобы они не собирали мухоморы и другие приметные, но ядовитые грибы. Не пробуйте сырых грибов, особенно если в них сомневаетесь.

При засолке и мариновании грибов тщательно очищайте их и проваривайте; в засол и маринад добавляйте достаточное количество соли и уксуса.

**Не закрывайте банки герметическими крышками** – при этом создаются условия для **размножения ботулинической палочки**.

# Памятка - Безопасное поведение на льду

Один из опознавательных признаков прочности льда – его цвет. Во время оттепели или дождей лед становится белым (матовым), а иногда и желтоватым (значит он не прочен). Надежный ледяной покров имеет синеватый или зеленоватый оттенок.

## Обязательные правила для любителей подледного лова

1. Не пробивать рядом много лунок;
2. не собираться большими группами в одном месте;
3. не пробивать лунки на переправах

## Если вы с машиной провалились под лед

- Некоторое время машина может держаться на плаву и у вас есть несколько секунд, чтобы из нее выскочить.
- Если вы не успели покинуть автомобиль, и он погрузился под воду, не открывайте двери, так как вода тут же хлынет внутрь и машина начнет резко погружаться.
- При погружении на дно с закрытыми окнами и дверями воздух в салоне автомобиля держится несколько минут, это немало. Таким образом, есть возможность:
- оценить обстановку;
- активно провентилировать легкие (глубокие вдохи и выдохи позволяют наполнить кровь кислородом "впрок");
- избавиться от лишней одежды;
- мысленно представить себе путь наверх;
- выбирайтесь через дверь или окно (если сможете через опущенное стекло), протиснетесь наружу, взявшись руками за крышу, подтянитесь, а затем резко всплывите вверх.
- Выбирайтесь наружу, когда машина наполнится водой наполовину, т.к. если резко распахнуть дверь и попытаться тут же выбраться, вам будет мешать поток, идущий в салон.
- Выбравшись из машины, имейте в виду, что у вас есть 30–40 секунд для всплытия на поверхность.



# Памятка - Осторожно, ледостав

Каждый гражданин обязан строго соблюдать порядок и осторожность при участии в различных проводимых мероприятиях на льду. Особенно внимательно необходимо следить за детьми. Нельзя допускать катания на санках, лыжах и коньках по льду, если не известно, что это безопасное место. При несчастных случаях в зимний период надо уметь не только оказать помощь терпящему бедствие, но и действовать самостоятельно.

**Ледостав** – это время, когда пруды, реки, озера покрываются льдом, притягательным для детей и взрослых. Можно сократить путь, поиграть на льду и, конечно, успешно порыбачить. Но кроме радости, новизны ощущений период ледостава несёт с собой и опасность.

## Что же нужно хорошо знать и помнить, чтобы не увеличить этот скорбный список?

Во-первых, лучше всего не испытывать судьбу и **не выходить, тем более одному, на лед**, пока его толщина не достигнет 12 сантиметров.

*Нетерпеливым же и любителям острых ощущений следует знать, что при морозной погоде вес человека выдерживает чистый лёд толщиной 5-7 сантиметров. При оттепели, нечистый (с вмёрзшей травой, тростником) лёд такой толщины обязательно проломится.*

Во-вторых, **выходить на лёд и идти по нему** безопаснее всего там, где уже прошли люди (по следам, тропинкам). Если же приходится выходить на лёд первым, необходимо осмотреться: не просел ли лёд, нет ли вмёрзшей растительности, далеко ли полыньи. Хорошо иметь с собой крепкую и длинную палку. Передвигаться по неокрепшему и нехоженому льду следует, не отрывая ног ото льда и на расстоянии не менее 5-6 метров друг от друга.

В-третьих, **следует опасаться мест**, где лёд покрыт снегом. Снег, покрывая лёд, действует, как одеяло. Поэтому под снегом лёд нарастает значительно медленнее. Иногда бывает так, что по всему водоему толщина открытого льда 10 сантиметров, а под снегом всего 3 сантиметра. Нередко по берегам водоемов расположены промышленные предприятия. Некоторые из них спускают в реки, озера и пруды отработанные теплые воды, которые на большом расстоянии во всех направлениях подмывают лёд. Поэтому лёд вблизи таких предприятий всю зиму остается тонким и непригодным как для катания на коньках, так и для пешего движения.

Весьма опасным для катания являются промоины, проталины и полыньи. Они образуются там, где есть быстрое течение, где ручейки впадают в реки, где выступает родниковая вода.

## Правила передвижения по льду

- При передвижении по необследованному льду на лыжах нужно отстегнуть замки, лямки крепления лыж; петли лыжных палок снять с кистей рук, если есть рюкзак, снять одну лямку с плеча, чтобы в любой момент от него можно было избавиться.
- Рыболовы часто занимаются рыбной ловлей круглый год. Зимой для подледного лова они вырубают на льду лунки, которые нередко достигают одного метра в окружности. Как правило, рыболовы эти места не ограждают. За ночь отверстие во льду затягивает тонким льдом, запорашивает снегом, и его сразу трудно заметить. Поэтому, прежде чем кататься на льду, необходимо внимательно осмотреть его. Обозревая поверхность водоема, можно легко

обнаружить, например, чистое место, не запорошенное снегом, – значит была полынья или пробоина, не успевшая покрыться прочным льдом.

- На ровном снеговом покрове можно увидеть темное пятно, – значит здесь под снегом может оказаться молодой, неокрепший лед. Можно увидеть и вешки, обозначающие трассу на льду, и таким образом уберечь себя от проваливания под лед. Рыбакам не следует сверлить, рубить много лунок на одном участке. Очень надёжно и уместно иметь с собой простейшее спасательное средство: тонкий, крепкий шнур длиной около 10 метров. С одного конца – петля, с другого – груз весом 150–200 граммов (безопаснее всего – мешочек с набитым внутри песком). Аккуратно накрученный на груз шнур должен лежать в кармане. Если под Вами проломился лёд, петля затягивается на туловище или руке, а груз бросается подальше от себя в сторону спасающего.
- Очень опасно скатываться в незнакомом месте с обрывистых берегов на лыжах, санках или коньках. Даже заметив впереди себя прорубь, лунку или пролом во льду, трудно будет затормозить или отвернуть в сторону. Поэтому для катания на коньках выбирайте только места, обследованные взрослыми, с прочным ледяным покровом.

### **Ребята, старшие школьники!**

**Если с вашим товарищем на льду произошел несчастный случай, немедленно придите ему на помощь.**

### **Оказывая помощь пострадавшему, придерживайтесь перечисленных ниже правил:**

- к месту пролома во льду не подходите стоя, а приближайтесь лежа, ползком на животе, с расставленными в сторону руками и ногами, иначе рискуете сами провалиться под лед;
- если у вас под рукой окажется доска, палка толкайте их перед собой и подавайте пострадавшему за 3–5 метров от провала. Даже шарф, снятое пальто в таких случаях может спасти жизнь и тонущему, и спасателю;
- как только терпящий бедствие ухватится за поданный ему предмет, тяните его ползком на берег или на крепкий лед.

*По неосторожности с каждым может случиться несчастье:* можно не заметить проруби, лунки или попасть на тонкий лед.

### **Попав в беду, следует**

- немедленно звать на помощь (первый, кто услышит ваш зов, поспешит оказать вам ее);
- пока же помощь придет, постарайтесь сохранить спокойствие, не барахтайтесь в воде, а попытайтесь опереться грудью на кромку льда с выброшенными вперед руками и самостоятельно выбраться на лед;
- взобравшись на лед, двигайтесь лежа, пока не выберетесь из опасного места.

***Если твой товарищ попал в беду,  
а ты один не в силах помочь, –***

***зови, кричи, делай все возможное, чтобы привлечь внимание других людей для оказания помощи.***

# Памятка - Осторожно, гололедица

**Гололед** – это слой плотного льда, образовавшийся на поверхности земли, тротуарах, проезжей части улицы и на предметах (деревьях, проводах и т.д.) при замерзании переохлажденного дождя и мороси (тумана). Обычно гололед наблюдается при температуре воздуха от 0°С до –3°С. Корка замерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

**Гололедица** – это тонкий слой льда на поверхности земли, образующийся после оттепели или дождя в результате похолодания, а также замерзания мокрого снега и капель дождя.

## Действия во время гололеда (гололедицы)

Если в прогнозе погоды дается сообщение о гололеде или гололедице, примите меры для снижения вероятности получения травм. Подготовьте малоскользкую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, можете натереть подошвы песком (наждачной бумагой).

Передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны. Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заостренными шипами. Если Вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайтесь сгруппироваться и, перекатившись, смягчите удар о землю. Гололед зачастую сопровождается обледенением.

В этом случае особое внимание обращайте на провода линий электропередач, контактных сетей электротранспорта. Если Вы увидели оборванные провода, сообщите администрации населенного пункта о месте обрыва.

Не стойте близко к краю проезжей части на остановках общественного транспорта, т.к. при торможении или трогании с места автобус, маршрутку может занести.

Особо внимательными будьте при переходе улицы в установленных для этого местах. Не начинайте свое движение до полной остановки автотранспорта.

***Помните, что тормозной путь автомобиля значительно увеличивается в условиях гололедицы.***

# Памятка - Осторожно, сосульки

## Образование сосулек на крышах

По мере того как вода продолжает стекать вниз по ледяной оболочке, часть ее замерзает, и народившаяся сосулька начинает расширяться. Остальная вода присоединяется к свисающей капле. Постепенное замерзание воды по краям капли приводит к *расширению сосульки*. Если капля становится слишком большой (более 5 мм в диаметре), она падает, однако вскоре талая вода образует новую каплю. Пока существует приток талой воды, **сосулька расширяется** и удлиняется. Кончик же сосульки, диаметр которого определяется размером свисающей капли, остается узким.

Всем известно, что лед образуется из воды при температуре меньше 0°C. На образование льда на крыше влияют следующие основные факторы (в порядке значимости):

- крутизна склона крыши и ее шероховатость. Если угол склона крыши (в зависимости от ее шероховатости) более 40°–60°, то при снегопаде снежный покров на крыше не образуется, соответственно, вероятность **появления сосулек** на краю крыши в течение зимнего сезона очень мала;
- важным фактором, влияющим на объемы образования льда зимой на крыше, является утепление крыши и вентиляция подкровельного пространства. Причем, количество растаявшего снега напрямую зависит от теплоизоляции крыши: чем она лучше, тем меньше растает снега.

## Меры безопасности при падении сосулек с крыш

- Прежде чем пройти под карнизом здания с сосульками, внимательно посмотрите на состояние обледенения;
- не стойте под карнизами зданий, на которых **образовались сосульки**;
- по возможности освободите карниз здания от образовавшегося обледенения;
- при необходимости прохождения под обледеневшим карнизом здания, старайтесь как можно быстрее преодолеть этот участок.

## Защита карниза здания от образования сосулек

- Утепление чердачного помещения здания;
- угол наклона крыш при строительстве должен быть не менее 40°–60°;
- постоянное очищение **карниза здания** от образовавшейся наледи.

# Памятка - Осторожно, снежные заносы

**Занос снежный** – это гидрометеорологическое бедствие, связанное с обильным выпадением снега, при скорости ветра свыше 15 м/с и продолжительностью снегопада более 12 часов.

**Метель** – перенос снега ветром в приземном слое воздуха. Различают поземок, низовую и общую метель. При поземке и низовой метели происходит перераспределение ранее выпавшего снега, при общей метели, наряду с перераспределением, происходит выпадение снега из облаков. Возможно снижение видимости на дорогах до 20-50 м, а также частичное разрушение легких зданий и крыш, обрыв воздушных линий электропередачи и связи.

## Подготовка к метелям и заносам

*Если Вы получили предупреждение о сильной метели, плотно закройте окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия.*

- Стекла окон оклейте бумажными лентами, закройте ставнями или щитами.
- Подготовьте двухсуточный **запас воды** и пищи, запасы медикаментов, средства автономного освещения (фонари, керосиновые лампы, свечи), походную плитку, радиоприемник на батареях.
- Уберите с балконов и подоконников вещи, которые могут быть захвачены воздушным потоком.
- Включите радиоприемники и телевизоры (по ним может поступить новая *важная информация*).
- Подготовьтесь к возможному отключению электроэнергии.
- Перейдите из легких построек в более прочные здания.
- Подготовьте инструмент для **уборки снега**.

## Действия во время сильной метели

- Выходите из зданий лишь в исключительных случаях.
- Сообщите членам семьи или соседям, куда Вы идете и когда вернетесь.
- В автомобиле можно двигаться только по большим дорогам и шоссе. При выходе из машины не отходите от нее за пределы видимости. Остановившись на дороге, подайте сигнал тревоги прерывистыми гудками, поднимите капот или повесьте яркую ткань на антенну, ждите помощи в автомобиле. При этом можно оставить мотор включённым, приоткрыв стекло для обеспечения вентиляции и предотвращения отравления угарным газом.
- Если Вы потеряли ориентацию, передвигаясь пешком вне населённого пункта, зайдите в первый попавшийся дом, уточните место Вашего нахождения и, по возможности, дождитесь окончания метели.
- Если Вас покидают силы, ищите укрытие и оставайтесь в нём.
- Будьте внимательны и осторожны при контактах с незнакомыми Вам людьми, так как во время стихийного бедствия резко возрастает число краж из автомобилей, квартир и служебных помещений.

*Во время сильной метели запрещается выходить в одиночку.*

## Действия после сильной метели

- Если в условиях сильных заносов Вы оказались заблокированным в помещении, осторожно, без паники, выясните, нет ли возможности выбраться из-под заносов самостоятельно (используя имеющийся инструмент и подручные средства).
- Если самостоятельно разобрать снежный занос не удаётся,
  - попытайтесь установить связь со спасательными подразделениями;
  - включите радиотрансляционный приёмник (телевизор) и выполняйте указания местных властей;
  - примите меры к сохранению тепла и экономному расходованию продовольственных запасов.

## **Первая помощь при обморожении**

В отапливаемом помещении согрейте *обмороженную часть тела*, растерев сухой мягкой тканью, затем поместите ее в теплую воду и постепенно доведите температуру воды до 40°–45°С. Если при обморожении боль проходит и чувствительность восстанавливается, то вытрите руку (ногу) насухо, наденьте носки (перчатки) и, по возможности, обратитесь к хирургу.

# Памятка - Если человек обморозил конечности

## Признаки обморожения конечностей:

1. потеря чувствительности конечностей;
2. кожа конечностей бледная, твердая и холодная на ощупь;
3. нет пульса у лодыжек;
4. при постукивании пальцем слышен деревянный звук.

## Это нужно знать

Первая помощь заключается в немедленной доставке пострадавшего в теплое помещение. Прежде всего необходимо согреть отмороженную часть тела, восстановить в ней кровообращение. Наиболее эффективно и безопасно это достигается с помощью тепловых ванн, в которых за 23-30 мин температуру воды поднимают с 20° до 40°С. После ванны (согревания) поврежденные участки тела надо высушить (протереть), закрыть повязкой и тепло укрыть. Нельзя смазывать их жиром и мазями, так как это затрудняет последующую обработку.

Обмороженные участки тела нельзя растирать снегом, так как при этом усиливается охлаждение, а льдинки ранят и загрязняют кожу. Если побелели щеки, нос, уши, достаточно растереть их чистой рукой до покраснения и появления покалывания и жжения. Обмороженное место лучше растереть любой тканью, мягкой перчаткой; при обморожении ног следует очень осторожно снять обувь, чтобы не повредить отмороженные пальцы. Если это требует больших усилий, то лучше распороть обувь ножом по шву. Пострадавшим необходимо дать горячее питье (кофе, молоко, чай).

## Запрещается

1. растирать обмороженную кожу;
2. помещать обмороженные конечности в тёплую воду или обкладывать грелками;
3. смазывать кожу маслами.

Население на улицах населённых пунктов при отрицательной температуре воздуха, как правило, подстерегает опасность гололеда. В результате этого ежегодно многие жители деревень и посёлков вынуждены обращаться за медицинской помощью. Чтобы избежать травм, нужно заранее готовиться к наступлению холодов.

## Чтобы снизить или предотвратить последствия гололеда, нужно

1. наклеить на каблук и подошву поролон или лейкопластырь, или натереть наждачной бумагой;
2. надевать обувь на микропористой и иной мягкой основе;
3. при ходьбе не торопиться, ноги слегка расслабить в коленях, стремиться наступать на всю подошву;
4. пожилым людям в сильный гололед лучше не выходить на улицу, а при необходимости прогулки брать с собой палку или трость с резиновым наконечником.

# Памятка студентам - Если Вас укусила змея

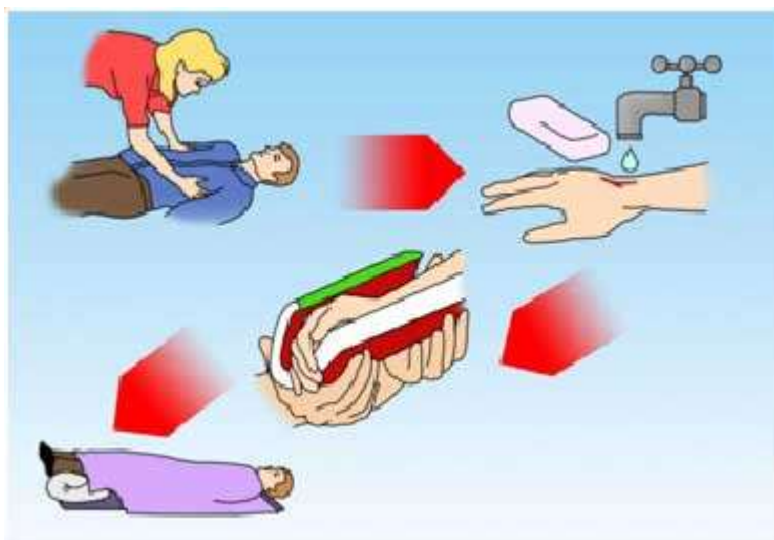
Укус ядовитой змеи может стать для человека смертельным, поэтому, двигаясь по лесу, внимательно смотрите под ноги, раздвигая палкой густую траву. Будьте особо внимательны на солнечных полянах, у старых пней, копен соломы (сена), нагретых солнцем камней. При обнаружении змеи остановитесь и отступите назад, не делая при этом резких движений. Никогда не становитесь на пути движения змеи.

## Первая помощь при укусе змеи

1. Уложите пострадавшего в тень так, чтобы голова была ниже уровня тела, с целью улучшения мозгового кровообращения;
2. незамедлительно приступите к отсасыванию яда из ранки укуса

**Внимание!** При наличии ранки во рту или кариозных зубов отсасывание яда невозможно.

1. Энергичное раннее отсасывание в течение 5–7 минут дает возможность удалить до 40% яда, однако, через 15–30 минут удастся удалить только 10% яда. При укусе в руку отсасывание может проводить сам пострадавший;
2. придайте неподвижность пораженной конечности (наложением шины и др.) для уменьшения поступления яда в лимфатическую систему;
3. при необходимости произведите искусственное дыхание; обеспечьте пострадавшему покой;
4. дайте обильное питье для нормализации водно-солевого баланса;
5. обработайте место укуса антисептиками и наложите тугую стерильную повязку;
6. доставьте пострадавшего как можно быстрее в лечебное учреждение.



**Категорически противопоказано наложение жгута!**

Нежелательны разрезы в области укуса, так как они приводят к образованию долго незаживающих язв и способствуют попаданию вторичной инфекции.

# Памятка студентам – Если на Вас напала собака



- Попытаться остановить нападающую собаку громкой командой "Фу", "Сидеть", "Стоять" и т.д.
- Бросить в собаку какой-либо предмет, чтобы выиграть время.
- Использовать газовое оружие и аэрозоли с перцовым наполнителем.
- Защититься с помощью палки или камня.
- При прыжке собаки защитить горло, прижав подбородок к груди и выставив вперед руку.
- Ударить собаку в нос, пах, язык.

### ***Нельзя***

- Заигрывать с незнакомой собакой, даже если она кажется вам дружелюбной.
- Подходить к собаке, когда она ест.
- Показывать свою боязнь.
- Пытаться убежать.
- Поворачиваться к собаке спиной.

***При укусе собаки необходимо немедленно обратиться к взрослым и в лечебное учреждение, так как собака, возможно, является переносчиком острой вирусной болезни – бешенства.***

Первые признаки болезни у людей всегда появляются в месте укуса в виде зуда, боли, невралгических болей по ходу ближайших к месту укуса нервных путей. Больные испытывают беспричинный страх, тоску, тревогу, появляется повышенная чувствительность к звуковым и световым раздражителям, резко повышается температура.

Пройти полный курс лечебно-профилактических прививок. Сейчас не надо делать по тридцать уколов в живот, как это было несколько лет назад. Курс лечения состоит из шести инъекций. Современные препараты позволяют успешно предупредить у человека заболевание при укусах любой тяжести.

### **Меры профилактики бешенства**

**Бешенство** – острое вирусное инфекционное заболевание, общее для человека и животных, всегда заканчивается смертью. Бешенством болеют все млекопитающие.

Заражение происходит через укусы, оцарапывание, ослюнение больным животным, а также при контакте с предметами, загрязненными инфицированной слюной.

***Пострадавшие от укусов животными должны знать***, что возбудитель бешенства может находиться в слюне больного животного за 10 дней до появления первых признаков заболевания. Из домашних животных источником заражения людей чаще всего становятся собаки и кошки, из диких - лисицы, волки, енотовидные собаки и различные грызуны.

***Следует обратить внимание***, что от укусов чаще страдают дети, которым необходимо избегать ненужных контактов с животными.

Особые меры предосторожности следует принимать при контакте с дикими животными, в том числе грызунами, во время летнего отдыха на природе. Неправильное поведение зачастую приводит к различным осложнениям, тяжелымкусам, увечьям, угрожающим здоровью и жизни людей.

Животные должны быть зарегистрированы в ветеринарной станции по борьбе с болезнями животных административного округа и ежегодно прививаться против бешенства.

***Прививки против бешенства животным проводятся бесплатно.***

При любом заболевании животного и особенно при появлении симптомов бешенства (обильное слюнотечение, затруднение глотания, судороги), немедленно обращайтесь в ближайшую ветеринарную станцию, ни в коем случае не занимайтесь самолечением.

*Если ваше животное укусило человека*, не убегайте, а сообщите пострадавшему свой адрес и доставьте собаку или кошку для осмотра и наблюдения врачом ветеринарной станции. Владелец животного несет полную административную, а при нанесении тяжелых увечий и смерти пострадавшего – уголовную ответственность за нарушение «Правил содержания животных».

*Бешенство человека можно предупредить только профилактическими прививками, эффективность которых зависит от срока обращения за медицинской помощью.*

В целях профилактики бешенства все пострадавшие от укусов, оцарапывания и ослюнения животным и для проведения курса антирабических прививок должны немедленно обратиться за медицинской помощью в травматологический пункт по месту жительства.

*Обращаем внимание, что прививки против бешенства людям проводятся бесплатно, независимо от наличия полиса обязательного медицинского страхования.*

*Только своевременно проведенные антирабические прививки могут предупредить заболевание бешенством!*

В медицинской практике применяется вакцина, которая практически не дает осложнений и вырабатывает высокий уровень иммунитета. Курс прививок отечественной антирабической вакциной составляет всего **6** уколов, вакцина вводится в дозе **1,0** мл в дельтовидную мышцу (плечо).

# Памятка студентам - Если Вас ужалила пчела

- Удалите жало острым ножичком или ногтем. А вот осы кусают, а не жалят (поэтому и остаются в живых), и в ранке остается только яд.
- Протрите ранку разведенным спиртом или водкой, или йодом.
- Приложите компрессы с настойкой полыни, корней валерианы, листья тысячелистника, петрушки к месту укуса.
- Выпейте стакан воды с разведенной в нем ложкой меда сразу после укуса.
- Приложите к коже холод. Ни в коем случае не применяйте для этих целей землю, глину, потому что можно подхватить столбняк.
- Положите на ранки кусочек сахара, если вас покусал целый рой насекомых, он вытянет яд. Лягте в постель, вызовите врача и больше пейте.
- Выпейте 1-2 таблетки антиаллергена (кларитин, тавегил, супрастин), если ужаленное место распухло, покраснело и нещадно чешется. Детям антиаллергены дают из расчета 0,1 таблетки на один возрастной год.
- Вызовите срочно врача, если появилась сыпь, кружится голова и тяжело дышать (ярко выраженная аллергическая реакция).

## Помните!

При ужалении **в ранку попадает яд** белкового происхождения. Как при единичном "ранении" реакция организма на яд не слишком бурная, и неприятные ощущения проходят быстро. Осложнения возможны либо при сильной аллергии организма на белки, либо в случае попадания в рану вторичной инфекции. Опасны ужаления вблизи нервных узлов, особенно в ротовой полости (например, когда вы нечаянно откусили яблоко с осой). Это может привести к отеку дыхательных путей и удушью.

# Памятка - Ваши действия при встрече с дикими животными, насекомыми

Дикие животные встречаются людям довольно редко, так как, почуяв человека, они обычно уходят. Поэтому, если все же Вы случайно встретите диких животных, дайте им возможность уйти, так как они нападают на человека, только если ранены, испуганы неожиданностью или защищают детенышей. При явно агрессивном поведении используйте в качестве защиты огонь или шум: кричите, свистите, громко стучите палкой о дерево. Никогда не поворачивайтесь к дикому животному спиной и не убегайте, а медленно отступайте, наблюдая за его поведением. Для спасения залезьте на дерево или зайдите в воду реки (озера).

## Первая помощь при укусе клеща

Собираясь в лес, оденьтесь так, чтобы открытых участков тела было как можно меньше. Избегайте отдыха на траве, особенно в весенние и первые летние месяцы. При выходе из леса осмотрите одежду, тело и ощупайте голову на наличие клещей. В случае обнаружения клеща, присосавшегося к коже, – его необходимо удалить. При самостоятельном удалении клеща соблюдайте **следующие рекомендации:**

- **первый способ:** захватите клеща пинцетом или обернутыми чистой марлей пальцами как можно ближе к его ротовому аппарату и осторожными, легкими движениями, покачивая из стороны в сторону, извлеките из кожных покровов.
- **второй способ:** прочную нитку завяжите в узел как можно ближе к хоботку клеща и, растянув концы нитки в стороны, извлеките клеща, подтягивая его вверх. Резкие движения недопустимы. Если при извлечении клеща оторвалась его головка, которая обычно остается в коже и имеет вид черной точки, место присасывания протрите ватой или бинтом, смоченными спиртом, а затем удалите головку **стерильной иглой**, прокаленной предварительно на огне. Удаление клеща необходимо производить с осторожностью, не сдавливая руками или пинцетом его тело, поскольку при этом возможно выдавливание содержимого клеща вместе с возбудителями болезней в ранку. Важно не разорвать клеща при удалении, т.к. оставшаяся в коже часть может вызвать воспаление и нагноение.

Не имеют под собой никаких оснований некоторые рекомендации о том, что для лучшего удаления рекомендуют накладывать на присосавшегося клеща **мазевые повязки**, использовать **масляные растворы**.

Кожу в месте присасывания клеща после его удаления обрабатывают **настойкой йода или спиртом**. Наложения повязки, как правило, не требуется.

Нельзя удалять клеща зубами, в этом случае не исключается заражение возбудителями инфекций через рот.

Человеку, который извлек клеща, необходимо тщательно вымыть руки с мылом, так как через ранки и микротрещины на руках возбудители инфекций могут проникнуть в организм.

## Защити себя при походе в лес

