

ПАМЯТКА

Если тонет человек:

- Сразу громко зовите на помощь: «Человек тонет!»
- Попросите вызвать спасателей и «скорую помощь».
- Бросьте тонущему спасательный круг, длинную веревку с узлом на конце.
- Если хорошо плаваете, снимите одежду и обувь и вплавь доберитесь до тонущего. Заговорите с ним. Если услышите адекватный ответ, смело подставляйте ему плечо в качестве опоры и помогите доплыть до берега. Если же утопающий находится в панике, схватил вас и тащит за собой в воду, применяйте силу. Если освободиться от захвата вам не удастся, сделайте глубокий вдох и нырните под воду, увлекая за собой спасаемого. Он обязательно отпустит вас. Если утопающий находится без сознания, можно транспортировать его до берега, держа за волосы.

Если тонешь сам:

- Не паникуйте.
- Снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричи, зови на помощь.
- Перевернитесь на спину, широко раскиньте руки, расслабьтесь, сделайте несколько глубоких вдохов.

Прежде, чем пойти купаться, не забудьте взять с собой английскую булавку. Она поможет вам, если в воде начнутся судороги. Если же у вас свело ногу, а булавок при себе нет, ущипните несколько раз икроножную мышцу. Если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его. Плывите к берегу.

Вы захлебнулись водой:

- не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне;
- прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками;
- затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений;
- восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу;
- при необходимости позовите людей на помощь.

Единая служба спасения 01 (101 сотовый)

Единый номер вызова экстренных оперативных служб – 112 (сотовый)

Скорая помощь 03 (103 сотовый)

ПАМЯТКА

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ.

Водоемы являются опасными в любое время года. Летом они опасны при купании и пользовании плавсредствами. Опасность чаще всего представляют сильное течение (в том числе подводное), глубокие омуты и подводные холодные ключи.

Летом на водоемах следует соблюдать определенные правила безопасного поведения.

Во-первых, следует избегать купания в незнакомых местах, специально не оборудованных для этой цели.

Во-вторых, при купании запрещается:

- заплывать за границы зоны купания;
- подплывать к движущимся судам, лодкам, катерам, катамаранам, гидроциклам;
- нырять и долго находиться под водой;
- прыгать в воду в незнакомых местах, с причалов и др. сооружений, не приспособленных для этих целей;
- долго находиться в холодной воде;
- купаться на голодный желудок;
- проводить в воде игры, связанные с нырянием и захватом друг друга;
- плавать на досках, лежаках, бревнах, надувных матрасах и камерах (за пределы нормы заплыва);
- подавать крики ложной тревоги;
- приводить с собой собак и др. животных.

Необходимо уметь не только плавать, но и отдыхать на воде.

Наиболее известные способы отдыха:

Лечь на воду спиной, расправив руки и ноги, расслабиться и помогая себе удержаться в таком положении, сделать вдох, а затем после паузы-медленный выдох.

Если во время купания свело ногу, надо позвать на помощь, затем погрузиться с головой в воду, сильно потянуть ногу на себя за большой палец, а затем распрямить ее.

Если не имеешь навыка в плавании, не следует заплывать за границы зоны купания, это опасно для жизни.

Единая служба спасения 01 (101 сотовый)

Единый номер вызова экстренных оперативных служб – 112 (сотовый)

Скорая помощь 03 (103 сотовый)

ПАМЯТКА

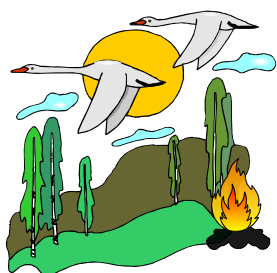
населению по действиям при возникновении лесного пожара

ГРАЖДАНЕ!

Косвенные признаки лесного пожара: устойчивый запах гари, туманообразный дым, беспокойное поведение птиц, животных, насекомых, их миграции в одну сторону, ночное зарево на горизонте.

Как тушат лесной пожар? Захлестыванием кромок пожара ветвями деревьев лиственных пород; забрасыванием кромок пожара рыхлым грунтом и путем устройства земляных полос, широких канав на пути движения огня.

Что делать, если огонь приближается к населенному пункту? Необходимо эвакуировать людей, в первую очередь детей, женщин и стариков. Выводить или вывозить людей надо в направлении, перпендикулярном распространению огня. Двигаться следует только по дорогам, а также вдоль рек и ручьев, а порой и по самой воде. При сильном задымлении рот и нос надо прикрыть мокрой ватно-марлевой повязкой, полотенцем, частью одежды. С собой взять документы, деньги, крайне необходимые вещи. Личные вещи можно спасти в каменных строениях без горящих конструкций или просто в яме, засыпанной землей.



При невозможности эвакуироваться (массовые пожары в населенных пунктах) остается только переждать, укрывшись в загерметизированных каменных зданиях, убежищах гражданской обороны или на больших открытых площадях, стадионах и т.д.

Обнаружив пожар в лесу, не впадайте в панику. Сначала быстро проанализируйте обстановку. Надо подняться на возвышенную точку рельефа или влезть на высокое дерево, отыскать место нахождения очага пожара, определить направление и скорость распространения огня, заметить расположение водоема, болота, опушки, населенных пунктов.

Если Вас застал в лесу пожар с быстро надвигающимся валом огня, бросьте вещи, кроме аварийного запаса, и быстро преодолевайте кромку пожара против ветра, укрыв голову и лицо верхней одеждой. Выходить из зоны любого лесного пожара нужно в наветренную сторону перпендикулярно кромке пожара, по просекам, дорогам, полянам, берегам ручьев и рек. И как можно быстрее, чтобы не оказаться отрезанными сплошной кромкой огня. Знайте, что обнаружение вас с самолета (вертолета) будет весьма затруднено из-за большой задымленности, поэтому надо рассчитывать лишь на свои силы.



Если отрезан путь, укрываться от пожара следует на островах, отмелях, в болоте, на скальных вершинах и т.п. Места укрытий выбирайте подальше от деревьев - они при пожаре, когда обгорают корни, могут бесшумно падать. При приближении огня обильно смочите водой одежду, ложитесь в воду, но не рядом с камышом. На мелководе завернитесь с головой в спальный мешок, предварительно намочив его и одежду водой. Оказавшись в очаге, периодически переворачивайтесь, смачивайте высохшие участки одежды, лицо защищайте многослойной повязкой, лучше из марли, которую постоянно смачивайте. При попадании в очаг снимите с себя всю нейлоновую, капроновую и прочую плавящуюся одежду, избавьтесь от горючего и легковоспламеняющегося снаряжения.



Если Вы наткнулись в лесу на небольшой пожар, надо принять немедленные меры, чтобы остановить его и одновременно, если есть возможность, послать кого-то в ближайший населенный пункт или лесничество за помощью.

Памятка действий при пожаре

Пожар - это неконтролируемое горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан. Главными факторами пожара, приводящими к гибели людей и причиняющими материальный ущерб, являются высокая температура, токсичный дым, взрывы, вспышки, обрушение конструкции зданий и сооружений, воздействие пламени, паника.

Во избежание пожара соблюдайте меры предосторожности:

- Уходя из дома, убедитесь, что все электроприборы выключены из розеток, перекрыта подача газа, отключены временные нагреватели.
- Убедитесь, что вами не оставлены тлеющие сигареты.
- Закройте окна квартиры, не храните на балконах сгораемое имущество.
- Помните, что выброшенные из окон окурки часто заносит ветром в открытые окна и на балконы соседних квартир.

Признаки возникновения пожара:

- Появление незначительного пламени, которому может предшествовать нагревание или тление предметов;
- наличие запаха перегревшегося вещества и появление дыма; неожиданно погасший свет или горящие в полнакала электролампы;
- характерный запах горячей резины, пластмасса;
- потрескивание.

Как действовать при пожаре

* При обнаружении возгорания реагируйте на пожар быстро, используя все доступные способы для тушения огня (песок, воду, огнетушители и т. д.) Если потушить огонь в кратчайшее время невозможно, сообщите в службу спасения по телефону «01»:

1) полный адрес (название населенного пункта, улицы, номер и этажность дома, где произошел пожар);

2) место пожара (квартира, городок, подвал, коридор, склад), что горит и возможную причину возгорания;

3) свою фамилию и номер телефона;

* Выведите на улицу детей, престарелых и тех, кому нужна помощь;

* Тушите пожар подручными средствами.

* **Помните!** Горящие легковоспламеняющиеся жидкости необходимо тушить с помощью огнетушителя, песка или плотной ткани.

* При горении жира на сковороде накройте ее крышкой или плотной мокрой тканью. Тушить жир водой нельзя. При попадании горящего жира на пол или стены для тушения можно использовать стиральный порошок или землю из цветочных горшков;

* При опасности поражения электрическим током отключите электроэнергию с помощью автоматов на щитке. **Помните!** Тушить водой электроприборы под напряжением опасно для жизни;

* Отключите подачу газа;

* Если ликвидировать очаг пожара своими силами невозможно, немедленно покиньте помещение, плотно прикрыв за собой дверь, не запирая ее на ключ;

* При эвакуации горящего помещения задымленные места проходите быстро, задержав дыхание, защитив нос и рот влажной плотной тканью. В сильно задымленном помещении передвигайтесь ползком или пригнувшись — в прилегающем к полу пространстве чистый воздух сохраняется дольше; никогда не бегите наугад.

* Спускайтесь только по лестницам. Во время пожара запрещено пользоваться лифтом, при отключении электричества они застревают между этажами. Не спускайтесь по водосточным трубам, коммуникационным стоякам и с помощью простыней - падение почти неизбежно;

* Отыскивая пострадавших, окликните их. Помните, маленькие дети от страха прячутся в шкафы, забиваются в углы.

* Если на человеке загорелась одежда, помогите сбросить ее, либо набросьте на горящего любое покрывало. С ограничением доступа воздуха горение быстро прекратится. Не давайте человеку с горячей одеждой бежать;

- * Сообщите пожарным об оставшихся в помещении людях, разъясните кратчайший путь к очагу пожара;
- * Если выйти из горячей квартиры не представляется возможным, укройтесь на балконе или перейдите на соседний балкон и далее на соседнюю лестничную клетку.
- * От огня можно укрыться в ванной комнате, непрерывно орошая себя, воздух и дверь водой из душа.

Единая служба спасения 01 (101 сотовый)
Единый номер вызова экстренных оперативных служб – 112 (сотовый)
Скорая помощь 03 (103 сотовый)

Памятка для родителей по безопасности детей на воде в летний период

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС!

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой: провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.

Категорически запрещено купание:

- детей без надзора взрослых;
- в незнакомых местах;
- на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых);

Необходимо соблюдать следующие правила:

- Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.
- Продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.
- При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

**Единая служба спасения 01 (101 сотовый)
Единый номер вызова экстренных оперативных служб – 112 (сотовый)
Скорая помощь 03 (103 сотовый)**

Памятка пожарной безопасности при использовании электроприборов

ВНИМАНИЕ! ЗНАЙ И СТРОГО ВЫПОЛНЯЙ!

БЕЗОПАСНОЕ ОБРАЩЕНИЕ С БЫТОВЫМИ ЭЛЕКТРОПРИБОРАМИ

Электрическая энергия как самая универсальная и удобная для использования форма энергии – верный помощник человека в производстве и в быту. В домашнем хозяйстве используется большое количество электрических приборов (телевизоры, компьютеры, стиральные машины, обогреватели, плиты, утюги и т.д.), питающихся от сети 220 В, которую часто называют «низковольтной» и ошибочно считают безопасной. Неумелое или небрежное обращение с указанной бытовой техникой представляет серьезную угрозу здоровью и жизни людей.

ОСНОВНЫЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ



❗ Никогда не оставляйте включенные электроприборы без присмотра.

❗ Когда Вы моете холодильник, другие бытовые электроприборы, меняете лампочку или предохранитель, отключите общий выключатель электричества в квартире.

❗ Розетки располагайте как можно дальше от раковины, ванной. Не держите включенными бытовые электроприборы во время купания в ванной комнате, так как подключенные к сети электроприборы при попадании в воду вызывают

тяжелые последствия.

❗ Никогда не пользуйтесь феном или электробритвой, если они мокрые или имеют оголенные токопроводящие концы и детали.

❗ Не вынимайте вилку из розетки, потянув за шнур (он может оборваться, оголив проводники, находящиеся под напряжением).

❗ Не ремонтируйте вилки электроприборов с помощью изоленды, меняйте их сразу, если они сломались.

❗ Не беритесь за утюг мокрыми руками и не гладьте, стоя на полу босиком.

❗ Прежде чем налить воду в емкость отпаривателя утюга, вытащите вилку из розетки.

❗ После того, как закончили пользоваться удлинителем, сначала выдерните вилку из розетки, а затем сворачивайте его.



✚ Не перекручивайте и не завязывайте в узел провода, не заземляйте их дверьми (оконными форточками) и не закладываете провода за водопроводные трубы, батареи отопления.

ПОМНИТЕ, что ток, протекающий в бытовой электросети, намного превышает смертельный.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ЕСЛИ ВЫ – СВИДЕТЕЛЬ ПОРАЖЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА ЭЛЕКТРОТОКОМ

Человеку, попавшему под напряжение, требуется немедленная помощь.

✚ Прежде всего, быстро освободите его от воздействия тока (с помощью деревянной палки, резиновых перчаток, выключите прибор или рубильник, оттащите пострадавшего за сухую одежду одной рукой).

✚ Подходите к пострадавшему только в резиновой обуви или шаркающим шагом (не отрывая подошв от пола), приставляя пятку шаркающей ноги к носку другой.

✚ Если пострадавший в сознании, оставьте его лежащим на спине, с ногами, поднятыми на 30 см.

✚ Если он в бессознательном состоянии положите его горизонтально на спину, обязательно на что-нибудь твердое. Создайте приток свежего воздуха, дайте понюхать нашатырный спирт.

✚ Переносить пострадавшего следует только в тех случаях, когда опасность продолжает угрожать ему или оказывающему помощь.

✚ При отсутствии у пострадавшего признаков жизни необходимо приступить к оказанию первой помощи.

ПАМЯТКА

Пожар в доме

Как действовать, чтобы предотвратить пожар

➤ обучите детей обращаться с огнем, а взрослых членов семьи простейшим способом тушения пожара;

- приобретите бытовой огнетушитель и храните его в доступном месте;
- никогда не курите в постели;
- не оставляйте без присмотра электробытовые приборы;
- не разогревайте лаки и краски на газовой плите и не сушите белье над газовой плитой;
- при обращении с фейерверками, хлопушками и свечами будьте предельно осторожными;
- избегайте захламления путей возможной эвакуации;
- в одну розетку не вставляйте более двух вилок;
- не ставьте телевизор в стенку или под книжную полку, а также ближе 70-100 см от штор.

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 (101 с мобильного)** или **112**;
- выключите электричество, перекройте газ;
- залейте очаг пожара водой;
- передвигайтесь в задымленном помещении ползком или пригнувшись, закрыв нос и рот мокрой тряпкой;
- в случае возгорания жира на сковороде накройте ее большой тарелкой, но не тряпкой;
- при возгорании одежды на человеке немедленно повалите горящего, облейте его водой или накройте ковриком, курткой или пальто;
- при пожаре в здании не пытайтесь использовать для эвакуации лифт, который может остановиться в любой момент;
- при невозможности самостоятельной эвакуации обозначьте свое местоположение, свесив из окна белую простыню;
- если к спасению один путь - окно, бросьте вниз матрасы, подушки, ковры, сократите высоту прыжка, используя привязанные к батареям шторы (простыни).

Нужно помнить о том, что пожар легче предупредить, чем прилагать героические усилия для его тушения.

Единая служба спасения 01 (101 сотовый)

Единый номер вызова экстренных оперативных служб – 112 (сотовый)

Скорая помощь 03 (103 сотовый)

ПАМЯТКА

Правила оказания помощи при утоплении:

1. Перевернуть пострадавшего лицом вниз, опустить голову ниже таза.
2. Очистить ротовую полость.
3. Резко надавить на корень языка.
4. При появлении рвотного и кашлевого рефлексов - добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка.
5. Если нет рвотных движений и пульса - положить на спину и приступить к реанимации (искусственное дыхание, непрямой массаж сердца). При появлении признаков жизни - перевернуть лицом вниз, удалить воду из легких и желудка.
6. **Вызвать “Скорую помощь”.**

Если человек уже погрузился в воду, не оставляйте попыток найти его на глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший находился в воде не более 6 минут.

НЕЛЬЗЯ:

- ОСТАВЛЯТЬ ПОСТРАДАВШЕГО БЕЗ ВНИМАНИЯ (в любой момент может произойти остановка сердца)

-САМОСТОЯТЕЛЬНО ПЕРЕВОЗИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО, ЕСЛИ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫЗВАТЬ СПАСАТЕЛЬНУЮ СЛУЖБУ.

Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.

Единая служба спасения 01 (101сотовый)

Единый номер вызова экстренных оперативных служб – 112 (сотовый)

Скорая помощь 03 (103 сотовый)