**ПАМЯТКА**

**населению о сигналах оповещения и действиях по ним при чрезвычайных ситуациях**

**ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ!**

**Сигналы оповещения гражданской обороны:**

**1. Предупредительный сигнал**

**«ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» (звучание сирен и речевая информация)**

**2. «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА»**

**3. «ОТБОЙ ВОЗДУШНОЙ ТРЕВОГИ»**

**4. «РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ»**

**5. «ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА»**

**ПОМНИТЕ!** Действовать по сигналам гражданской обороны нужно быстро, но без суеты и паники. В этих условиях дорога каждая минута!

**ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА**

***Средства индивидуальной защиты***

**ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ**

**ВНИМАНИЕ!**

1. Основным способом оповещения населения о чрезвычайной ситуации является передача речевой информации

посредством телевизионного вещания, радиовещания и подвижными средствами оповещения.

2. Перед передачей речевой информации для привлечения внимания населения будут включены сирены, производственные гудки и другие сигнальные средства, что будет означать подачу предупредительного сигнала **«ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»,** по которому население обязано включить радиотрансляционные и телевизионные приемники для прослушивания экстренного сообщения, в котором будет сообщено о произошедшей чрезвычайной ситуации и порядке действий населения.

**ЭВАКУАЦИЯ** - один из способов защиты населения при возникновении чрезвычайной ситуации.

**ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ!**

**Сигнал «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» (звучание сирен)**

**1. Если сигнал застал Вас на рабочем месте:**

• прекратить работу, остановить оборудование;

• включить имеющиеся радио и телевизионные приемники,

• прослушать экстренное речевое сообщение;

• действовать в соответствии с полученным сообщением и по указанию

**2. Если сигнал застал вас дома;**

• включить имеющиеся радио и телевизионные приемники, прослушать

экстренное речевое сообщение;

• действовать в соответствии с полученным сообщением;

• оповестить соседей.

**3. Если сигнал застал Вас на улице:**

• прослушать экстренное речевое сообщение, передаваемое уличными громкоговорителями или подвижными средствами оповещения;

• действовать в соответствии с переданным сообщением.

**УГРОЗА ЗАРАЖЕНИЯ**

**АВАРИЙНО ХИМИЧЕСКИ-ОПАСНЫМИ ВЕЩЕСТВАМИ**

**Передается после сигнала «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»**

.

**3. Находясь дома:**

• внимательно прослушать экстренное речевое сообщение;

• записать улицы и микрорайоны, попадающие в зону заражения и места эвакуации;

• твердо знать, в каком микрорайоне Вы живете;

• если улица или микрорайон, в котором вы живете, попадает в зону заражения:

• оповестите соседей;

• отключите нагревательные приборы и газ;

• оденьте детей;

• возьмите документы, деньги, необходимые веши, запас продуктов;

• плотно закройте окна, зашторьте их;

• выключите освещение и закройте **квартиру;**

• быстро, но без паники, покиньте зону возможного заражения;

• в районе эвакуация действуйте по указанию органов ГО города;

• соблюдайте спокойствие и порядок.

**4. Находясь вне дома:**

• внимательно прослушать экстренное речевое сообщение через уличные громкоговорители или подвижные пункты

оповещения;

• уточнить, в каком микрорайоне вы находитесь;

• если улица или микрорайон попадает в зону заражения, быстро, но без паники и суеты, уходите из зоны в соответствии с сообщением или указаниями работников патрульно-постовой службы УВД.

**ВАРИАНТ ОПОВЕЩЕНИЯ**

(ПОСЛЕ ЗВУЧАНИЯ СИРЕН РЕЧЕВАЯ ИНФОРМАЦИЯ ПОВТОРЯЕТСЯ МНОГОКРАТНО)

**ВНИМАНИЕ!** Говорит оперативный дежурный Управления по чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности

города.

**ГРАЖДАНЕ!** Произошла авария на заводе с выливом аварийно химически опасного вещества \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_!

Облако зараженного воздуха распространяется в направлении города. В зону химического заражения попадают жители и организации, находящиеся по улицам \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Жителям и работникам организаций улиц \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

находящихся в зданиях произвести герметизацию своих квартир и помещений.

Населению этих улиц немедленно покинуть жилые помещения, здания учреждений, организаций и выйти в безопасные районы города \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

В дальнейшем действовать в соответствии с указаниями Управления по чрезвычайным ситуациям и пожарной безопасности города.

**УГРОЗА РАДИОАКТИВНОГО ЗАРАЖЕНИЯ**

**Передается после сигнала «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!»**

**Многократно повторяется «ВНИМАНИЕ ! ВНИМАНИЕ !**

**ГРАЖДАНЕ ! РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ** !»

**Радиационная авария** - это нарушение правил безопасной эксплуатации ядерно-энергетической установки, оборудования или устройства, при котором произошел выход радиоактивных продуктов или ионизирующего излучения за предусмотренные проектом пределы их безопасной эксплуатации, приводящий к облучению населения и загрязнению окружающей среды.

**Основными поражающими факторами** радиационных аварий являются радиационное воздействие и радиоактивное загрязнение. Аварии могут сопровождаться взрывами и пожарами.

1. Услышав сигнал, наденьте респиратор, противопыльную тканевую маску, ватно-марлевую повязку или подручные изделия из ткани, смоченные водой, а при наличии - противогаз. Возьмите запас продуктов, воды, предметы первой необходимости и идите в защитное сооружение по месту работы или жительства.

**ПОМНИТЕ!** защитой от радиоактивного заражения могут служить каменные постройки и подвалы.

2. Если вы укрываетесь в доме (квартире) или на производстве, не теряйте времени, приступайте к герметизации помещения. Окна и двери занавесьте плотной тканью и не подходите к ним без необходимости, заделайте все имеющиеся щели, чтобы исключить проникновение радиоактивной пыли.

3. Если вы находитесь на зараженной местности или Вам предстоит преодолеть участок заражения, необходимо принять средство № 1 из аптечки индивидуальной - АИ -2, согласно инструкции, вложенной в аптечку.

4. Выход из защищенного сооружения разрешается только по распоряжению органов ГО.

**Для предупреждения или ослабления воздействия радиоактивных веществ:**

1. Выходите из помещения только в случае необходимости на короткое время, используя при этом респиратор, плащ, резиновые сапоги и перчатки;

2. На открытой местности не раздевайтесь, не садитесь на землю, не курите, исключите купание в открытых водоемах и сбор лестных ягод, грибов;

3.Территорию возле дома периодически увлажняйте, а в помещении ежедневно проводите тщательную влажную уборку с

применением моющих средств;

4.Перед входом в помещение вымойте обувь, вытряхните и почистите влажной щеткой верхнюю одежду;

5.Воду употребляйте только из проверенных источников, а продукты питания приобретайте в магазинах

6.Тщательно мойте перед едой руки и полощите рот 0,5%-ым раствором пищевой соды.

**ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА**

Передается после сигнала «ВНИМАНИЕ ВСЕМ!» коротким содержанием:

**«ВНИМАНИЕ ! ВНИМАНИЕ ! ГРАЖДАНЕ ! ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА»**

Химическая авария - нарушение технологических процессов на производстве, повреждение трубопроводов, емкостей, хранилищ, транспортных средств, приводящее к выбросу аварийно химически опасных веществ (АХОВ) в атмосферу в количествах, представляющих опасность для жизни и здоровья людей, функционирования биосферы, Крупными запасами АХОВ, главным образом хлора,

аммиака, азотной кислоты, сернистой кислоты и других веществ, располагают заводы, хладокомбинаты, овощебазы и водопроводные станции. Опасность химической аварии для людей и животных заключается в нарушении нормальной жизнедеятельности организма и возможности отдаленных генетических следствий, а при определенных обстоятельствах — в летальном исходе при попадании АХОВ в организм через органы дыхания, кожу, слизистые оболочки, раны и вместе с пищей.

Химическая авария может сопровождаться взрывами и пожарами.

**Как действовать при химической аварии**

1. Услышав сигналы, включите радиоприемник и телевизор для получения достоверной информации об аварии и рекомендуемых действиях.

2. Наденьте противогаз, а при его отсутствии - ватно- марлевую повязку или подручные изделия из ткани, смоченные в воде, 2-5%-ном растворе пищевой соды (для защиты от хлора), 2%-ном растворе лимонной или уксусной кислоты (для защиты от аммиака), средства защиты кожи, возьмите документы, запас продуктов и воды.

3. Оповестите соседей, и выходите из зоны заражения, следуя перпендикулярно направлению ветра.

4. При невозможности покинуть зону заражения:

• загерметизируйте окна, двери, вентиляционные отверстия и дымоходы, имеющиеся в них щели заклейте бумагой или скотчем;

• окажите помощь больным и престарелым.

**ХЛОР - АВАРИЙНО ХИМИЧЕСКИ ОПАСНОЕ ВЕЩЕСТВО**

Это газ зеленовато-желтого цвета с резким удушающим запахом. Тяжелее воздуха. При испарении и соединении с водяными порами в воздухе стелется над землей в виде тумана зеленовато-белого цвета. Может проникать в нижние этажи иподвальные помещения зданий. При выходе в атмосферу из неисправных емкостей ДЫМИТ. Пары хлора сильно раздражают органы дыхания, глаза и кожу.

**ПРИЗНАКИ ОТРАВЛЕНИЯ:**

1. Резкая боль в груди, сухой кашель, рвота;

2. Нарушение координации движения;

3. Одышка, резь в глазах, слезотечение.

Возможен **СМЕРТЕЛЬНЫЙ ИСХОД** при вдыхании высоких концентраций.

**СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ**

1. Гражданские противогазы всех типов (ГП-5, ГП-7 с дополнительными патронами ДПГ-1, ДПГ-3 -на 40мин.)

2. Ватно-марлевая повязка или подручные изделия из ткани, предварительно смоченные водой или 2-5 % раствором пищевой соды.

**ОКАЗАНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ**

1. Немедленно на пострадавшего надеть противогаз или ватно-марлевую повязку, смоченную водой или 2-5 % раствором пищевой соды:

2. Исключите любые физические нагрузки;

3. При выходе из зоны заражения, промойте глаза и открытые участки тела водой;

4. Дайте обильное теплое питье (чай, молоко и т.п.)

5. Обратитесь за помощью к медицинским работникам;

6. При остановке дыхания сделайте искусственное дыхание;

7. Выйдя из зоны заражения:

- снять верхнюю одежду и оставить ее на улице;

- принять душ, умыться с мылом, тщательно промыть глаза и рот

При авариях на железнодорожных и автомобильных магистралях, связанных с транспортировкой АХОВ, опасная зона устанавливается в радиусе **200 м** от места аварии. Приближаться к этой зоне и входить в нее **категорически запрещено**.

**ПОМНИТЕ! Не укрывайтесь на первых этажах зданий, в подвалах и полуподвалах.**

**АММИАК - АВАРИЙНО ХИМИЧЕСКИ ОПАСНОЕ ВЕЩЕСТВО**

Это бесцветный газ с резким запахом. Хорошо растворим в воде. При выходе в атмосферу из неисправных емкостей ДЫМИТ. Огнеопасен, горюч. Опасен при вдыхании. При высоких концентрациях возможен СМЕРТЕЛЬНЫЙ ИСХОД. Пары сильно раздражают органы дыхания, глаза и кожу.

**ПРИЗНАКИ ОТРАВЛЕНИЯ**

1. Учащенное сердцебиение;

2. Насморк и кашель, резь в глазах, слезотечение, затруднение дыхания;

3. При тяжелом отравлении; тошнота и нарушение координации движений, бредовое состояние.

**СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ**

1. Промышленный противогаз марки КД;

2. Ватно-марлевая повязка, предварительно смоченная водой или 2 *%* раствором лимонной или уксусной кислоты:

3. Противогазу ГП-7 нужен дополнительный патрон ДПГ-1 или ДПГ-3.

4. Лучшая защита - экстренная эвакуация!

**ОКАЗАНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ**

1. Немедленно на пострадавшего надеть противогаз или ватно-марлевую повязку, смоченную водой или 2% раствором

лимонной или уксусной кислоты и вывести его из зоны заражения;

2. Предоставить тепло и покой;

3. Кожные покровы, глаза, нос, рот - обильно промыть водой;

4. В глаза закапать 2-3 капли 30 % раствора альбуцида, в нос – оливковое масло.

Делать искусственное дыхание - **ЗАПРЕЩАЕТСЯ!**

**КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ПРИ ЭВАКУАЦИИ**

1. Приготовьте средства индивидуальной зашиты, в том числе подручные (накидки, плащи из пленки, резиновые сапоги, перчатки).

2. Сложите в чемодан одежду и обувь по сезону, однодневный запас продуктов, нижнее белье, документы, деньги и оберните чемодан полиэтиленовой пленкой.

3. Покидая квартиру, отключите все электрические и газовые приборы.

4. При посадке на транспорт или формировании пешей колонны зарегистрируйтесь у представителя администрации объекта, неработающее население - в администрации жилищного органа (ЖЭУ)

Прибыв в безопасный район, примите душ, и смените белье и обувь на незараженную одежду.

**АВАРИИ С УТЕЧКОЙ ГАЗА**

Наиболее опасными природными газами являются метан (городской магистральный газ) и сжиженный нефтяной газ (в баллонах), используемые в быту. При утечке они вызывают удушье, отравление и способны привести к взрыву. Доверяйте проверку и ремонт газового оборудования только квалифицированному специалисту. В ходе приготовления пищи следите затем, чтобы кипящие жидкости не залили огонь и не стали причиной утечки газа. Регулярно чистите горелки, так как их засоренность может стать причиной беды.

**Как действовать при утечке газа**

Почувствовав в помещении запах газа, немедленно перекройте его подачу к плите. При этом не курите, не зажигайте спичек, не включайте свет и электроприборы (лучше всего обесточить всю квартиру, отключив электропитание на распределительном щитке), чтобы искра не смогла воспламенить накопившийся в квартире газ и вызвать взрыв.

Основательно проветрите всю квартиру, открыв все двери и окна. Покиньте помещение и не заходите в него до исчезновения запаха газа.

Если запах газа не исчезает, срочно вызовите аварийную газовую службу **по тел. 04**, работающую круглосуточно.

**ПРИЗНАКИ ОТРАВЛЕНИЯ**

• головная боль, головокружение, оглушенное состояние;

• тошнота, рвота;

• резкая мышечная слабость

• затемнение сознания, потеря сознания, кома.

**ОКАЗАНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ**

• вынести пострадавшего на свежий воздух и положить так, чтобы голова находилась выше ног;

• вызвать «скорую помощь» по тел. 03;

• уложить, подстелив одеяло, одежду;

• голову повернуть набок;

• освободить шею и грудную клетку от стесняющей одежды;

• поднести к носу нашатырный спирт;

• при возможности провести ингаляцию кислородом;

• при необходимости сделать искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

Искусственное дыхание проводить через смоченную водой марлевую салфетку или носовой плато

**БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ**

**Меры по предупреждению экстремальных ситуаций на воде**

 не купайтесь и тем более не ныряйте в незнакомых местах и не заплывайте за буйки;

 не уплывайте на надувных матрасах или камерах далеко от берега;

 обязательно научите плавать Вашего ребенка;

 лед может быть непрочным около стока вод (например, с фермы или фабрики);

 лед всегда тоньше под слоем снега, в тех местах, где быстрое течение, где

 бьют ключи или в реку впадает ручей;

 около берега лед может неплотно соединяться с берегом;

 ни в коем случае не проверяйте прочность льда ударом ноги.

**Как действовать при проваливании под лед**

1. Удерживайтесь от погружения с головой, широко раскинув руки.

2.Выбирайтесь на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность нога.

Оказывая помощь, приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки. Положите под себя лыжи, доску, фанеру. За 3-4 метра до полыньи бросьте пострадавшему спасательные средства: лестницу, веревку, спасательный шест, связанные ремни или шарфы, доски и т.д.

**ОКАЗАНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ**

1. Используйте для спасения лодку, веревку, спасательный круг или подручные средства.

2. Если пострадавший не контролирует свои действия, то, подплыв к утопающему сзади, возьмите за волосы или подмышки, переверните лицом вверх и, не позволяя себя захватить, плывите к берегу.

3. На берегу:

 положите пострадавшего животом на согнутое колено;

 проведите очистку от слизи, слюны носовой полости и носоглотки;

 путем сдавливания грудной клетки удалите воду, попавшую в дыхательные пути.

4. После этого пострадавшего уложите на спину и при отсутствии дыхания или сердечной деятельности проведите искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

**ПОМНИТЕ!** Паралич дыхательного центра наступает через 4-6 минут после погружения под воду, а сердечная деятельность может сохраняться до 15 минут. Поэтому мероприятия первой помощи должны выполняться быстро!

**ПОЖАР В ДОМЕ**

**Пожар** - это огонь, вышедший из-под контроля и приводящий к повреждению или уничтожению материальных ценностей, увечью или гибели людей.

**Как действовать, чтобы предотвратить пожар**

 обучите детей обращаться с огнем, а взрослых членов семьи простейшим способам 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.

**Как действовать при пожаре**

**ПОМНИТЕ! При пожаре не открывайте окна, так как с поступлением кислорода огонь вспыхнет сильнее.**

• уведите из опасной зоны детей и престарелых;

• вызовите пожарных потел.01;

• 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);

**ПОЖАРЫ В ЛЕСАХ И НА ТОРФЯНИКАХ**

Наиболее часто в лесных массивах возникают низовые пожары, при которых выгорают лесная подстилка, подрост и подлесок, валежник, корневища деревьев и т.п. В засушливый период при ветре могут возникать верховые пожары, при которых огонь распространяется также и по кронам деревьев, преимущественно хвойных пород. При горении торфа и корней растений могут возникать подземные пожары. Над горящими торфяниками возможно образование "столбчатых завихрений" горячей золы и горящей торфяной пыли, которые при сильном ветре могут переноситься на большие расстояния и вызывать новые загорания или ожоги у людей и животных.

**Если Вы оказались вблизи очага пожара в лесу**

• предупредите людей о необходимости выхода из опасной зоны:

• сообщите о месте, размерах и характере пожара в противопожарную службу **по телефону 01 или по сотовому телефону 112;**

• выходите из опасной зоны быстро, перпендикулярно к направлению движения огня, используя открытые пространства;

• вал низового огня лучше преодолевать против ветра, укрыв голову и лицо одеждой; при этом следует учесть ширину распространения низового огня и трезво оценить возможность преодоления Вами этой полосы

• если невозможно уйти от пожара, войдите в водоем или накройтесь мокрой одеждой;

• выйдя на открытое пространство, дышите воздухом возле земли - там он менее задымлен, рот и нос при этом прикройте ватно-марлевой повязкой или тряпкой;

• пламя небольших низовых пожаров можно сбивать, захлестывая его ветками лиственных пород, запивая водой, забрасывая влажным фунтом, затаптывая ногами.

• при тушений торфяного пожара учитывайте, что в зоне горения могут образовываться глубокие воронки, поэтому передвигаться следует осторожно, предварительно проверив шестом глубину выгоревшего слоя.

**ОКАЗАНИЕ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ОЖОГАХ**

• при возгорании одежды на человеке немедленно повалите горящего, облейте водой, засыпьте снегом, песком, сырой землей и накройте одеялом, курткой, брезентом и т.п.;

• при возможности введите обезболивающие средства;

• снимите (срежьте) с пораженных участков тела пострадавшего одежду;

• наложите на обожженные поверхности стерильную повязку (при помощи бинта, чистого полотенца, носового платка и др.);

• при необходимости проведите искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

**ТЕРРОРИСТИЧЕСКИЙ АКТ**

**Основные меры предосторожности**

• не трогайте в автобусе, вагоне поезда (метро), подъезде дома или на улице бесхозные пакеты и не подпускайте к ним других;

• сообщите о находке в милицию по тел. 02;

• в присутствии террористов не выражайте свое неудовольствие, воздержитесь от резких движений, крика и стонов;

• при угрозе применения террористами оружия ложитесь на живот, защищая голову руками, дальше от окон, застекленных дверей, проходов, лестниц;

• примите меры по спасению детей, в случае перестрелки прикройте их своим телом;

• в случае ранения двигайтесь как можно меньше - это уменьшит кровопотерю;

• будьте внимательны, используйте любую возможность для спасения;

• если произошел взрыв — примите меры к недопущению пожара и паники, окажите первую медицинскую помощь пострадавшим;

• постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей и сообщите их прибывшим сотрудникам спецслужб.

**ПОМНИТЕ! Правильные и грамотные действия помогут сохранить Вашу жизнь и жизнь близких Вам людей.**

**При обнаружении взрывоопасного предмета**

**КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ**

• сдвигать с места, брать в руки, перекладывать взрывоопасные предметы с места на место и т.п.;

• бить по корпусу боеприпаса другими предметами;

• собирать и сдавать в качестве металлолома;

• помещать боеприпасы в огонь, закапывать в землю и бросать в водоемы;

• обрывать или тянуть отходящие от предмета проволочки или провода;

• предпринимать попытки самостоятельно обезвредить взрывные устройства.

**Как действовать при подозрении на возможный террористический акт с применением биологического оружия**

**Представляет опасность заражения корреспонденцией**

• полученной от адресата, которого не знаешь;

• без обратного адреса и без штемпеля отправления:

• из другого государства

Такую корреспонденцию **руками не трогать**, завернуть в целлофан и вызвать представителей УВД (тел. 02) или позвонить в единую службу спасения 112.

**ГОЛОЛЕД**

Обычно гололед наблюдается при температуре воздуха от 0°С до - 3°С. Корка намерзшего льда может достигать нескольких сантиметров.

**Как подготовится к гололеду**

Подготовьте малоскользящую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, можете натереть подошвы песком (наждачной бумагой).

**Как действовать во время гололеда**

передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву:

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 смягчить удар о землю.

**МОЛНИЯ**

Молниевой разряд характеризуется большими токами, а его температура доходит до 300 000 °С.

Прямое попадание молнии для человека обычно заканчивается смертельным исходом.

Молния поразит в первую очередь высокий предмет (мачту, дерево и т.п.).

**ПОМНИТЕ!** Молния опасна тогда, когда вслед за вспышкой следует раскат грома.

**Как действовать во время грозы**

**•** не разговаривайте по телефону: молния иногда попадает в натянутые между столбами провода;

• не подходите близко к электропроводке, молниеотводу, водостокам с крыш, антенне, не стойте рядом с окном;

• по возможности выключите телевизор, радио и другие электробытовые приборы;

• если Вы находитесь в лесу, то укройтесь па низкорослом участке леса. Не укрывайтесь вблизи высоких деревьев, особенно сосен, дубов и тополей.

• при нахождении в водоеме выйдите из воды, отойдите от берега;

• в поле или при отсутствии укрытия (здания) не ложитесь на землю, а сядьте на корточки в естественном углублении,

обхватив ноги руками;

• если грозовой фронт настиг Вас во время занятий спортом, то немедленно прекратите их;

• металлические предметы (мотоцикл, велосипед, и т.д.) положите в строну, отойдите от них на 20-30 м;

• в автомобиле, не покидайте его, при этом закройте окна и опустите антенну радиоприемника.

**ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ**

**ПРИ ОБМОРОЖЕНИИ**

• в отапливаемом помещении согрейте обмороженную часть тела, растерев сухой мягкой тканью;

• поместите обмороженную часть тела в теплую воду и постепенно доведите температуру воды до 40-45 °С;

• когда чувствительность восстановится, вытрите насухо, наденьте теплые вещи;

• не растирайте обмороженные участки кожи снегом!

**ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ**

• пострадавшего положить на горизонтальную поверхность;

• очистить рот и глотку пострадавшего от слюны, слизи, земли и других посторонних предметов, если челюсти плотно сжаты раздвинуть их;

• запрокинуть голову пострадавшего назад, положив одну руку на лоб, а другую на затылок;

• сделать глубокий вдох, нагнувшись к пострадавшему, герметизировать своими губами область его рта и сделать выдох. Выдох должен длиться около 1 секунды и способствовать подъему грудной клетки пострадавшего. При этом ноздри пострадавшего должны быть закрыты, а рот накрыт марлей или носовым платком, из соображений гигиены; частота искусственного дыхания- 16-18 раз в минуту;

• периодически освобождать желудок пострадавшего от воздуха, надавливая на подложечную область.

**НЕПРЯМОЙ МАССАЖ СЕРДЦА**

Признаки внезапной остановки сердца — потеря сознания, резкая бледность, исчезновение пульса, прекращение дыхания или появление редких судорожных вдохов, расширение зрачков.

Механизм наружного массажа сердца заключается в следующем: при резком толчкообразном надавливании на грудную клетку происходит смешение ее на 3-5 см, этому способствует расслабление мышц у пострадавшего, находящегося в состоянии агонии.

При проведении наружного массажа сердца пострадавшего укладывают на спину, на ровную и твердую поверхность (пол, стол, землю и т.п.). расстегивают ремень и ворот одежды. Оказывающий помощь, стоя с левой стороны, накладывает ладонь кисти на нижнюю треть грудины, вторую ладонь кладет крестообразно сверху и производит сильное дозированное давление по направлению к позвоночнику. Надавливания производят в виде толчков, не менее 60 в 1 мин. У детей массаж производят одной рукой, а у грудных и новорожденных -кончиками указательного и среднего пальцев, с частотой 100 толчков в мин. Смешение грудины у детей должно производиться в пределах 1,5-2 см.

**ПОМНИТЕ!** Эффективность непрямого массажа сердца обеспечивается только в сочетании с искусственным дыханием.

**ПОМНИТЕ!**

Основной способ защиты от аварийно химически опасных веществ - эвакуация в районы, не попадающие в зону заражения.

**ПОМНИТЕ!**

Что при аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ, Вы располагаете весьма ограниченным временем.

**В ТО ЖЕ ВРЕМЯ**

При знании, быстром и точном выполнении своих действий, Ваша жизнь и жизнь Ваших близких будет вне опасности.

**ПОТОМУ ЧТО**

Ширина зоны заражения составит от десятков метров в начале, до сотен метров в конце следа облака,

**ПОЭТОМУ**

Время выхода из зоны заражения составит от 5 до 20 минут, что вполне обеспечит Вашу безопасность.

**ПОМНИТЕ!**

Ваша жизнь и жизнь Ваших детей в экстренных условиях - в Ваших руках!

Не забывайте больных и престарелых людей!

Помогите им!