

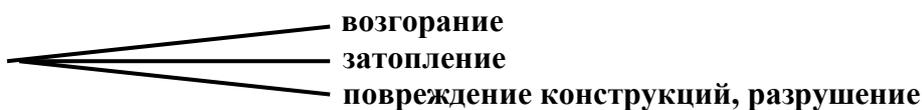
ПАМЯТКА

«Возможные негативные и опасные факторы бытового характера. Правила обращения с бытовыми приборами и электроинструментами»

Экстремальные ситуации в жилище

возможные опасности для человека в жилище можно наглядно выразить следующим образом:

экстремальные
ситуации



Пожары в жилище

Основная причина возникновения пожаров – это чаще всего неаккуратность в обращении с горючими и легко воспламеняющимися материалами. Однако в последнее время возгорания нередко возникают из-за бытовых электроприборов, электроаппаратуры, различных синтетических материалов.

Вот почему полезно **напомнить**:

- ❖ нагревательный прибор не должен работать вхолостую – это ведет к его перегреву;
 - ❖ нагревательный прибор потребляет большое количество энергии, поэтому любые неполадки в шнуре, розетке могут привести к опасным последствиям и требуют срочного ремонта;
 - ❖ всегда держите нагревательные приборы только на несгораемых подставках.
- Ныне особую опасность порой представляют такие электроустановки, как телевизоры, проигрывающая, звукоснимающая и другая аппаратура. Они стали более мощными, потребляют много электроэнергии. Причем очень часто происходит возгорание телевизоров.

При эксплуатации такого рода аппаратуры необходимо помнить:

- любой из названных выше приборов может стать причиной пожара в жилище;
- вентиляционные отверстия таких приборов должны быть всегда открыты;
- включать и выключать их можно только специальной кнопкой «Сеть»;
- следует сразу обращать внимание на первый признак ненормальной работы (появление запаха горелой резины или пластика, чрезмерный нагрев отдельных блоков или прибора в целом).

Полезно также выполнять рекомендации общего порядка:

- не загромождайте доступ к розеткам;
- не подключайте много приборов к одной розетке;
- имейте всегда запас предохранителей к вашей бытовой технике;
- не пытайтесь ремонтировать приборы, предварительно не отключенные от сети (напряжение некоторых блоков, например, телевизора, достигает сотен тысяч вольт);
- при любом подозрении на возгорание прибора его надо немедленно отключить, а затем только предпринимать какие-либо другие действия;
- при возгорании прибора накройте его влажной тканью и полите водой.

Однако если все же в квартире возникло возгорание или начался пожар, постарайтесь по возможности выполнить следующие действия:

- лично осмотрите очаг возгорания и, если это в ваших силах, приступайте к его тушению;
- если возгорание ликвидировать не удастся, вызовите пожарную команду и немедленно оповестите соседей об опасности;
- затем быстро покидайте квартиру и здание, перекрыв газ и отключив электричество, взяв документы и наиболее ценные вещи. Лифтом пользоваться при этом запрещается. Если путь отхода через лестничные марши отрезан, нужно выйти на балкон и криками привлекать внимание спасателей.

Кроме того, чтобы правильно действовать при возникновении пожара, необходимо:

- знать систему оповещения о пожаре и способ вызова пожарной команды;
- уметь пользоваться средствами пожаротушения;
- знать пути и порядок эвакуации;

- знать общие правила поведения при пожаре.

Общие правила поведения при пожаре:

Чрезвычайно важно помнить: при возникновении пожара необходимо опасаться высокой температуры, задымленности и загазованности, обрушения конструкций зданий, взрывов технологического оборудования и приборов, падения обгоревших предметов (деревьев) и провалов в прогоревший грунт. Опасно входить в зону задымления, если видимость менее 10 м.

Спасая пострадавших при пожаре, выбираясь из огня, надо соблюдать следующие **правила**:

- если нет более надежных средств защиты, прежде чем зайти в горящее помещение, накройтесь с головой в мокрое покрывало, пальто, плащом, куском плотной ткани;
- дверь в задымленном помещении открывайте осторожно, медленно, чтобы избежать вспышки пламени от быстрого притока воздуха;
- в сильно задымленном помещении двигайтесь ползком или пригнувшись;
- для защиты от угарных газов дышите через увлажненную ткань; помните, что обычный противогаз не защищает от угарных газов (необходима специальная гепколитовая фильтрующая коробка серого цвета);
- если на вас вспыхнула одежда, ложитесь на землю, на пол, перекатываясь, сбивайте пламя (бежать нельзя – это еще больше раздувает огонь);
- на человека в горячей одежде набросьте пальто, плащ или покрывало, плотно прижмите;
- выходите из зоны пожара в наветренную сторону, то есть в ту, откуда дует ветер.

ПОМНИТЕ! Маленькие дети от страха прячутся под кроватями, в шкафы, забываются в углы.

Возможность возникновения пожаров снижается, если:

- в доме не хранятся легковоспламеняющиеся и горючие жидкости, а также вещества, способные самовозгораться. Соблюдается особая осторожность при использовании предметов бытовой химии (не сбрасывайте их в мусоропровод). Не разогреваются мастики, лаки и аэрозольные баллончики на открытом огне. Не производится стирка в бензине, не хранятся на лестничных площадках мебель, горючие материалы, не загромождаются чердаки и подвалы, не устраиваются кладовые в нишах сантехнических кабин, электронагревательные приборы не устанавливаются вблизи горючих предметов;
- исправны выключатели, вилки и розетки системы электроснабжения и электрических приборов; не перегружена электросеть, не оставлены без присмотра включенными электронагревательные приборы и телевизоры;
- при ремонте электронагревательные и электронные приборы отключены от сети.

Необходимо также соблюдать осторожность при курении и помнить об опасности курения в постели.

Нельзя сушить белье над горячей газовой плитой или печью. Запрещается отогревать замерзшие трубы открытым огнем.

Не разрешайте детям играть спичками, включать электронагревательные приборы и зажигать газ.

Затопление в жилище

Основной его причиной, как правило, является неисправность в системе водоснабжения: авария магистральной трубы, разрушение или засорение канализации, протечки кранов в квартире.

Затопление в многоквартирном доме опасно из-за незначительной мощности водотока, большой высоты его подъема. Поэтому в таких случаях действовать надо быстро и четко.

Запомните основные **правила**:

1. Знайте, где перекрывается вода в вашей квартире. Проверьте, легко ли это сделать, не затрудняют ли доступ к кранам трубы других магистральных сетей.
2. Узнайте, где перекрывается магистральный трубопровод вашего дома, возможно ли это сделать без помощи слесаря.
3. Старайтесь ликвидировать даже незначительные подтекания кранов в вашей квартире. Научитесь делать мелкий ремонт самостоятельно.

4. Не допускайте засорения канализационной системы.
5. Не оставляйте без контроля льющуюся воду; не забывайте проверить, закрыт ли кран после того, как у вас отключили воду.
6. Будьте осторожны с кранами горячей воды: у них чаще выходят из строя уплотнительные устройства.
7. При затоплении квартиры, лестничной клетки отключите электричество. Если вода залила несколько этажей, не пользуйтесь лифтом.
8. Учитывая правила электробезопасности, при эвакуации из затопленных зданий или помещений необходимо надевать резиновые сапоги, пользоваться для освещения карманными фонарями или свечами.

Правила действий по обеспечению личной безопасности в местах массового скопления людей, в общественном транспорте, на водных объектах, в походе и на природе.

Экстремальные ситуации, связанные с транспортом

Вообще транспортно-дорожная безопасность человека (как пассажира, так и пешехода) обеспечивается высоким уровнем профессиональной подготовки водителей, конструктивными свойствами транспортных средств, их техническим совершенством, организацией управления движением и контролем за выполнением его правил. Немаловажную роль в обеспечении личной безопасности играет и уровень подготовки пассажиров, пешеходов в вопросах безопасного поведения, строгое выполнение ими правил пользования различными видами транспорта и соблюдение правил дорожного движения.

Во всяком случае, пешеходу и пассажиру в случаях аварийно ситуации необходимо запомнить ряд простейших правил на этапах посадки:

- посадка и высадка производится только после полной остановки транспорта;
- не стремитесь быть в первых рядах, особенно при ожидании на остановках;
- в транспорте занимайте места подальше от выходов и проходов;
- обеспечьте себе устойчивое положение в салоне; когда вы стоите, держитесь за поручень.

Лучшая точка опоры – поручень над головой;

- стойте лицом в сторону движения, так вы всегда сможете увидеть опасность заранее и – что также важно – при неожиданном столкновении или торможении вы не упадете на спину (это особенно опасно);
- не ставьте багаж на полу в проходе – он будет мешать вам и другим пассажирам;
- не передвигайтесь по салону во время движения. Если это необходимо, находите промежуточные точки опоры;
- единственное условие, оптимально гарантирующее безопасность при торможении или столкновении – это устойчивое фиксированное положение;
- если вы все же падаете в результате толчка, торможения – сгруппируйтесь, закройте голову руками;
- никогда не лишне подумать о возможности обеспечить себе аварийный выход; изучить порядок применения аварийного выхода, использование люка автобуса или окон вагона;
- при использовании современного транспорта необходимо помнить, что при авариях особенно опасна зона энергетических установок транспорта; двигателей, баков с горючим, токопроводящих элементов; в случае аварии держитесь подальше от этих зон;
- автотранспорт – пожароопасен, поэтому даже в случае небольшой аварии необходимо, выбравшись из автобуса или машины, отойти как можно быстрее от них на 10-15 м, во избежание гибели от возможного взрыва или пожара. Транспорт на электрической тяге опасен возможностью током – при выходе необходимо выпрыгнуть из него, не касаясь одновременно земли и транспорта.

Пешеходу советуем помнить следующие **рекомендации**:

- наиболее опасные зоны для пешехода: перекрестки, скоростные участки движения, зоны ограниченной видимости;
- пересекайте любую дорогу, осмотревшись в обе стороны;

- если столкновение с транспортом неизбежно, постарайтесь избежать наезда, оказавшись между колес или запрыгнув на капот машины; для ослабления удара необходимо сгруппироваться, закрыть голову руками;
- никогда не засчитывайте на реакцию водителя, надейтесь только на себя!

Желающим поехать на такси **рекомендуем**:

- по возможности садитесь только в государственные машины;
- точно и четко называйте нужный адрес;
- следите, чтобы вас везли кратчайшими путями;
- пользуйтесь ремнями безопасности, если они предусмотрены;
- детей сажайте на заднее сидение, оно более безопасно;
- не разрешайте детям трогать дверные ручки;
- прежде чем закрыть дверь, убедитесь, что дети убрали пальцы с кромок дверных проемов.

Железнодорожный транспорт является одним из самых распространенных на сегодня средств передвижения. Нужно помнить, что число жертв различных ЧС на ж/д транспорте значительно превышает, например, кол-во погибших и пострадавших в авиа катастрофах.

Поэтому, садясь в поезд, учтите следующие **общие рекомендации**:

- наиболее безопасны в вагонах нижние полки, в сторону движения;
- укладываясь на верхней полке, подумайте, как закрепиться, чтобы не упасть в случае резкого или экстренного торможения;
- размещайте свои вещи на верхних багажных полках так, чтобы они не упали от торможения;
- на остановке не отходите далеко от вагона и не пересекайте при этом пути: неожиданно подошедший состав может отсечь вас от вашего поезда;
- пользуйтесь питьевой водой только из титана у купе проводника.

Аварийные ситуации на железной дороге могут возникнуть в результате: экстренного торможения, крушения поезда, разрушения токонесущего провода, пожара. Как действовать тогда?

Используйте любую возможность, чтобы выбраться из вагона как можно быстрее, даже через окна.

Покидая опасную зону, не удаляйтесь слишком далеко: если вам нужна помощь, ее скорее всего окажут вблизи состава.

При аварии токонесущей системы выходите из опасной зоны, соблюдая меры электробезопасности.

Не стремитесь обязательно спасти багаж, ведь жизнь дороже всего; а документы, деньги, ценности в пути держите всегда при себе.

Чрезвычайно опасны возгорание или пожар в пассажирском вагоне, поскольку в нем, как правило, едет много людей, а эвакуировать их трудно, особенно на перегонах в ночное время: пожарные подразделения далеко, быстро повышается температура в очаге пожара и образуются токсичные газы.

Для обеспечения пожарной безопасности пассажиров, кроме первичных средств борьбы с огнем, в вагонах современной постройки устанавливаются системы пожарной сигнализации и аварийные выходы.

Отправляясь в путешествие на поезде, обязательно обратите внимание на стенку около электрического кипятильника. Там имеется надпись: «Вагон оборудован дополнительными аварийными выходами через окно 3 и 6 купе». Около каждого опускающего окна рядом с рычагом для открытия есть инструкция: «При аварии рукоятку повернуть на себя до упора (предварительно сорвав пломбу). Нажать на себя ручку – защелку окна». После чего, добавим, оконные рамы опускаем, полностью освобождая оконный проем размером 660x1020мм.

При пожаре также, если возможно, перейдите в другой вагон, держите двери купе открытыми, приготовьте влажную ткань для защиты от отравления продуктами сгорания. И вновь повторим: не заботьтесь о багаже, спасайте жизнь, постарайтесь только сохранить документы и деньги!

Еще несколько советов пассажиру поезда:

- на ходу не открывайте наружные двери тамбуров,
- не стойте на подножках и переходных площадках,
- не высовывайтесь из окон вагонов.
- При остановке поезда на перегоне не выходите из вагона.
- Двери купе фиксируйте замками в крайних положениях – полностью открытом или закрытом; иначе после резкого толчка от произвольного движения незафиксированных дверей вероятны травмы.

Курите только в установленных местах, в нерабочих тамбурах; не применяйте в вагонах открытый огонь и бытовые электроприборы, не приспособленные к вагонной сети, не перевозите легковоспламеняющиеся вещества.

В случае экстренной эвакуации из поезда сохраняйте спокойствие; покидая вагон через двери и аварийные выходы, будьте внимательны, потому что по соседним путям могут следовать другие пассажирские грузовые составы.

Соблюдать меры предосторожности вблизи ж/д полотна надо и пешеходам: в зонах технологической опасности – перегоны между станциями, участки плохой видимости туннели - не один машинист не сумеет остановить поезд, и жизнь человека зависит полностью от него самого. Вблизи станции имеются автоматические стрелки, способные защемить ногу. Интенсивное движение поездов само по себе опасно.

Через ж/д пути переходите только по виадукам или туннелям (мостам)!

Авиационный транспорт – наиболее современное средство передвижения, и его безопасность обеспечивается в наивысшей степени. Ни один самолет не примет пассажиров, пока не пройдет полного цикла подготовки и контроля. Экипажи воздушных кораблей – это коллективы высококвалифицированных специалистов, способных обеспечить работу сложнейшей техники.

Самолет в воздухе автономен, на его безопасность обеспечивается многими людьми на земле: диспетчерами, связистами, техниками инженерами.

Однако и гражданская авиация, к сожалению, не застрахована полностью от аварийных ситуаций. Вот почему настоятельно рекомендуем внимательно выслушать инструктаж по мерам безопасности, который проводится членом экипажа самолета в начале полета.

Одной из наиболее опасных ЧС считается *разгерметизация самолета* на маршруте перелета, т.к. в разряженной атмосфере человек может потерять сознание в считанные секунды. Поэтому необходимо немедленно надеть кислородную маску, находящуюся обычно в спинке сидения перед пассажиром (перед вылетом проверьте, там ли она). Следует иметь в виду, что если с вами ребенок, маску надо вначале надеть на себя, а затем – на малыша, в противном случае погибнуть могут оба.

Серьезно надо отнестись и к возможным торможениям авиалайнера при взлете или посадке. Пассажиры при этом могут быть из кресел и получить травмы. Чтобы избежать подобного, перед взлетом и посадкой каждый пассажир обязан одеть на себя ремень безопасности. Причем, усаживаясь на свое кресло сразу проверьте действует ли он, исправен ли его замок, подгоните ремень по длине. Уложите взятый с собой в самолет багаж на полку над креслом так, чтобы она не причинила в случае падения травм; но тяжелые предметы на верх не помещайте (это же касается фото- и киноаппаратуры). Полезно под рукой на коленях иметь сумку небольшого размера с мягкими вещами.

И еще раз напоминаем: застегивайте ремень безопасности всегда! Не обращайтесь внимание на возможную иронию окружающих на ваши правильные действия.

В случае резкого торможения или удара примите безопасное положение: колени и локти упираются в спинку переднего сидения, на коленях между спинкой и грудью – спинка с мягкими вещами, голова наклонена вперед и прикрыта руками, спина согнута.

Другие крайние экстремальные ситуации на авиа транспорте (пожар на борту, приземление без выпущенного шасси) бываю крайне редко. В подобных случаях главное – проявить самообладание и выполнить все дополнительные указания бортпроводницы и экипажа самолета.

Перед воздушным путешествием надо особенно внимательно отнестись к правилам перевозки багажа. Так, не случайно строжайше запрещен провоз горючих и легковоспламеняющихся жидкостей, спиртных напитков в негерметичной таре. Дело в том, что на высоте 10 тыс. метров давление в салоне понижается, усиливается испаряемость летучих жидкостей. Небольшая искра – и вероятность взрыва в самолете превращается в реальность.

Беспрекословно выполняйте требования экипажа и борт проводников – например, пересаживайтесь на указанные вам места, это в интересах вашей безопасности!

А при возможности выбора помните, что более безопасные кресла – ближе к задней части самолета, но не в самом хвосте.

Специфически опасные зоны в местах массового отдыха и развлечений в городе

В таких местах, как правило, собирается множество людей – от нескольких сотен (кинотеатры) до десятков тысяч (стадионы).

Ряд центров отдыха имеют специфическую направленность и разнообразное оборудование, а правила безопасности зачастую неизвестны тем, кто пользуется их услугами.

Человек, собирающийся приятно провести время, не всегда склонен всерьез воспринимать предостережения обслуживающего персонала.

А между тем люди, находящиеся под мощным эмоциональным воздействием того или иного зрелища (концерт рок музыкантов, спортивная игра, например), чрезмерно возбуждены и часто впадают в массовый психоз. Так, мы имеем немало примеров хулиганских проявлений экспансивных болельщиков во время футбольных матчей на стадионах, где дело доходило до преступлений.

Во всех подобных случаях даже из-за незначительных поначалу происшествий (ссора болельщиков или стремление большой группы поклонников приблизиться к кумиру на сцене) могут произойти массовые беспорядки с трагическими последствиями. Если же представить возможность возникновения в таких местах пожара, взрыва (что не исключается в настоящее время), то из-за возникающей паники просто неизбежны и пострадавшие, и погибшие.

Поэтому, отправляясь в места массового отдыха, **помните меры**, которые уменьшают опасность стать жертвой экстремальной ситуации.

Ваша одежда должна быть удобной и недорогой: стремление уберечь дорогую вещь в случае ЧС может стоить и здоровья, и жизни.

Не берите с собой объемных сумок или портфелей – они могут помешать вам в толпе.

Старайтесь приобретать билеты на места недалеко от выхода, но не рядом с основными проходами.

Чтобы не попасть в столпотворение при входе, лучше приходите заранее: если вам не удалось избежать этого, старайтесь не приближаться к ограждениям, особенно на лестницах.

На концертах не стремитесь находиться в первых рядах: сюда устремляется масса поклонников, здесь самое громкое звучание, притупляющее радиацию, отсюда чаще всего начинаются беспорядки.

Заняв место в зале, осмотритесь и оцените возможности выхода, особенно в темноте.

Если начинались беспорядки, постарайтесь поскорее уйти, не ожидая развития событий; наведение порядка в таких случаях – дело почти бесперспективное и не поддающееся прогнозу.

Если вы оказались в движущейся толпе, обязательно старайтесь удержаться на ногах, не дайте себя повалить – подняться будет практически невозможно.

Держитесь в середине людского потока, не приближайтесь к стенам и ограждениям, руки согните в локтях, оберегая грудную клетку, пусть толпа сама несет вас к выходу.

Если вы все-таки упали – сгруппируйтесь, защищая голову руками, сделайте все возможное, чтобы сразу подняться.

Выбравшись из толпы, оглядитесь, избирайте наиболее радиационный маршрут движения, чтобы вновь не попасть в давку.

При посещении аттракционов необходимо помнить, что они, как и любое техническое устройство, могут выйти из строя, а кроме того, рассчитаны на повышенные эмоции и, как следствие, способны вызвать чувство страха, даже неконтролируемые действия. Поэтому обязательно изучите все правила пользования аттракционами, которые вы собираетесь посетить.

Общие же меры безопасности таковы:

- не забывайте про страховку, предусмотренную конструкцией аттракциона;
- избегайте токонесущих деталей в самодвижущихся установках;
- не покидайте движущийся аттракцион до полной его остановки;
- если с вами дети, держите их постоянно в поле зрения, не оставляйте одних!

Особого внимания требуют места массового отдыха у рек, водоемов.

Перед купанием обязательно прочитайте правила пользования данным пляжем, которые должны быть вывешены на видном месте; там указаны зоны заплыва и сигналы предупреждения об опасных местах.

Никогда не бросайтесь в воду сразу после приема пищи.

Старайтесь иметь с собой английскую булавку – ее уколom можно избавиться от внезапной судороги.

Овладевайте навыками оказания помощи тонущему человеку (как его доставить на берег, освободить от воды внутренние органы, сделать искусственное дыхание, непрямой массаж сердца).

Меры обеспечения безопасности при купании

При наступлении теплых солнечных дней люди стремятся к воде. В это время надо быть особенно внимательным к ним. Вода ошибок не прощает. Правила поведения при купании надо выполнять очень точно.

Надо запомнить следующие правила:

- купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева. Температура воды должна быть не ниже 17-19°, в более холодной находиться опасно. Плавать в воде можно не более 20 мин., причем это время должно увеличиваться постепенно, с 3-5 мин. Нельзя доводить себя до озноба. При переохлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания, потеря сознания. Лучше искупаться несколько раз по 15-2- мин, а в перерывах поиграть в подвижные игры: волейбол, бадминтон;
- не входить, не прыгать в воду после длительного пребывания на солнце. Периферические сосуды сильно расширены для большей теплоотдачи. При охлаждении в воде наступает резкое рефлекторное сокращение мышц, что влечет остановку дыхания;
- не входить в воду в состоянии алкогольного опьянения. Алкоголь блокирует сосудосужающий и сосудорасширяющий центр в головном мозге;
- если нет поблизости оборудованного пляжа, надо выбрать безопасное для купания место с твердым песчаным не засоренным дном, постепенным уклоном. В воду входить осторожно. Никогда не прыгать в местах, не оборудованных специально. Даже если накануне это место было безопасным для прыжков, то за ночь течением могло принести корягу или что-то сбросили в воду;
- не заплывать далеко, т.к. можно не рассчитать своих сил. Почувствовав усталость, не надо теряться и стремиться, как можно быстрее доплыть до берега. Нужно «отдыхать» на воде. Для этого обязательно научитесь плавать на спине. Перевернувшись на спину и поддерживая себя на поверхности легкими движениями рук и ног, вы сможете отдохнуть;
- если захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Надо плыть вниз по течению, постепенно, под небольшим углом, приближаясь к берегу;
- не теряться, даже если попали в водоворот. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону, всплыть;
- в водоемах с большим количеством водорослей надо стараться плыть у самой поверхности воды, не задевая растения, не делая резких движений. Если все же руки или ноги спутываются стеблями, необходимо сделать остановку (принять положение «поплавка», «всплывания») и освободиться от них;
- не плавать на надувных матрацах, автомобильных камерах и надувных игрушках. Ветром или течением их может отнести очень далеко от берега, а волной – захлестнуть, из них может выйти воздух, и они потеряют плавучесть.

Купание с маской, трубкой и ластами требует особой осторожности:

- нельзя плавать с трубкой при сильном волнении моря. Плавать надо только вдоль берега и обязательно под постоянным наблюдением, чтобы вовремя могли прийти на помощь;
- не допускать грубых шалостей в воде: подплывать под купающихся, хватать их за ноги, «топить», подавать ложные сигналы о помощи и т.п.;

- не оставлять у воды малышей. Они могут оступиться и упасть, захлебнуться водой или попасть в яму. К сожалению, не редки случаи, когда маленькие дети тонут в ванне, оставленные родителями, старшими «буквально на одну минутку»;
- не заплывать за ограничительные знаки, т.к. они ограничивают акваторию с проверенным дном, определено глубиной, там гарантировано отсутствие водоворотов и т.д. Не надо отплывать далеко от берега или переплывать водоем на спор. Доказать свое умение плавать можно, проплыв несколько раз одну и ту же дистанцию вблизи берега;
- не доплывать к близко проходящим судам, лодкам и катерам.

Помните: отправляться на водоемы в одиночку опасно!

Меры безопасности при катании на лодках:

- при посадке в лодку не вставать на борта и сидения;
- во время движения не выставлять руки за борт;
- не перегружать лодку;
- не сидеть на бортах, не переходить с места на место и не пересаживаться на другие катера и лодки;
- не нырять с лодки;
- не брать с собой детей до 7 лет;
- нельзя пользоваться лодкой детям до 16 лет без сопровождения взрослых;
- нельзя плавать ночью в тумане, т.к. можно не заметить препятствия, потерять ориентировку;
- нельзя кататься вблизи шлюзов, плотин, останавливаться в непосредственной близости от мостов или под ними, пересекать курс идущего судна.

При прохождении на лодке пляжей и мест массового купания надо грести особенно осторожно, чтобы не ударить купающегося веслом или не столкнуться с ним. Всегда надо помнить, что на водоемах погода меняется довольно быстро. За небольшой промежуток времени, при усилении ветра, может измениться волновой режим. При большом волнении нужно носом лодки «резать волну». Нельзя ставить параллельно идущей волне, т.к. лодка в таком положении может не только накрениться, но и опрокинуться. Если вы становитесь свидетелем несчастного случая, постарайтесь сначала быстро проанализировать ситуацию, чтобы ваша помощь была быстрой и эффективной. Подходить к тонущему, при хорошей погоде, нужно кратчайшим путем. При ветре или волнении следует подходить с подветренной стороны или против волны.

При непосредственном приближении к тонущему, надо соблюдать особую осторожность, чтобы не ударить его веслом или корпусом. Поднимать из воды пострадавшего рекомендуется с носа или кормы (иначе можно перевернуться).

Осторожно, лёд!

Крайнюю осторожность надо соблюдать на замерзших водоемах, прежде всего на реке в городской зоне, где теплые стоки от предприятий могут оставлять незамерзающие всю зиму и не всегда заметные полыньи.

Запомните:

- по возможности не ходите по льду водоемов в одиночку;
- если вы провалились в полынью и оказались в ледовой крошке (месиво из разломанного вами льда), вам грозит смертельная опасность, т.к. выбраться самому очень трудно, особенно на глубоком месте; тем не менее, старайтесь продвинуться к тому месту, откуда вы упали в воду и выбраться на лед, где он не ломается от ваших усилий;
- если же вам это не удастся (что весьма вероятно) – зовите на помощь людей.

Тот, кто решит помочь попавшему в полынью, не должен бросаться к нему, как говорится, очертя голову: так вы просто можете увеличить число гибнущих (в Москве был случай, когда жертвами такой ситуации стали сразу несколько человек: тонущий и старавшиеся его спасти из полыньи на реке Москве, промытой стоками от предприятий); надо найти веревку или длинный шест, соблюдая осторожность, лечь на лед, ползком подобраться к полынье и подать шест или бросить конец веревки тонущему человеку. Спасателю лучше и надежнее передвигаться по льду лежа на широкой доске, которая застрахована веревкой или каким-либо человеком.

Тому, кто длительное время пробыл в ледяной воде, надо немедленно оказать помощь:

- растирание тела (лучше с применением спирта), обогрев (набросив теплую сухую одежду), необходимо также вызвать «Скорую помощь» и отправить пострадавшего в больницу.

Меры предосторожности на льду

Переходить и переезжать замерший водоем разрешается только после того, как местными органами власти будут оборудованы ледовые переправы и установлен режим их работы. Где их нет, надо быть внимательным и осторожным. Обходит опасные места - площадки, покрытые толстым слоем снега, чистые прогалины на снежном покрове, темные пятна, предупреждающие о непрочности льда. Избегать мест с вмержшим в лед камышами, водорослями или какими-то предметами. Надо также обходить те участки водоема, куда сбрасываются промышленные воды. Нельзя переплывать около промоин и выхода грунтовых вод. Надо держаться подальше от площадок для выколки льда.

Безопасней всего переходить водоем по прозрачному льду, имеющему зеленоватый или синеватый оттенок, придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне (если на ней не выступила вода). Пешеходную переправу лучше осуществлять группой, соблюдая дистанцию друг от друга 5-6 м.

При переходе замерзших водоемов на лыжах рекомендуется предварительно расстегнуть крепления, высвободить кисти рук из петель лыжных палок, снять с одного плеча лямку рюкзака. Эти приготовления обеспечат свободу движений в случае неожиданного провала под лед.

Все большую популярность в последнее время завоевывает активный отдых на туристских базах. **Новые виды туризма** – как горный, конные маршруты, сплав по рекам на байдарках и плотках – требуют специальной подготовки и навыков, которыми зачастую стремящиеся отправиться в экзотические путешествия не обладают, а наставления и рекомендации инструкторов они не всегда воспринимают с должным вниманием. Случалось, например, что туристы самостоятельно уходили с турбазы в горы, не изучив толком обстановку, не зная даже, куда и как идти, и оказывались в экстремальной ситуации (ночевка зимой среди скал, в снегопад и метель; камнепады, сходы снежных лавин). Причем нередко никто не приходил на помощь эти «храбрым покорителям вершин» только потому, что об их выходе в горы никто не знал.

Суммируя возможные ситуации для таких случаев, **рекомендуем:**

- отправляясь отдыхать на отдельную турбазу, узнайте побольше о тех местах, где она расположена, особенностях тамошнего климата;
- не стесняйтесь показаться новичком и не отказывайтесь от услуг инструктора, который поможет избежать многих ошибок;
- подбирайте свою экипировку, учитывая требования безопасности в первую очередь, а только потом – моды;
- всегда лично готовьте снаряжение, полученное на турбазе, не путайте его с чужим, не избегайте при подготовке помощи инструктора;
- особенно не рассчитывайте на помощь спасателей – у нас пока нет, к сожалению, хорошо организованной и оснащенной спасательной службы;
- будьте внимательны к товарищам по группе, соседям по столу – длительное их отсутствие может означать, что они попали в беду.

Покушение на имущество, жилище и способы защиты

Стремление к легкой наживе, к быстрому обогащению за чужой счет, утрата обществом многих моральных основ жизни резко увеличили количество преступлений, связанных с посягательством на имущество и жилье людей. Необходимо при этом отметить, что дело не всегда ограничивается хищением собственности или ценностей, может возникнуть ситуация, когда преступник попытается убить случайного свидетеля, т.е. не исключена угроза жизни человека.

Самым верным способом избежать кражи является обеспечение надежности жилища, перекрытие возможных путей для «визитов» незваных «гостей». Что можно предпринять?

Обычно в квартиру или дом они проникают через двери, окна или балконные двери и окна. Поэтому прежде всего, воспользуйтесь старыми испытанными способами, помогающими против воров.

Надо оборудовать дери надежными замками (не менее двух), которые расположить на расстоянии 0,5м один от другого (иначе запор легко выбивается). Однако помните, что наименее прочны накладные замки и еще ненадежнее навесные. Целесообразно один замок снабдить незаметно скважиной.

Входные двери должны быть достаточно прочными, иметь надежно закрепленные дверные короба. Штыри укрепления коробок следует усиливать металлическими накладками.

Если на вашей лестничной клетке имеется дополнительная дверь, не считайте, что это для вас гарантированная защита. Есть примеры, когда преступники вызывали жертву именно к этой, первой двери (общей для нескольких квартир), не снабженной обычно предохранительной цепочкой, а затем после устранения хозяина у первой двери беспрепятственно врываются в квартиру. Однако даже не оборудованная по всем правилам, но всегда закрытая дверь обычно предохраняет от недостаточно опытных преступников.

Не оставляйте открытыми окна, когда уходите из дома, надежно запирайте балконные двери, даже если ваша квартира на высоком этаже.

Нередки попытки, порой успешные, проникновения преступников в квартиры и в присутствии хозяев. Вот почему следует помнить, что двери необходимо оборудовать глазками и цепочками.

Не забывайте следующее:

- никогда не открывайте дверь сразу;
- всегда используйте дверные глазки, не отпирайте замок, пока не увидите, кто к вам пришел;
- будьте осторожны с незнакомыми людьми. Не думайте, что преступника всегда будет подозрительная внешность. Если незнакомец представляется официальным лицом, постарайтесь проверить это по телефону или другим доступным путем. Если к вам в квартиру просятся, чтобы позвонить по телефону, спросите, какой нужен номер и скажите, что сделаете это сами;
- входя в квартиру, не медлите, старайтесь, чтобы при этом позади вас не было посторонних;
- если вас просят открыть кодовый замок подъезда, постарайтесь не ошибиться и не открыть дверь преступнику: уточните, к кому идут незнакомцы и по возможности проверьте, правда ли это;
- обнаружив при подходе к своей квартире признаки присутствия в ней посторонних, не входите! Немедленно позвоните в милицию, оповестите соседей;
- будьте внимательны к ключам от квартиры, доверяйте их только надежным людям, не оставляйте снаружи в двери, при утере или переезде – смените замки;
- не рискуйте, никогда не пытайтесь задерживать преступника, если даже видите его выносящим ваши вещи из квартиры. Немедленно сообщите об этом в милицию, позвоните соседям; если у вора автомашина, запомните ее номер;
- у вас в квартире рядом с телефонным аппаратом должны быть номера телефонов ближайшего отделения милиции, участкового;
- собака только тогда надежный сторож, когда она обучена;
- наибольшую гарантию защиты вашего дома в настоящее время дает установка охранной сигнализации, соединенной с пультом вневедомственной охраны милиции. Простейшими приборами сигнализации вы можете оборудовать свою квартиру и сами – тревожны звонок, включающийся от контакта при открывании двери в ваше отсутствие или другой сигнал, известный соседям, спугнет преступников;
- вообще очень важно взаимодействовать в вопросах защиты жилища от посягательств воров и грабителей с соседями, создается своеобразная система «коллективной» безопасности. Хорошие взаимоотношения между соседями – залог повышения взаимно безопасности квартир одной секции, целого дома;
- серьезным фактором защиты жилья от преступных устремлений является информационная безопасность. Редко преступник начнет действовать, не имея данных о квартире, их хозяев и главное – о том, на что ценное он может рассчитывать, проникнув туда. Такую информацию чаще всего он получает или сам, или от так называемого «наводчика». Причем необходимые им сведения зачастую дают... сами потерпевшие. Поэтому если вы имеете дома ценности, дорогостоящие вещи, старайтесь не распространяться об этом в разговорах со случайными знакомыми и даже с соседями по дому, в очередях, общественном транспорте;

- покидая на продолжительный срок свою квартиру, договоритесь с соседями об изъятии на это время из почтового ящика вашей корреспонденции;
- шторы на окнах вашей квартиры держите так, чтобы избежать наблюдения за тем, что находится или происходит внутри;
- укрепляя двери, устанавливая специальные замки, сигнализацию не афишируйте этого: по мнению преступника, именно здесь может оказаться большая добыча;
- подходя к двери на неожиданный звонок, постарайтесь создать впечатление, что дома еще кто-то находится, произнесите, например, громко фразу типа: «Не беспокойся, я открою сама...»;
- уходя из квартиры надолго, не забудьте создать «эффект присутствия» в ней: люди, допустим, не выключайте радио, оставьте его негромко работающим.

Преступление вне жилища и способы защиты

Вне жилища в условиях города совершению преступления обычно способствуют либо безлюдье, либо, наоборот, большое скопление народа. Именно в таких условиях у правонарушителя имеются хорошие возможности для того, чтобы быстро скрыться. Исходя из этого, можно выделить зоны, в которых опасность возникновения криминогенной ситуации наиболее вероятна. К таким зонам относятся лесопарки, подземные переходы, неосвещенные переулки, проходные дворы, ночные полупустые электрички и платформы станций, окраинные районы, а также – парки отдыха, стадионы, другие зрелищные предприятия и окружающие территории. Особую осторожность надо соблюдать на вокзалах, рынках, где почти всегда есть и соответствующая «специфическая среда».

Главное в защите от преступника – знание вероятных его действий по месту и времени.

Исходя из этого, полезно запомнить следующие **советы**:

- избегайте одиночных прогулок в безлюдных местах без определенных целей;
- отправляясь на вокзал, в аэропорт, постарайтесь иметь спутника;
- стремитесь уменьшить число ночных поездок; если при этом вы садитесь в пустой салон (вагон), выберите место ближе к водителю; никогда не садитесь в такси, где уже есть пассажиры;
- двигаясь по пустынной дороге, тротуару, держитесь подальше от кустов, изгородей, невысоких стен;
- оказавшись в незнакомом городе, по возможности не показывайте незнание мест, улиц, пользуясь картой-схемой города, положите в карман местную газету;
- не держите все деньги в одном месте, имейте под рукой небольшие суммы для мелких расходов;
- оказавшись на вокзале, в аэропорту, займите место рядом с явным пассажиром (человек, как правило, с солидным багажом);
- никогда не показывайте в людных местах свои документы, ценные вещи;
- в любой обстановке старайтесь держаться спокойно, уверенно: преступник скорее выберет жертву из числа заметно робких, суетливых людей.

Если вы все же вынуждены вступить в нежелательный контакт, исход которого трудно предусмотреть, ведите себя хладнокровно, помните: всем должно быть понятно, что вы готовы постоять за себя, но не старайтесь при этом показаться нахальным, это может спровоцировать действия преступника. Владея боксом, приемами какой-либо борьбы, никогда не выдавайте этого до нападения преступника. Нанося удар, вложите в него всю силу, старайтесь именно первым ударом обезвредить нападающего. Если вам удалось добиться успеха, немедленно уйдите с места, где на вас напали, и обратитесь в милицию; никогда не ждите, пока преступник придет в себя.

При попытке вымогательства ценных вещей или денег, расстаньтесь с ними, не подвергая себя опасности. **Помните**: жизнь и здоровье всегда дороже! Сразу обратитесь в милицию, опишите преступника, его особые приметы.

Уходя от преступника, не идите прямо домой, не показывайте ему свое место жительства. Направляйтесь к людным местам, отделению милиции. Если вас провожают домой ночью, попросите спутника убедиться, что вы добрались до квартиры. Приближаясь в одиночку к

своему дому, квартире, приготовьте ключи заранее, чтобы не возиться у входа, а быстро войти и закрыть за собой дверь.

Вновь подчеркнем: вы не должны выглядеть испуганным, всего боящимся человеком, просто придерживайтесь обычных элементов осторожности, помните, что помимо нормальных людей есть преступники и нельзя стать для них легкой добычей.

В случаях возникновения прямой необходимости применения силы в целях самозащиты не думайте о последствиях этого для преступника, делайте все возможное и невозможное для спасения своей жизни, своего здоровья!

Особое место среди экстремальных ситуаций занимают те из них, которые связаны с реальной угрозой применения огнестрельного оружия. В таких случаях следует помнить: никакая защита и приемы не дают гарантий против пистолета или ружья. Контрдействия можно применять лишь тогда, когда они – единственный шанс выжить! Невозможно предложить дающие гарантию спасения советы, однако полезно помнить: стремительно сближайтесь с преступником, так как расстояние – это его преимущество; уходите с линии прицеливания, или, вцепившись в руку преступника, уводите оружие от себя; наносите при возможности, внезапные удары по наиболее болевым точкам, по лицу, вкладывая в них всю силу. Вы будете оправданы за любые действия против вооруженного преступника!

Как предотвратить преступление?

- а) Никогда нельзя забывать, что ваша внешность, одежда – это информация о вас. Помните об информационной безопасности;
- б) дорогая одежда и обувь могут характеризовать вас как состоятельного и даже богатого человека, предполагать наличие у вас ценных вещей и больших денег;
- в) покупая дорогостоящую аппаратуру, не стремитесь выставлять ее напоказ по дороге домой. Это может привлечь внимание не только к аппаратуре, но и к вашему дому. Будьте предусмотрительны, попросите положить покупку в обычную неброскую упаковку, не пожалейте денег на такси, чтобы отвезти дорогого видеомаягнитофон домой. Но при этом не сделайте еще более грубо ошибки: не садитесь в частную машину. Всегда обращайтесь внимание на номер такси, в которое вы садитесь;
- г) деньги необходимо хранить продуманно. Если вы едете за крупно покупкой, на отдых, в командировку, никогда не держите все деньги в одном месте, разделите их на две-три части, положите в разные места или в разные части багажа. Имейте «на виду» в кошельке немного денег для текущих мелких расходов;
- д) не выделяйтесь в дороге, на вокзале, в магазинах и в других криминальных местах слишком дорогими украшениями, часами. Старайтесь выработать безопасны стиль поведения, всегда уходите от никогда ненужно показухи;
- е) подбирая себе портфель, сумку, помните, что они – первые предметы, которые привлекают внимание. Но дорогой «дипломат» с металлическим каркасом в некоторых случаях может быть использован в качестве щита или оружия, а при аварии поможет выбить стекло автобуса, ж/д вагона, чтобы покинуть их. Небольшая дамская сумочка на длинном ремешке – самая простая добыча для преступника: носите ее для красоты, не оставляя в не денег, документов, ключе; приобретите привычку придерживать ее рукой сбоку, а не носить за спиной;

Общие правила выживания в экстремальных ситуациях на природе:

- постараться найти убежище от холода, жары, дождя или ветра; оказать первую мед. помощь нуждающимся (пострадавшим);
- найти способ оповестить о себе: зажечь костер, повесить на дереве какую-либо вещь яркого цвета и т.д.;
- рассчитать запасы пищи и найти способ добыть ее;
- экономно расходовать воду. Если ее нет или осталось мало, постараться найти источник;
- произвести ориентирование и поиск маршрута выхода к людям.

Безопасность на природе

Перед тем, как войти в лес, необходимо определить по компасу стороны света, чтобы точно знать, в каком направлении вам надо будет возвращаться. Например, если, входя в лес, вы идете

на север, значит, чтобы выйти из него, вам нужно идти на юг. Но компаса может у вас и не быть. В этом случае нужно поступать следующим образом. Входя в лес, запомните, в какой глаз вам светило солнце. При возвращении оно должно светить вам в другой глаз (при условии, что вы в лесу находились непродолжительное время).

Солнце восходит на востоке, а заходит на западе. Если утром встать к солнцу лицом, север будет по левую руку, а юг – по правую.

Многие растения являются живыми компасами. Подсолнух на огороде, некоторые цветы в лесу даже в облачную погоду поворачиваются головками к солнцу.

Мхи и лишайники любят тень, п.э. растут преимущественно на северной стороне стволов деревьев, пней и камней.

Кора у деревьев обычно темнее и грубее с северной стороны. Особенно это заметно у березы, осины, сосны.

В сухую, жаркую погоду у ели и сосны смола обильнее выделяется с южной стороны.

Муравьи устраивают свои жилища обычно с южной стороны деревьев, пней и кустов. Южные стороны муравейников более пологие, чем северные.

Перелетные птицы весной летят строго на север, а осенью – на юг.

Зная эти несложные народные приметы, вам легче будет ориентироваться, находясь в лесу.

Не рекомендуется в лес ходить в одиночку – можно заблудиться. Никогда не забывайте о своих товарищах. В лесу нужно держаться вместе. Как только вы теряете друг друга из виду, начинайте кричать, чтобы найти товарищей по голосу.

Заблудившись, ни в коем случае не поддавайтесь панике. Не стоит сразу бежать куда глаза глядят. Присядьте, успокойтесь и внимательно прислушайтесь, не доносятся ли откуда-нибудь звуки: шум машин, поезда, гудки паровозов, лай собак, крики домашних животных и птиц, другие звуки, говорящие о близости людей. Уловив звук, поверните в ту сторону, откуда он доносится, и идите в этом направлении. Если звук будет приближаться, значит, вы идете правильно.

Если вы заблудились, а на пути у вас река либо большой ручей, идите вниз по течению. Этот путь, как правило, приводит к жилью. Чтобы сориентироваться, можно залезть на высокое дерево и наметить путь выхода.

Во время грозы нельзя прятаться под отдельно стоящим деревом. Именно в него чаще всего попадает молния. Лучше спрятаться в кустарнике на мелком лесу.

В незнакомой местности всегда спрашивайте местных жителей о «змеиных местах». Собираясь в лес за грибами и ягодами, обязательно наденьте сапоги. Увидев змею, не трогайте ее, а обойдите стороной. Если гадюка свернулась кольцом, значит, она собирается броситься на человека.

Собирайте только знакомые вам грибы и ягоды. Ни в коем случае не пробуйте не известные вам ягоды. Не стесняйтесь спрашивать у взрослых о грибах и ягодах, которые вам не знакомы и встречаются в лесу.

Случаи отравления наблюдаются главным образом из-за сходства ядовитых растений с подобными неядовитыми. Так, часто дети отравляются ядовитыми вехом, сходным с петрушкой; ягодами белладонны, похожими на вишню; семенами белены, имеющими некоторое сходство с семенами мака; семенами клещевины. Сильные ожоги причиняет борщевик Сосновского, стебли которого дети вырезают на дудки.

Находясь на природе, люди по неосторожности могут вызвать пожар. Причинами лесного пожара могут быть брошенная горящая спичка, окурок или не затушенный костер. Лучше всего разводить костры на старых кострищах. Нельзя разводить костры на сухой траве и рядом с сухими деревьями. Не стоит устраивать очень большие костры и разводить костры при сильном ветре, в сухую, жаркую погоду. Уходя, надо убедиться, что костер потушен. Нельзя оставлять в кострище тлеющие угольки – налетевший ветер может раздуть из них пламя. Надежнее всего залить костер водой. Пламя можно сбить сломанными ветками, небольшими деревцами или даже курками. Вспыхнувшую траву можно затоптать ногами или забросать землей. При пожаре в лесу надо уходить в ту сторону, откуда дует ветер.

Действия при укусах животных, насекомых, змей.

Если вас укусила собака, не пытайтесь сразу остановить кровь, т.к. кровотечение может помочь удалить слюну животного из раны. При возможности промойте рану чистой водой и смажьте кожу вокруг укуса йодом или одеколоном. Необходимо выяснить у владельца собаки, сделана ли ей прививка от бешенства.

Нужно помнить, что детей, пострадавших от укусов собак, в три раза больше, чем взрослых и что в первую очередь остерегаться надо домашних собак, а не бродячих, которые на людей почти не нападают.

При укусе любой змеи следует немедленно принять меры против попадания яда в кровь. Необходимо сразу попытаться выдавить с кровью хотя бы часть яда, пока он не распространился по организму. Можно отсосать его ртом. Однако делать это стоит только в том случае, если вы уверены, что в нем нет ран или трещин, а в зубах нет ни одного дупла. Отсасывать яд из ранки надо 10-15 минут, сплевывая содержимое и в конце прополоскав рот. Затем следует промыть ранку слабым раствором марганцовки или перекисью водорода и перевязать. Пострадавшему нужно обеспечить полны покой. При укусе в руку зафиксируйте ее в согнутом положении. При укусе в ногу прибинтуйте ее к другой ноге. Рекомендуется обильное питье (чай, минеральная или обычная вода), одну-две таблетки обезболивающего средства. Нельзя накладывать жгут выше места укуса, прижигать место укуса огнем, делать надрезы. В любом случае пострадавший должен быть доставлен в больницу.

Укусы пчел, ос, шмелей. Если в ранке осталось жало, осторожно удалите его пинцетом, приложите к ранке ватку, намоченную спиртом, одеколоном, медовую лепешку. Хорошим народным средством для снятия боли является молочко одуванчика. Хорошо принять таблетку супрастина, димедрола, пипольфена.

При укусе ядовитым пауком промойте укушенное место водой с мылом, положите на место укуса холод. Зафиксируйте пораженную конечность. Примите таблетку любого обезболивающего средства. Пете больше жидкости.

Укус клеща. Присосавшегося клеща удаляют следующим образом: предварительно на тельце клеща наносят каплю любого растительного масла, затем, осторожно захватив его пинцетом, извлекают плавными раскручивающими движениями. Если нет пинцета, используют обычную нить, которую обвязывают между основанием головки клеща и кожей человека, затем, растягивая концы нити в стороны, вытягивают его из тела. Место укуса смазывают настойкой йода, зеленкой или спиртом. Надрезы кожи и прижигания не рекомендуются. Пострадавшему необходимо обратиться в поликлинику.