



Телефон пожарных и спасателей

**01**

Единый «телефон доверия» МЧС России

(495) 449-99-99

Телефон «горячей линии» Центра экстренной психологической

помощи МЧС России:

в Москве (495) 626-37-07

в Санкт-Петербурге (812) 718-25-16

[www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru)



Добрые советы от МЧС

Для стильных женщин и продвинутых мужчин

(лето)



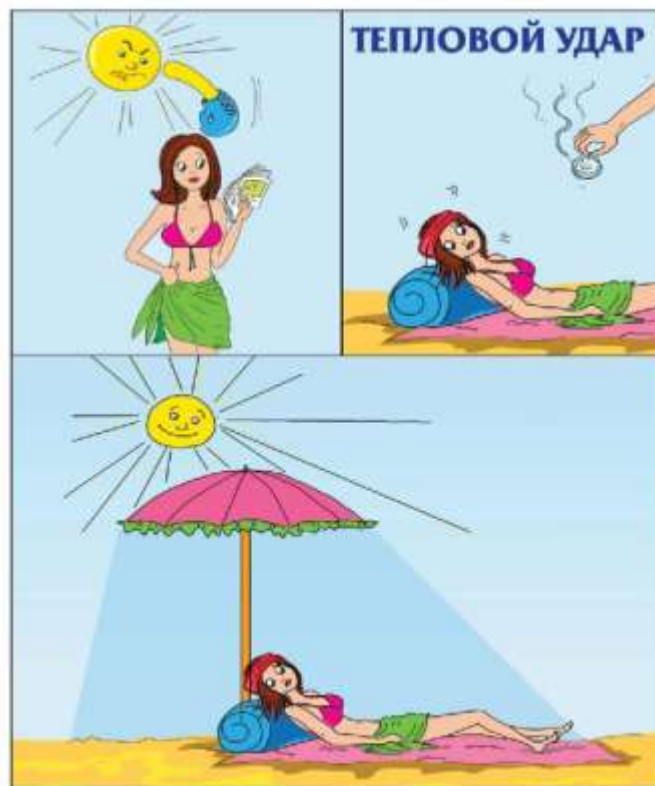
## ПЕРВИЧНЫЕ СРЕДСТВА ПОЖАРОТУШЕНИЯ

**Огнетушитель углекислотный** – предназначен для тушения горящих электроприборов



**Огнетушитель углекислотно-порошковый** – предназначен для тушения горящих электроприборов и других возгораний

**Огнетушитель аэрозольный** – предназначен для тушения горящих предметов и горящих жидкостей в небольшом объеме



Симптомы теплового и солнечного удара: слабость, головная боль, тошнота, учащенный пульс. Пострадавшему надо немедленно перенести в тень и дать понюхать ватный тампон, смоченный нашатырным спиртом. Голову и тело пострадавшего надо протереть влажной прохладной тканью. На голову следует положить холодную мокрую ткань или грелку (пакет) с холодной водой.

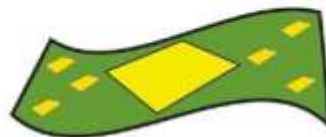
## СПАСЕНИЕ УТОПАЮЩИХ



Приближайтесь к утопающему сзади незаметно. Если утопающий, пытаясь удержаться, хватается за вас, поднырните под него. Транспортировать пострадавшего к берегу лучше на спине, обхватив его рукой под подбородок или держа за волосы. Для удаления жидкости из дыхательных путей положите пострадавшего животом на бедро согнутой ноги, надавите рукой на спину между лопаток, приподнимая голову за подбородок. Ребенка можно приподнять за ноги и таким образом удалить воду. Если пульс на сонной артерии не определяется, надо немедленно начать непрямой массаж сердца, чередуя его с искусственным дыханием.

## И СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ

**Попона** – плотное покрывало из шерсти или хлопка для тушения электроприборов и различных небольших возгораний. Может служить огнезащитной защитной накидкой при выходе из зоны пожара



**Подручные средства для тушения небольших возгораний** – вода, плотная ткань, земля из цветочных горшков, сода, стиральный порошок

**Изолирующий самоспасатель** –

одноразовое средство индивидуальной защиты человека в непригодной для дыхания атмосфере при эвакуации из помещения во время пожара





Пригнитесь к полу.

Если вы отрезаны от выходов огнем, или выходы сильно задымлены, вернитесь в помещение.

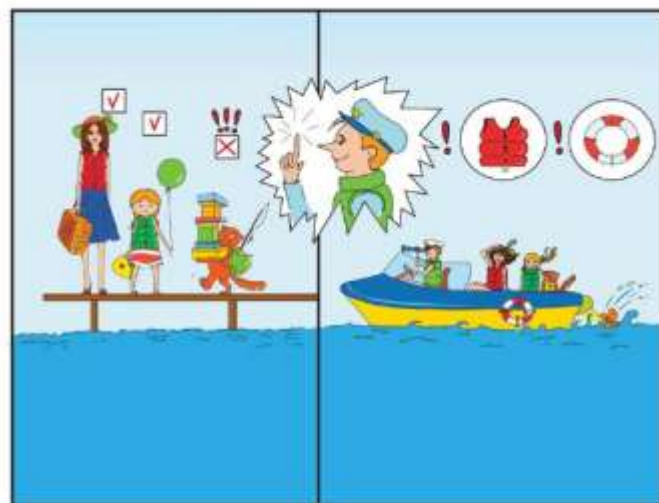
По возможности запаситесь водой. Плотно закройте двери.

Мокрыми тряпками заткните дверные щели и вентиляционные отверстия.

Полейте пол и двери водой, чтобы уменьшить температуру.

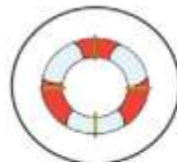
Откройте окна и привлекайте к себе внимание прохожих и пожарных.

Не паникуйте и ждите помощи.



При катании на маломерном судне (лодке, байдарке, катере) все пассажиры должны быть одеты в спасжилеты.

Все маломерные суда должны быть оборудованы первичными средствами спасения (спасательный круг, спасательный жилет).



Во время движения нельзя сидеть на борту судна и переходить с одного судна на другое. Не перегружайте судно. Не катайтесь возле шлюзов и плотин. Не катайтесь на скутерах и моторных лодках вблизи берега.





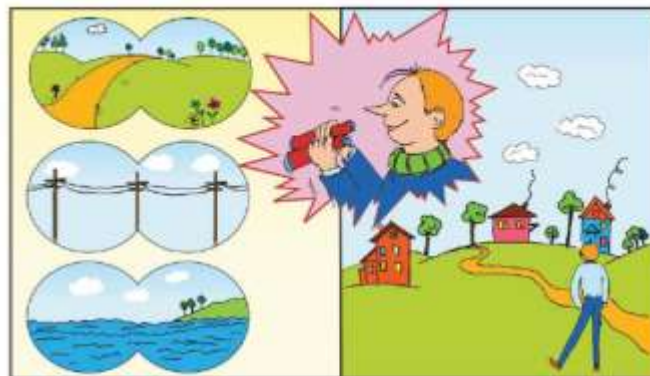
Купайтесь только на оборудованных пляжах.  
 Не ныряйте с берега или с моста, если не знаете глубины водоема и рельефа дна.  
 Не купайтесь в состоянии алкогольного опьянения.  
 Не позволяйте детям купаться без присмотра взрослых даже на мелководье.  
 Не бросайте в воду посторонние предметы. Это приводит к загрязнению водоема и может стать причиной травмы.



Сообщите о пожаре по городскому телефону 01 или по мобильному – 112. Звонок с мобильного телефона – бесплатный.  
 Попытайтесь потушить пожар с помощью огнетушителя, воды, плотной ткани, земли из цветочных горшков, стирального порошка, соды.  
 Горящие электроприборы необходимо обесточить!  
**ВНИМАНИЕ!**  
 Горящие электрические приборы, включенные в сеть, водой тушить НЕЛЬЗЯ!  
 Если за 10 секунд пожар потушить не удалось, покиньте помещение. Закройте дверь, но не запирайте ее.  
 Не пользуйтесь лифтом. Спускайтесь по лестнице.  
 При задымлении прикрывайте рот и нос влажной тканью (шарфом, рукавом одежды, носовым платком).



Если ваш ребенок время от времени вынужден оставаться дома один, сделайте дом безопасным для него.  
 Закройте окна и двери балконов.  
 Перекройте газ.  
 Аптечка и спички должны находиться в недоступном для детей месте.  
 Хорошо спрячьте колющие и режущие предметы.  
 Научите детей не открывать дверь незнакомым людям.  
 Ребенок должен знать рабочие и мобильные телефоны родителей и единый телефон пожарных и спасателей.



Если вы поняли, что заблудились, немедленно остановитесь и осмотритесь.  
 К населенному пункту может вывести проселочная дорога, линия электропередач, река.  
 Если этих ориентиров нет, организуйте временную стоянку по возможности на открытом месте.  
 С этого момента обеспечьте максимальную заметность своего пути и места пребывания. Обеспечьте себя водой и теплом.  
 Уходя в разведку, оставляйте метки, чтобы можно было вернуться к месту стоянки.  
 Не усложняйте работу спасателей хаотичными перемещениями.

**Научите детей, что делать, если они заблудились в лесу:**  
 Ты перестал слышать голоса людей? Немедленно остановись! Кричи! Старайся громким криком привлечь к себе внимание.  
 Если тебе никто не ответил, оставайся на месте. Не пытайся найти дорогу обратно самостоятельно.  
 Отметь место, где находишься, чтобы тебя было легче найти, например, повесь на дерево или куст что-то из одежды.  
 Отлядишься. Если недалеко есть открытое место – поляна или берег водоема, переберись туда. Свои метки оставь на прежнем месте.  
 Время от времени кричи и прислушивайся. Возможно, помощь уже близко.  
 Оставайся на одном месте! Не бегай по лесу! Не мешай спасателям искать тебя!  
 Будь уверен, помощь обязательно придет.

## ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ В ЛЕСУ



Войдя в кабину, нажмите кнопку нужного Вам этажа. Если двери закрылись, а кабина не пришла в движение, нажмите кнопку этажа, на котором находитесь или кнопку «СТОП».

При перевозке ребенка в коляске: возьмите его на руки, войдите в кабину, а потом везите коляску. При выходе сначала вывезите коляску, а затем выходите сами с ребенком на руках. При поездке взрослых с детьми первыми в кабину лифта должны входить взрослые, а затем дети. При выходе первыми выходят дети.

Для вызова технического персонала нажмите кнопку «ВЫЗОВ», сообщите о случившемся диспетчеру и выполните его указания. Кнопка «СТОП» служит для экстренной остановки кабины. При поездке с собакой, вход и выход из кабины, держите её за ошейник.





### КОСТЕР

Как сделать новое кострище:

- лопаткой снимите дерн на площади примерно 1 метр на 1 метр;
- разложите дерн вокруг землей вверх.

Костер считается затушенным, если землю можно безболезненно трогать рукой.

Перед уходом положите срезанный дерн на прежнее место и приотпните ногами.

### ГРОЗА

На открытом пространстве человек может стать для молнии отдельно стоящим высотным объектом. Поэтому грозу на открытом пространстве надо пережидать, сидя или лежа вблизи высоких объектов (деревьев, столбов, башен). Расстояние до объекта должно быть примерно равным его высоте.

Гроза в лесу практически неопасна. Вероятность того, что молния попадет именно в то дерево, под которым вы укрылись, ничтожно мала.



### ПОЖАР В ЛЕСУ

Не забывайте, что пожар проще предотвратить, чем потом, рискуя жизнью, его тушить.

Небольшой пожар можно остановить, сбивая пламя веником из зеленых ветвей, молодым деревцем, плотной тканью. Огонь надо сметать в сторону очага возгорания, небольшие языки пламени затапывать ногами.

Уходите от пожара перпендикулярно направлению ветра и кромке пожара, по просекам, тропам, дорогам, полянам, берегам ручьев и рек. При сильном задымлении рот и нос прикройте мокрой ватно-марлевой повязкой, полотенцем, частью одежды.