



## 4

# ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

## 4.1. ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

### ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯХ

**Землетрясение** — подземные толчки и колебания земной поверхности, возникающие в результате внезапных смещений и разрывов в земной коре или верхней части мантии Земли и передающиеся на большие расстояния в виде упругих колебаний.



*Очень важно помнить, что весь нанесенный ущерб людям и зданиям, происходит за несколько секунд, это не длительное действие*

Если вас оповестили заблаговременно об угрозе землетрясения — сообщите всем, проживающим с вами родственникам, о возможном стихийном бедствии. Заранее определите место, где будет точка сбора после землетрясения (неизвестно, кто и где окажется). Приготовьте запасы питьевой воды и продуктов, разместив их в легкодоступном месте. Узнайте, где находятся рубильники и краны подачи воды, чтобы можно было их отключить в нужный момент. Снимите все тяжелые предметы с верхних полок шкафов и мебель, подвешенную на стенах.

Проанализируйте, где могут быть места, сопутствующие пожару, уберите оттуда все горючие вещества.



Рис. 18 — Последствия землетрясения

Если вас оповестили о непосредственной угрозе возникновения землетрясения — прежде чем покинуть жилище или рабочее место, отключите электричество и газ, потушите огонь в печи. Возьмите необходимые вещи и документы, запас продуктов, медикаменты.

Если первые толчки застали вас дома (на 1-м этаже), надо немедленно взять детей и как можно скорее выбежать на улицу. В вашем распоряжении не более 15–20 секунд.

Тем, кто оказался на 2-м и последующих этажах, встать в дверных и балконных проемах, распахнув двери и прижав к себе ребенка. Или, чтобы не пораниться кусками штукатурки, стекла, посуды, картин, светильников, спрятаться под стол, кровать, в платяной шкаф, закрыв лицо руками. Можно воспользоваться углами, образованными капитальными стенами, узкими коридорами внутри здания, встать

возле опорных колонн, т.к. эти места наиболее прочны.



*Во время происходящих толчков, ни в коем случае не покидайте здание, в котором вы находитесь. Если вы начнете выбегать из него, то можете пострадать от падающих обломков, разрушаемых сооружений*

Как только толчки прекратятся, немедленно выйти на улицу, подальше от зданий, на свободную площадку. Ни в коем случае нельзя пользоваться лифтом, так как он может застрять в любой момент.

Если первые толчки застали вас на улице, немедленно отойдите от зданий и сооружений, заборов и столбов — они могут упасть и придавить.

Нельзя прятаться в нижних этажах и подвальных помещениях зданий.

Все транспортные средства, особенно рельсовые, останавливают, а пассажиры покидают их и отходят на безопасное расстояние. Особую организованность необходимо проявлять, выходя из вокзалов, театров, магазинов. Нужно точно выполнять распоряжения администрации.

Не приближайтесь к предприятиям, имеющим воспламеняющиеся, ядовитые и взрывоопасные вещества. Не стойте на мостах и путепроводах. Не прикасайтесь к проводам.



*Помните, после первого могут последовать повторные толчки. Будьте готовы к этому и предупредите других. Это может произойти через несколько часов, а иногда и суток*

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ИЗВЕРЖЕНИЯХ ВУЛКАНА

**Вулкан** — геологическое образование, возникающее над каналами и трещинами в земной коре, по которым на земную поверхность извергаются лава, пепел, горячие газы, пары воды и обломки горных пород.

Извержение вулкана может сопровождаться землетрясением.

При получении предупреждения о выпадении пепла закройте все окна, двери и дымовые заслонки. Поставьте автомобили в гаражи. Поместите животных в закрытые помещения. Запаситесь источниками освещения и тепла с автономным питанием, водой, продуктами питания на 3–5 суток.



**Рис. 19** — Автомобиль в вулканическом пепле

При нахождении в районе вулкана соблюдайте меры собственной безопасности: в непосредственной близости от вулкана может наблюдаться превышение предельно допустимой концентрации газа при парогазовых выбросах.

При приближении к вулкану есть вероятность попасть в пеплопад, что может привести к аллергическим реакциям, попаданию пепла в механизмы автомобилей и их выходу из строя.



*Во время извержения вулкана защитите тело и голову от камней и пепла*

Извержение вулканов может сопровождаться бурным паводком, селевыми потоками, затоплениями, поэтому избегайте берегов рек и долин вблизи вулканов, старайтесь держаться возвышенных мест, чтобы не попасть в зону затопления или селевого потока.

### **Правила поведения при пеплопаде:**

- при вдыхании пепла и попадании его в легкие возможны аллергические реакции, поэтому при пеплопаде необходимо закрыть двери и окна, постараться без необходимости не выходить на улицу;
- если пепел будет проникать в жилище, члены семьи должны надеть респираторы или марлевые повязки либо дышать через полотенце;
- укрыть телевизор, компьютер и другое оборудование пластиковой пленкой или плотной тканью и не использовать в течение пеплопада;
- если вы работали во время пеплопада на улице, не вносите одежду в дом.

После извержения вулкана закройте марлевой повязкой

рот и нос, чтобы исключить вдыхание пепла. Наденьте защитные очки и одежду, чтобы исключить ожоги.

### **После пеплопада необходимо:**

- надеть респиратор и очки перед уборкой дома от пепла;
- очистить крышу, водосточные желоба и другие места дома, где мог накопиться пепел, чтобы исключить их перегрузку и разрушение;
- обновить запас необходимого, который должен быть у вас на случай пеплопада.

Рекомендуется воздерживаться от походов к подножию извергающихся вулканов, это может угрожать вашей жизни, поскольку в непосредственной близости от вулкана может наблюдаться превышение предельно допустимой концентрации газа при парогазовых выбросах.

## **ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ОБВАЛАХ И ОПОЛЗНЯХ**

**Обвал** — отрыв и падение больших масс горных пород на крутых и обрывистых склонах гор, речных долин и морских побережий, происходящие главным образом за счет ослабления связности горных пород под влиянием процессов выветривания, деятельности поверхностных и подземных вод.

**Оползень** — смещение масс горных пород по склону под воздействием собственного веса и дополнительной нагрузки вследствие подмыва склона, переувлажнения, сейсмических толчков и иных процессов.

В горной местности они становятся одной из основной причиной гибели людей и повреждения инженерных

сооружений.



*Обвалы возникают на склонах речных берегов и долин, в горах, на берегах морей. В отличие от обвалов оползни развиваются значительно медленнее и есть немало признаков, позволяющих своевременно обнаружить зарождающийся оползень*



**Рис. 20** — Последствия оползня

**Признаки зарождающегося оползня:**

- разрывы и трещины в грунте, на дорогах;
- нарушения и разрушения подземных и наземных коммуникаций;
- смещение, отклонение от вертикали деревьев, столбов, опор, неравномерное натяжение или обрыв проводов;
- искривление стен зданий и сооружений, появление на них трещин;

- изменение уровня воды в колодцах, скважинах, в любых водоемах.

При поступлении информации о возможной угрозе обвала или оползня все проживающее на данной территории население вместе с имуществом, а также сельскохозяйственные животные эвакуируются в более безопасные места. Делается это в соответствии с установленным порядком.

Если время позволяет, перед эвакуацией нужно выполнить подготовительные работы — убрать все имущество внутрь дома, закрыв плотно двери и окна.

Обязательно следует отключить электричество, водопровод и газ. Об опасности люди предупреждают друг друга.

При угрозе обвала или оползня экстренный выход осуществляется на безопасные склоны гор или возвышенности. Поднимаясь на них, нельзя двигаться по ущельям, выемкам и долинам, чтобы не попасть под обвал (в русло селевого потока).

Возвращаться на прежнее место, когда закончится обвал или движение оползня, можно, лишь полностью убедившись в отсутствии угрозы.

## **ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СЕЛЯХ**

**Сель** — стремительный поток большой разрушительной силы, состоящий из смеси воды и рыхлообломочных пород, внезапно возникающий в бассейнах небольших горных рек в результате интенсивных дождей или бурного таяния снега, а также прорыва завалов и морен.

Сель возникает внезапно, движется с большой ско-

ростью (до 10 м/с и даже более) и проходит чаще всего несколькими волнами за время от десятков минут до нескольких часов. Крутой передний фронт селевой волны может быть высотой до 15 м и более. Грохот и рев движущегося селевого потока слышны на больших расстояниях. В бедствии могут оказаться люди, жилые дома, инженерные и дорожные сооружения.



*Обычно места, где могут сходить селевые потоки, известны. Перед выходом в горы изучите эти места на маршруте своего движения и избегайте их особенно после обильных дождей*



**Рис. 21** — Сход сели

Перед оставлением дома при заблаговременной эвакуации отключите электричество, газ и водопровод. Плотно закройте двери, окна и вентиляционные отверстия.

Услышав шум приближающегося селевого потока, немедленно следует подняться со дна ложины вверх по

стоку не менее чем на 50–100 м. При этом нужно помнить, что из ревущего потока на большие расстояния могут выбрасываться камни большого веса, угрожающие жизни.

После схода селевого потока окажите помощь пострадавшим и содействие формированиям и органам, разбирающим завалы и заносы по пути движения селя и в местах выноса основной массы селя.

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЛАВИНАХ

**Лавина** — быстрое, внезапно возникающее движение снега и (или) льда вниз по крутым склонам гор, представляющее угрозу жизни и здоровью людей, наносящее ущерб объектам экономики и окружающей природной среде.



Рис. 22 — Лавина

Лавины опасны для людей из-за своей массы (достигающей иногда нескольких сотен тонн), что приводит к смерти от шока в результате перелома костей, а также слабой или

отсутствующей вовсе воздухопроницаемости, из-за чего жертва погибает от недостатка кислорода (асфиксии).

Помимо того, лавина может вовсе снести человека со склона, в результате чего тот может разбиться насмерть при падении с него. Если же снег, осыпавшийся с накрывшей пострадавшего лавины, попадет пострадавшему в органы дыхания (в рот, в нос или еще дальше), тот погибнет из-за невозможности дыхания. Дополнительно попавшему под лавину освободиться мешает слабая звукопроводность снега (из-за того, что он мягкий), и в результате спасатели могут не услышать крики человека из-под лавины.



*Лавинную опасность вызывают резкие перемены погоды, обильные снегопады, сильные метели, дожди*

От лавины можно спастись, только избежав ее.

Перед оставлением дома, при заблаговременной эвакуации отключите электричество, газ и водопровод. Плотно закройте двери, окна и вентиляционные отверстия.

После схода лавины окажите помощь пострадавшим и содействие формированиям и органам в поисках и извлечении людей из-под снега.

При попадании людей под снежные лавины следует помнить о том, что человек, будучи засыпанным лавинным снегом, может оставаться в живых только несколько часов, причем шанс на выживание тем выше, чем тоньше слой снега над ним. Среди людей, находившихся в лавине не более 1 ч, могут выжить до 50%, через 3 ч — вероятность остаться в живых не превышает 10%. Поэтому работы по спасению людей, попавших в лавину, должны начинаться еще до прибытия спасательного отряда.

При обнаружении засыпанного прежде всего освобождают голову, очищают от снега рот, нос, уши; далее осторожно (учитывая возможность наличия переломов) извлекают его из-под снега, переносят в защищенное от ветра место, укутывают в сухую одежду, дают горячее питье, а при отсутствии признаков жизни — приступают к искусственной вентиляции легких и другим реанимационным мероприятиям.

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ НАВОДНЕНИЯХ

**Наводнение** — это значительное затопление определенной территории земли в результате подъема уровня воды в реке, озере, водохранилище или море, наносящее материальный ущерб экономике, социальной сфере и природной среде.

Наводнения чаще всего происходят в результате выпадения обильных осадков, интенсивного таяния снега (ледников), нагона воды со стороны моря в устья рек.



*Как правило, наводнения прогнозируются и население заранее оповещается*

При получении предупреждения об угрозе затопления без промедления выходите в безопасное место — на возвышенность.

Если наводнение развивается медленно и у вас есть время, примите меры к спасению имущества и материальных ценностей, перенесите их в безопасное место, а сами займите верхние этажи (чердаки), крыши зданий.

Чтобы вас могли быстрее обнаружить днем, вывесите как можно выше какую-нибудь цветную тряпку или поло-

тенце, а ночью подавайте сигналы фонарем или кричите.

При подъеме уровня воды постарайтесь собрать (если получится и связать) как можно больше предметов, которые не тонут в воде — это могут быть бревна, столешницы, автомобильные камеры. В крайнем случае, под одежду подложите пустые, плотно завинченные пластиковые бутылки.



**Рис. 23** — Последствия наводнения

Оказавшись в воде, сбросьте с себя тяжелую одежду и обувь, воспользуйтесь плавающими поблизости или возвышающимися над водой предметами и ждите помощи.

При эвакуации сохраняйте спокойствие, предупредите ближайших соседей и помогите детям, старикам, инвалидам. Упакуйте деньги и документы в полиэтилен, соберите аптечку с лекарствами, которыми вы чаще всего пользуетесь, возьмите с собой только теплые и одновременно легкие вещи, туалетные принадлежности, постельное белье.

После спада уровня воды прежде чем зайти в дом,

убедитесь, что несущие конструкции остались неповрежденными, проветрите помещение. Не зажигайте огня и не включайте электричество, пока специалисты не удостоверятся, что нет утечки газа (если он подведен к вашему дому). Не употребляйте в пищу попавшие в воду продукты.

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ЦУНАМИ

**Цунами** — это огромные морские волны, возникающие чаще всего в результате сильного подводного землетрясения, когда происходит быстрое изменение рельефа дна.

Цунами действует как огромный поршень, поднимая или опуская большие массы воды, которые, разбегаясь во все стороны, образуют волны. Реже цунами возникает в результате извержения подводных или островных вулканов, при обрушении в воду больших масс земных пород и подводных оползнях.



Рис. 24 — Цунами

### Признаки возможного цунами:

- сильное землетрясение силой 6 баллов и более, колебания 20 секунд и более;
- внезапный отход воды от берега (чем дальше — тем выше могут быть волны);
- быстрое понижение уровня воды на фазе прилива, смолкает шум прибоя;
- помутнение воды у берега в штилевую погоду;
- массовое появление мертвой рыбы в море;
- в зимнее время необычный дрейф льда и других плавающих предметов, образование трещин в ледяном покрове у берегов.

При получении сигнала экстренного оповещения об угрозе цунами, необходимо немедленно покинуть жилые и служебные помещения, уйти из опасной зоны согласно плану эвакуации. Взять заранее приготовленные вещи (радиоприемник, документы и ценные вещи, медикаменты, фонарик, спички, одежду, продукты питания и воду).

Необходимо уйти от побережья в глубину суши на возвышенность 30–40 метров. Если вы находитесь на берегу замкнутой бухты, то эта высота должна быть не менее 5 метров. Уходить от берега необходимо вверх по склонам, а не по долинам рек.



*При отсутствии поблизости возвышенности надо уйти от берега не менее чем на 2–3 километра*

Следует помнить, что волны цунами могут достичь берега через 15–20 минут после начала землетрясения.

Возвращение на берег после первой волны — не ранее чем через 3 часа или сигнала отбоя тревоги.

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СИЛЬНОМ ВЕТРЕ, УРАГАНАХ, СМЕРЧАХ И ШКВАЛАХ

**Сильный ветер** — движение воздуха относительно земной поверхности со скоростью или горизонтальной составляющей свыше 14 м/с.

**Ураган** — ветер разрушительной силы и значительной продолжительности, скорость которого превышает 32 м/с.

**Смерч** — сильный маломасштабный атмосферный вихрь диаметром до 1000 м, в котором воздух вращается со скоростью до 100 м/с, обладающий большой разрушительной силой.

**Шквал** — резкое кратковременное усиление ветра до 20–30 м/с и выше, сопровождающееся изменением его направления, связанное с конвективными процессами.

С получением информации о непосредственном приближении сильного ветра, урагана, смерча или шквала населению следует находиться в зданиях или укрытиях (подвальных помещениях, котлованных, защитных сооружениях).

Находясь в здании, при сильных порывах ветра необходимо отойти от окон, занять места в нишах стен, дверных проемах, у стен. Для защиты можно использовать, встроенные шкафы, прочную мебель. Выключите газ, потушите огонь в печах. Создайте запасы воды и продуктов на 2–3 суток. Положите на безопасное и видное место медикаменты и перевязочные материалы. Радиоприемники и телевизоры держите постоянно включенными, так как могут передаваться важные сообщения и распоряжения.

Если вы получили сообщение о приближающемся сильном ветре, урагане, смерче или шквале, находясь дома, необходимо закрыть плотно окна, ставни, двери, чердачные (вентиляционные) люки. Окна и витрины защитите ставнями и щитами, стекла заклейте полосками бумаги или тканью. С балконов, лоджий, подоконников уберите вещи, которые при падении могут нанести травмы людям. Предметы, находящиеся во дворах частных домов, закрепите или занесите в помещение, потушите огонь в печах. До подхода ураганного ветра необходимо закрепить технику, отдельные строения.



**Рис. 25** — Последствия урагана

Если сильный ветер, ураган, смерч или шквал застал вас на улице, необходимо укрыться в прочном ближайшем здании (магазине, библиотеке, торговом центре, поликлинике и др.), овраге, балке и других естественных укрытиях.

Избегайте ситуаций, при которых возрастает вероятность поражения молнией (ураган может сопровождаться

грозой), не укрывайтесь под отдельно стоящими деревьями, не подходите к опорам линий электропередачи, зданиям подстанций. В городе держитесь подальше от всего металлического (заборы и т.д.).



*Не раздумывая, бросайтесь ничком на землю, если вы почувствовали характерное щекотание кожи, а также то, что у вас волосы поднимаются дыбом: это означает, что молния ударит поблизости от вас*

Если вы в машине, оставайтесь в ней. Металлический корпус автомобиля защитит вас, даже если молния ударит прямо в него. Не паркуйте машину под деревьями, рекламными щитами, вблизи опор уличного освещения. Избегайте нахождения на мостах, путепроводах, в непосредственной близости от объектов с аварийно химически опасными веществами и легковоспламеняющимися веществами (химические, нефтеперегонные заводы, базы хранения и т.д.). Находясь в транспорте, покиньте его и укройтесь в ближайшем убежище, подвале, овраге.

## **ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ПРОДОЛЖИТЕЛЬНЫХ ДОЖДЯХ, ГРОЗАХ, ЛИВНЯХ**

**Продолжительный дождь** — жидкие атмосферные осадки, выпадающие непрерывно или почти непрерывно в течение нескольких суток, могущие вызвать паводки, затопление и подтопление.

**Гроза** — атмосферное явление, связанное с развитием мощных кучево-дождевых облаков, сопровождающееся

многократными электрическими разрядами между облаками и земной поверхностью, звуковыми явлениями, сильными осадками, нередко с градом.

**Ливень** — кратковременные атмосферные осадки большой интенсивности, обычно в виде дождя или снега.



*При продолжительных дождях и ливнях постарайтесь по возможности оставаться дома или в укрытии*

При вынужденном передвижении по улице используйте средства защиты, такие как зонт, плащ, резиновые сапоги. Будьте внимательны, осматривая участок пути перед собой, дорога может оказаться размытой.



**Рис. 26** — Последствия сильного ливня

Если во время ливня вы передвигаетесь на автомобиле, припаркуйте авто около обочины дороги и переждите ливень.

Не находитесь вблизи рекламных щитов и слабо за-

крепленных конструкций.

При грозовых дождях и ливнях в квартире, доме, здании отключите в доме все имеющиеся бытовые электроприборы. Не стойте у открытых окон и дверей, а также не касайтесь водопроводных кранов. Окна в помещении должны быть закрыты, чтобы исключить попадания в них шаровой молнии.

Находясь на улице, в парковой зоне или в лесу, нельзя прятаться под высокорослыми деревьями, лучше удалиться от них на безопасное расстояние (30–40 метров). Вероятность попадания молнии в конкретное дерево прямо пропорциональна его высоте.

В городе постарайтесь как можно скорее укрыться в магазине или жилом доме, они имеют надежную молниезащиту, в отличие от остановок общественного транспорта. Если таких вариантов нет, нужно переждать грозу, присев на корточки под невысокими насаждениями.

Любителям купаться или рыбачить рекомендуется с приближением грозы не только немедленно прекратить эти занятия, но и отойти подальше от водоема.

В случае если вы находитесь в лесу: постарайтесь встретить грозу на поляне, не ищите защиты под кронами высоких или отдельно стоящих деревьев, не прислоняйтесь к их стволам, поскольку прямое попадание молнии в дерево может разбить его в щепки и травмировать рядом стоящих людей. Не располагайтесь у костра: столб горячего воздуха является хорошим проводником электричества. Не влезайте на высокие деревья.

Сотовый телефон при нахождении на улице во время грозы лучше отключить.

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ КРУПНОМ ГРАДЕ

**Град** — атмосферные осадки, выпадающие в теплое время года в виде частичек плотного льда диаметром от 5 мм до 15 см, обычно вместе с ливневым дождем при грозе.

Если крупный град застал вас на открытой местности или в автомобиле, он может представлять значительную опасность. Поэтому при выпадении крупного града нужно соблюдать некоторые меры предосторожности.



**Рис. 27** — Последствия крупного града

Если вы находитесь в автомобиле, то держитесь дальше от стекол, желательно развернуться к ним спиной (лицом к центру салона) и прикрыть глаза руками или одеждой. Если с вами оказались маленькие дети, то их необходимо закрыть своим телом и также прикрыть глаза либо одеждой, либо рукой. Лучше всего лечь на пол (если позволяют габариты салона).

Если вы перемещаетесь на автомобиле, то прекратите движение. Однако предварительно осмотритесь (если позволяет видимость), нет ли поблизости укрытия (мост, эстакада, гараж, крытая стоянка). Если поблизости нет подходящего укрытия, то убедитесь, что вы не находитесь посреди проезжей части, и, по возможности, прижмитесь ближе к ее краю. Однако следует учитывать, что съезд на обочину (особенно в низину) опасен, т.к. ее может размывать при интенсивных осадках и возможном подтоплении. Также не въезжайте в места скопления градин, т.к. ваш автомобиль может потерять управляемость. Ни в коем случае не покидайте во время града автомобиль.



*Помните, что средняя продолжительность града составляет примерно 6 минут, и очень редко он продолжается дольше 15 минут*

Если град застал вас в помещении, то держитесь как можно дальше от окон и не выходите из дома. Не пользуйтесь электроприборами, т.к. град обычно сопровождается грозовой деятельностью.

Если град застал вас на улице, то постарайтесь выбрать укрытие. В противном случае защитите голову от ударов градин. Не заходите в низины, которые в считанные минуты могут наполниться водой и превратиться в стремительный поток.

Не пытайтесь найти укрытие под деревьями, т.к. велик риск не только попадания в них молний, но и то, что крупные градины могут ломать ветви деревьев, что может привести к травмированию.

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ГОЛОЛЕДЕ

**Гололед** — слой плотного льда, образующийся на земной поверхности и на предметах при намерзании переохлажденных капель дождя или тумана.

Во время перемещения по скользкой улице не спешите, избегайте резких движений, постоянно смотрите себе под ноги. Если нужно осмотреться, не стоит этого делать на ходу — лучше остановиться. Ноги должны быть слегка расслаблены и согнуты в коленях, корпус при этом чуть наклонен вперед. Не держите руки в карманах. Пожилым людям рекомендуется обзавестись тростью с резиновой набойкой. Маршрут движения по возможности надо проложить подальше от проезжей части. В то же время нежелательно идти в непосредственной близости от стен зданий, на кровлях которых нередко образуются сосульки.



Рис. 28 — Гололед

Пересекать проезжую часть дороги следует исключительно по пешеходному переходу.

Огромную опасность в гололед представляют ступеньки, но если вам все-таки предстоит спуститься по скользкой лестнице, то ногу необходимо ставить вдоль ступеньки, в случае потери равновесия такая позиция позволяет съехать вниз настолько аккуратно, насколько это возможно в подобной ситуации, в принципе.

Подготовьте малоскользящую обувь, прикрепите на каблуки металлические набойки или поролон, а на сухую подошву наклейте лейкопластырь или изоляционную ленту, на сухую подошву и каблук (наклейку сделайте крест-накрест или лесенкой), а перед выходом наступите в песок. Можно перед выходом натереть подошву наждачной бумагой.



*Передвигаться в гололед надо осторожно, ступая на всю подошву. Ноги при ходьбе должны быть слегка расслаблены, руки свободны*

Если вы поскользнулись, сразу присядьте, чтобы снизить высоту падения. Сгруппируйтесь, чтобы исключить падение навзничь, в момент касания земли перекатитесь, чтобы смягчить силу удара.

## **ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СИЛЬНЫХ ЗАМОРОЗКАХ**

**Заморозок** — понижение температуры воздуха на поверхности почвы до нуля и ниже при положительной средней суточной температуре воздуха.

Не выходите на мороз без варежек, шапки и шарфа.

Лучший вариант — варежки из водоотталкивающей и не продуваемой ткани с мехом внутри. Перчатки из натуральных материалов хоть и удобны, но от мороза не спасают. Щеки и подбородок можно защитить шарфом. В ветреную холодную погоду перед выходом на улицу открытые участки тела смажьте специальным кремом.



**Рис. 29** — Сильные заморозки

Не носите на морозе металлические (в том числе золотые, серебряные) украшения. Избегайте контакта голой кожи с металлом.

Если появилась неисправность в вашей машине вдали от населенного пункта или в незнакомой для вас местности, лучше оставаться в машине, вызвать помощь по телефону «112», ждать, пока по дороге проедет другой автомобиль.

Необходимо укрыться от ветра — вероятность обморожения на ветру значительно выше.



*В период сильных заморозков выходите на улицу и выезжайте куда-либо на личном автотранспорте исключительно в случае острой необходимости. Постарайтесь выполнить все возможное, чтобы не получить обморожения, если вам все-таки придется быть вне дома или квартиры*

Если вы обморозили себе часть тела: согрейте отмороженную часть тела, растерев сухой мягкой тканью, затем поместите ее в теплую воду и постепенно доведите температуру воды до 40–45 градусов. Если боль проходит и чувствительность восстанавливается, то вытрите руку (ногу) насухо, наденьте перчатки (носки) и по возможности обратитесь к врачу.

## **ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СИЛЬНЫХ СНЕГОПАДАХ И МЕТЕЛЯХ**

**Сильный снегопад** — продолжительное интенсивное выпадение снега из облаков, приводящее к значительному ухудшению видимости и затруднению движения транспорта.

**Сильная метель** — перенос снега над поверхностью земли сильным ветром, возможно в сочетании с выпадением снега, приводящий к ухудшению видимости и заносу транспортных магистралей.

При получении предупреждения о сильном снегопаде или метели плотно закройте окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия. Стекла окон оклейте бумажными лентами, закройте ставнями или щитами. Уберите с балконов и подоконников вещи, которые могут быть

захвачены воздушным потоком.



*Сильные снегопады и метели всегда сопровождаются снежными заносами на дорогах — скоплением снега в виде сугробов*

Постарайтесь исключить выезды за пределы населенного пункта. Во время сильного снегопада или метели покидайте здание (жилое помещение) лишь в исключительных случаях.



**Рис. 30** — Сильный снегопад

Если появилась такая необходимость, то сообщите членам семьи (соседям, коллегам), куда вы идете и когда вернетесь, старайтесь не выходить в одиночку.

Если вы передвигаетесь на автомобиле, выбирайте только крупные дороги и шоссе. При выходе из машины не отходите от нее за пределы видимости, в случае неисправности или при очень плохой видимости — остановитесь на обочине дороги, подайте сигнал тревоги прерывистыми

гудками, поднимите капот или повесьте яркую ткань на антенну, ждите помощи в автомобиле. Мотор оставьте включенным, приоткрыв стекло для обеспечения вентиляции и предотвращения отравления угарным газом.

Если в условиях сильных заносов вы оказались заблокированным в помещении, — примите меры по сохранению тепла и экономному расходованию продовольственных запасов.

Осторожно, без паники, выясните, нет ли возможности выбраться из под заносов самостоятельно, используя имеющийся инструмент и подручные средства.

Если самостоятельно разобрать снежный занос не удастся, попытайтесь установить связь со спасательными подразделениями.

## **ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СИЛЬНЫХ ТУМАНАХ**

**Туман** — скопление продуктов конденсации в виде капель или кристаллов, взвешенных в воздухе непосредственно над поверхностью земли, сопровождающееся значительным ухудшением видимости.

Чтобы максимально обезопасить себя во время тумана, необходимо:

- лицам, страдающим сердечно сосудистыми и астматическими заболеваниями, воздержаться от выхода на улицу;
- пешеходам быть предельно внимательными при переходе улиц и дорог;
- водителям транспортных средств снизить скорость движения и строго соблюдать правила дорожного

движения, также следует отказаться от лишних перестроений, обгонов, опережений.



**Рис. 31** — Сильный туман

Нельзя забывать, что туман представляет опасность для всех участников дорожного движения. Важно учитывать, что туман скрадывает расстояние, — целесообразно увеличить обычную дистанцию.

Во всех случаях скорость движения в тумане должна быть ниже скорости при ясной погоде. При выборе скорости необходимо исходить из возможности остановки автомобиля в пределах видимости.



*Большинство дорожно-транспортных происшествий в условиях тумана происходит с движущимся впереди транспортным средством*

Следует избегать внезапных торможений: при необходимости остановки скорость нужно снижать плавно.

Необходимо несколько раз нажать на педаль тормоза, тем самым подав сигнал, предупреждающий водителей автомобилей, которые движутся позади вас.

При движении в тумане повышается утомляемость водителей. При ухудшении видимости в тумане до 50 м и менее движение транспорта прекращается.

Если вы, находясь на природе, заметили сгущение тумана, примите меры, чтобы не потерять ориентацию в лесу или на водоеме.

## **ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ПЫЛЬНЫХ БУРЯХ**

**Пыльная буря** — перенос больших количеств пыли или песка сильным ветром, сопровождающийся ухудшением видимости, выдуванием верхнего слоя почвы вместе с семенами и молодыми растениями, засыпанием посевов и транспортных магистралей.

Если у вас есть респиратор или маска, предназначенная для фильтрации небольших частиц, немедленно наденьте ее. Если у вас нет маски, оберните бандану или другой кусок ткани вокруг носа и рта. Немного смочите ее, если у вас достаточное количество воды. Нанесите небольшое количество вазелина на внутреннюю часть ноздрей, чтобы предотвратить высыхание слизистой оболочки.

Защитите глаза. Если у вас нет защитных очков, закрывайте лицо руками вовремя движения, затем плотно оберните кусок ткани вокруг головы, чтобы защитить глаза и уши.

Доберитесь до возвышенности. Ищите безопасную, прочную возвышенность, но только если буря не сопро-

вождается молниями и не возникает опасности быть пораженным тяжелыми летящими обломками.



*Самая плотная концентрация песка или пыли находится возле земли, так что буря будет не такой сильной на вершине холма*

Не ложитесь в канал, внезапно может повыситься уровень воды, даже если в том месте, где вы находитесь, не выпадали осадки.

Если вы находитесь в песчаных дюнах, не ищите убежище прямо на подветренной стороне дюны.



**Рис. 32** — Пыльная буря

Защитите себя от летающих предметов. Найдите большой камень или другую форму рельефа местности, которая сможет защитить вас хотя бы частично. Закройте как можно больше частей вашего тела, чтобы защититься от

летающего песка. Если вы остались без убежища, попытайтесь остаться в низменности и защитите голову руками, рюкзаком или подушкой.

Переждите бурю. Не пытайтесь двигаться сквозь бурю, это слишком опасно. Оставайтесь там, где вы находитесь, дождитесь, пока буря утихнет, прежде чем пытаться переместиться в другое место.

Если вы можете быстро добраться до определенного убежища до того как пыльная буря дойдет до вас, доберитесь туда как можно быстрее и оставайтесь внутри. Закройте все окна и двери, ждите пока буря пройдет.

Если вы в группе с другими людьми, держитесь вместе, чтобы никто не потерялся.

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ СИЛЬНЫХ ЗАСУХАХ

**Засуха** — комплекс метеорологических факторов в виде продолжительного отсутствия осадков в сочетании с высокой температурой и понижением влажности воздуха, приводящий к нарушению водного баланса растений и вызывающий их угнетение или гибель.

Запаситесь дополнительными емкостями и при необходимости заранее заполните их водой. Приготовьте приемлемую для условий жары одежду, электробытовые приборы (вентиляторы, кондиционеры). Если вы находитесь в сельской местности, оборудуйте навесы, беседки, колодцы, а также ставни (плотные шторы) для окон.



*Экономно расходуйте воду. Умейте сами и обучите членов своей семьи правильно действовать при тепловом поражении*

Избегайте воздействия повышенной температуры. Носите светлую воздухопроницаемую одежду (желательно из хлопка) с головным убором.



**Рис. 33** — Сильная засуха

Помните, что обожженная кожа перестает выделять пот и охлаждаться. Передвигайтесь не спеша, старайтесь чаще находиться в тени. Не употребляйте пиво и другие алкогольные напитки, это приведет к ухудшению общего состояния организма. Посоветуйтесь с врачом, требуется ли вам дополнительное употребление соли во время жары. При тепловом поражении немедленно перейдите в тень, на ветер или примите душ, медленно выпейте много воды. Постарайтесь охладить свое тело, чтобы избежать теплового удара. В случае потери сознания кем-то из окружающих проведите реанимационные мероприятия (сделайте массаж сердца и искусственное дыхание).

Помните, что во время засухи возрастает вероятность пожаров.

## ДЕЙСТВИЯ НАСЕЛЕНИЯ ПРИ ПРИРОДНЫХ ПОЖАРАХ (ЛЕСНЫХ И СТЕПНЫХ)

**Лесной пожар** — пожар, распространяющийся по лесной площади.

**Степной пожар** — естественно возникающие или искусственно вызываемые палы в степях.

Если вы оказались вблизи очага пожара в лесу или на торфянике и у вас нет возможности своими силами справиться с его локализацией, предотвращением распространения и тушением пожара, немедленно предупредите всех находящихся поблизости людей о необходимости выхода из опасной зоны.



Рис. 34 — Лесной пожар

Организируйте их выход на дорогу или просеку, широкую поляну, к берегу реки или водоема, в поле. Выходите из опасной зоны быстро, перпендикулярно к направлению движения огня.

Если невозможно уйти от пожара, войдите в водоем или накройтесь мокрой одеждой.

Выйдя на открытое пространство или поляну, дышите воздухом возле земли — там он менее задымлен, рот и нос при этом прикройте ватно-марлевой повязкой или тряпкой.

После выхода из зоны пожара сообщите о месте, размерах и характере пожара в администрацию населенного пункта, лесничество или противопожарную службу, а также местному населению.



*Пламя небольших низовых пожаров можно сбивать, захлестывая его ветками лиственных пород, заливая водой, забрасывая влажным грунтом, затаптывая ногами. Торфяные пожары тушат перекапыванием горящего торфа с поливкой водой*

При тушении пожара действуйте осмотрительно, не уходите далеко от дорог и просек, не теряйте из виду других участников, поддерживайте с нами зрительную и звуковую связь. При тушении торфяного пожара учитывайте, что в зоне горения могут образоваться глубокие воронки, поэтому передвигаться следует осторожно, предварительно проверив глубину выгоревшего слоя.

**Если вы оказались в зоне степного пожара, то пригодятся следующие рекомендации:**

- при видимости в зоне задымления меньше 10 м вход

- в нее запрещен, так как это представляет опасность;
- запрещается устраивать ночлег в зоне действующего пожара;
  - места отдыха и ночлега должны располагаться не ближе 400 м от локализованной части пожара и ограждаться минерализованными полосами шириной не менее 2 м;
  - при угрозе приближения фронта пожара к населенному пункту или отдельным домам необходимо осуществлять меры по предупреждению возгорания строений, для этого создаются запасы воды и песка.

### **Правила поведения в очаге пожара:**

- необходимо очистить вокруг себя возможно большую площадь от листвы, травы и веток;
- уходить от пожара необходимо в наветренную сторону (то есть идти на ветер), в направлении, перпендикулярном распространению огня, стараясь обойти очаг пожара сбоку, с тем, чтобы выйти ему в тыл;
- избавиться от горючего и легковоспламеняющегося снаряжения; если есть возможность, то периодически смачивайте высушенные участки материала на одежде;
- прикрыть мокрой ватно-марлевой повязкой или полотенцем, снять всю плавящуюся одежду.



*Иногда достаточно просто затоптать пламя (правда, надо подождать и убедиться, что трава или подстилка действительно не тлеют, иначе огонь может появиться вновь)*