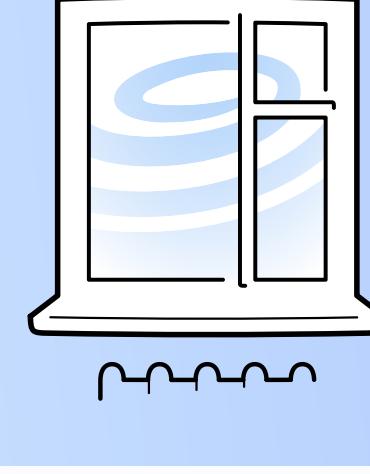


# Метель

Метель опасна заносами дорог и населённых пунктов, разрушением лёгких зданий и крыш, обрывами линий электропередачи и связи. На дорогах возможно снижение видимости до 20–50 м



## Как действовать при угрозе сильной метели

- Закройте окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия
- Оклейте окна бумажными лентами, закройте ставнями или щитами
- Подготовьте запас воды и продуктов на 2 дня, медикаменты, фонари, свечи, лампы, походную плитку, радио на батарейках
- Уберите с балконов и подоконников всё, что может быть унесено ветром
- Держите радио и телевизор включёнными, чтобы не пропустить важную информацию
- Подготовьтесь к возможному отключению электроэнергии
- Перейдите из лёгких построек в более прочные здания
- Подготовьте инструмент для уборки снега

### Водителям

- Проверьте работу двигателя и аккумулятора перед поездкой, залейте качественный антифриз, позаботьтесь о теплоизоляции автомобиля
- Запаситесь топливом. Не заправляйтесь на непроверенных АЗС – там может оказаться некачественное топливо
- Возьмите тёплые вещи, продукты, зарядное устройство для мобильного телефона

## Вызов спасателей

**101**

со стационарного телефона

**01**

с мобильного телефона

**112**

единный номер экстренных вызовов

Страница 1

# Метель



## Как действовать во время сильной метели

- Не выходите на улицу и не передвигайтесь в одиночку
- Если потеряли ориентацию в пространстве, теряете силы – найдите укрытие и переждите непогоду

### В автомобиле

- Двигайтесь только по большим дорогам и шоссе
- При выходе из машины не отходите от неё за пределы видимости
- Если остановились на дороге – подайте сигнал тревоги прерывистыми гудками, поднимите капот или повесьте яркую ткань на антенну. Ждите помощи в автомобиле. Оставьте мотор включённым. Приоткройте окно для вентиляции, чтобы не отравиться угарным газом

## Как действовать после сильной метели

- Не паникуйте, если вы оказались заблокированы в помещении из-за сильных снежных заносов
- Осторожно выясните, есть ли возможность выбраться самостоятельно
- Сообщите в МЧС или местную администрацию о характере заносов и можете ли вы самостоятельно их разобрать
- По возможности установите связь со спасателями, если разобрать снежный занос самостоятельно не удается
- Включите радио и телевизор, выполняйте указания местных властей
- Примите меры к сохранению тепла, экономьте продукты

Страница 2

# Наводнения и паводки

Наводнение – значительное затопление местности из-за подъёма уровня воды в реке, озере или море, например в период снеготаяния, ливней или ветровых нагонов воды. Могут возникать внезапно и продолжаться от нескольких часов до 3 недель



## Как действовать при угрозе наводнения

- Отключите воду, газ, электричество
- Погасите огонь в печах
- Перенесите ценные вещи и мебель на верхние этажи или чердак
- Закройте окна и двери. На первом этаже – можно забить досками
- Поместите в непромокаемый пакет необходимые вещи
- Выпустите животных из помещений, отвяжите собак, перегоните скот на возвышенную местность

### Необходимые вещи

- Документы, деньги, лекарства
- Комплект одежды и обуви по сезону
- Туалетные принадлежности
- Запас еды и воды на 3 дня
- Комплект постельного белья

## Как действовать при подходе спасателей

- Выполняйте требования спасателей
- Переходите в спасательное судно, соблюдая меры предосторожности

### Что нельзя делать

- Отказываться от эвакуации – неизвестно, как высоко может подняться вода
- Допускать перегрузку плавсредства
- Покидать своё место во время движения
- Садиться на борт

## Вызов спасателей

**101**

со стационарного телефона

**01**

с мобильного телефона

**112**

единий номер экстренных вызовов

Страница 1

# Наводнения и паводки



## Как действовать при внезапном наводнении

- Перейдите в ближайшее безопасное место на возвышении – на верхние этажи, крышу, высокое дерево – и ожидайте прибытия помощи
- Подавайте сигнал спасателям: в светлое время – вывесите яркое полотнище на высоком месте, в тёмное время – сигнальте светом
- Выбирайтесь самостоятельно из затопленного района только в безвыходных ситуациях, когда надежды на спасателей нет
- Используйте для самоэвакуации лодки, катера, плоты из брёвен и подручных материалов
- Не передвигайтесь на автомобиле или мотоцикле – бушующий поток воды может их опрокинуть

### Если оказались в воде

- Снимите с себя тяжёлую одежду и обувь
- Держитесь за плавучие предметы, способные удержать человека на воде, например брёвна, доски, деревянные двери, бочки, автомобильные шины

### Если тонет человек

- Позовите помощь
- Бросьте тонущему плавающий предмет, ободрите его
- Если добираетесь до пострадавшего вплавь, плывите под углом к течению реки, а не против него
- Если тонущий не контролирует свои действия, подплывите к нему сзади, захватите за волосы и буксируйте к берегу

## Как действовать после наводнения

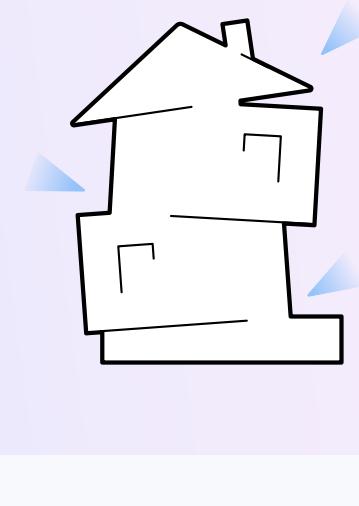
- Остерегайтесь оборванных и провисших электрических проводов
- Убедитесь в отсутствии значительных повреждений перекрытий и стен, прежде чем войти в здание
- Откройте все двери и окна, чтобы проветрить и просушить помещение
- Проверьте исправность электропроводки, труб газоснабжения, водопровода и канализации

### Что нельзя делать

- Употреблять пищевые продукты, которые находились в контакте с водой
- Принимать лекарственные препараты, изменившие цвет и запах
- Использовать источники открытого огня до полного проветривания помещений и проверки исправности системы газоснабжения

Страница 2

# Обрушение здания



К обрушению могут привести ошибки при проектировании здания, природные или техногенные чрезвычайные ситуации, хранение в здании взрывоопасных веществ, взрыв при теракте или неправильном пользовании газовыми приборами

## Как действовать, если здание теряет устойчивость

- Отключите воду, электричество и газ
- Покиньте здание как можно быстрее. Возьмите с собой документы, деньги и предметы первой необходимости
- Пресекайте панику и давку в дверях, останавливайте тех, кто собирается прыгать из окон с этажей выше первого
- Укройте собой детей
- При пожаре пригнитесь как можно ниже или ползите, обмотайте лицо влажной тканью, например одеждой, дышите через неё
- Оказавшись на улице, перейдите на открытое пространство, не стойте вблизи зданий
- Используйте телефон только для экстренных вызовов — пожарных, врачей, спасателей



### Что нельзя делать

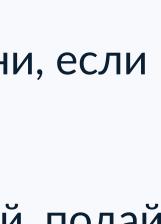
- Пользоваться лифтом — он может выйти из строя в любой момент
- Выходить на балкон
- Стоять возле окон и электроприборов
- Пользоваться спичками — есть опасность утечки газа

### Самые безопасные места в здании при угрозе его обрушения

- В проёмах капитальных внутренних стен
- В углах, образованных капитальными внутренними стенами
- Под балками каркаса
- Под столом — для защиты от падающих предметов и обломков

Страница 1

# Обрушение здания



## Как действовать, если оказались в завале

- Дышите глубоко, не поддавайтесь панике. Сосредоточьтесь на самом важном — выжить любой ценой. Верьте, что помощь обязательно придёт
- Окажите себе первую медицинскую помощь, если есть такая возможность
- Помните, что человек способен выдержать жажду и голод в течение длительного времени, если не будет зря тратить энергию
- Постарайтесь определить, где вы находитесь. Прислушайтесь, нет ли рядом других людей, подайте голос
- Поиските предметы, которыми можно подать световые сигналы, например фонарик, зеркальце, а также металлические предметы — ими можно постучать по трубе или стене, чтобы привлечь внимание
- Осмотритесь и поищите возможный выход. Если это узкий лаз, протиснитесь в него. Для этого расслабьте мышцы и двигайтесь, прижав локти к телу

## Вызов пожарной и спасательной службы

**101**

со стационарного телефона

**01**

с мобильного телефона

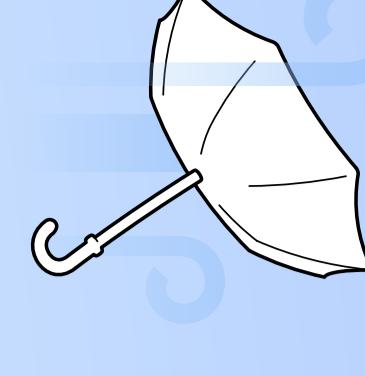
**112**

единий номер экстренных вызовов

Страница 2

# Ураганный ветер

Основные признаки возникновения урагана и бури: усиление скорости ветра при резком падении атмосферного давления, ливневые дожди и штормовой нагон воды или снегопад, грунтовая пыль



## Как действовать при угрозе урагана

- Закройте все окна, двери, чердачные помещения
- Уберите с балконов и лоджий всё, что может быть унесено ветром
- Перекройте газ, подготовьте фонари, свечи, лампы
- Укройтесь в защитном сооружении, подвале, погребе
- Подготовьте лекарства и перевязочные материалы
- Дома — зайдите внутреннее помещение, подальше от окон
- Запаситесь водой и продуктами
- На открытой местности — укройтесь в канаве, яме, овраге, выемке. Лягте на дно и плотно прижмитесь к земле
- Держите радио и телевизор включёнными

### Безопасные места в помещении при урагане

- Стены внутренних помещений
- Ванная комната
- Встроенные или прочные шкафы
- Кладовая
- Туалет
- Под столом
- Коридор

## Вызов спасателей

**101**

со стационарного телефона

**01**

с мобильного телефона

**112**

единный номер экстренных вызовов

Страница 1

# Ураганный ветер



## Как действовать во время урагана, бури, смерча

- Если вы в здании — отойдите от окон и зайдите безопасное место. Погасите огонь в печах, отключите электроэнергию, перекройте газ
- Если вы на улице населённого пункта — укройтесь в подвале, погребе, противорадиационном укрытии
- Для защиты от летящих обломков и осколков стекла используйте листы фанеры, картонные и пластмассовые ящики, доски и другие подручные средства
- При пыльной буре — закройте лицо марлевой повязкой, платком, куском ткани, а глаза — очками
- При снежной буре — укройтесь в здании. Если вы в поле или на просёлочной дороге — выходите на магистральные дороги, которые периодически расчищаются и где выше вероятность получить помощь
- Во время смерча — укройтесь на дне дорожного кювета, в яме, рве, узком овраге. Плотно прижмитесь к земле, закройте голову одеждой или ветками деревьев. Если вы в автомобиле — выйдите из него и укройтесь, как указано выше



### Что нельзя делать

- Находиться рядом с лёгкими постройками, зданиями, мостами, эстакадами, линиями электропередач, мачтами, деревьями, реками, озёрами и промышленными объектами
- Заходить в повреждённые здания — они могут обрушиться при новых порывах ветра

Страница 2

# Гололёд

Если в прогнозе погоды есть предупреждение о гололёде, заранее примите меры, чтобы снизить вероятность получения травмы



## Как действовать во время гололёда

- Надевайте удобную нескользящую обувь на низком каблуке с толстой рельефной подошвой
- Выходите пораньше, чтобы идти не спеша
- Передвигайтесь осторожно, наступайте на всю подошву. Ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны
- Будьте особо осторожны, переходя дорогу
- Пожилым людям рекомендуется использовать трость с резиновым наконечником или специальную палку с заострёнными шипами
- Если поскользнулись – присядьте, чтобы снизить высоту падения. В момент падения сгруппируйтесь и перекатитесь, чтобы смягчить удар о землю
- Обращайте внимание на провода линий электропередачи и контактных сетей электротранспорта – они могут обледенеть и оборваться. Об обрыве сообщите местной администрации, укажите место повреждения
- Не занимайте руки хрупкой или тяжёлой ношей, не держите руки в карманах – так сложнее держать равновесие
- Держитесь подальше от зданий и деревьев, чтобы избежать падающей сосульки или обледенелой ветки

### При травме

- Обратитесь в травмпункт или пункт неотложной медицинской помощи
- Оформите больничный или справку о травме. Они пригодятся при обращении в суд с исковым заявлением о возмещении ущерба. Обратиться в суд можно по месту жительства или по месту получения травмы

### Водителям

- Соблюдайте дистанцию
- Совершайте обгоны без резких манёвров
- Будьте вежливы по отношению к другим участникам движения
- Следите за условиями окружающей среды и качеством дорожного полотна
- Соблюдайте скоростной режим

## Вызов спасателей

**101**

со стационарного  
телефона

**01**

с мобильного  
телефона

**112**

единий номер  
экстренных вызовов

# Ливень и град



При получении информации об обильных осадках воздержитесь от поездок по городу. По возможности оставайтесь дома или на работе

## Как действовать во время ливня и града

- Не выходите из дома во время града. Держитесь подальше от окон
- Защитите голову, если попали под град, – руками, сумкой, одеждой. Найдите укрытие
- Ищите укрытие в зданиях выше возможного уровня подтопления
- Покиньте здание в случае его подтопления. Перейдите на ближайшую возвышенность



### Что нельзя делать

- Спускаться в подземные переходы и другие заглублённые помещения
- Пользоваться электроприборами – град обычно сопровождается грозой

## Если вы в транспорте

- Медленно прекратите движение и включите аварийные огни. Переждите непогоду
- Держитесь подальше от окон в случае града – повернитесь лицом в центр салона, лягте на пол, если позволяют габариты машины. Прикройте глаза руками или одеждой
- Закройте детей своим телом и прикройте им глаза
- Покиньте машину, если вода прибывает стремительно. Перейдите на возвышенность или в здание



### Что нельзя делать

- Преодолевать подтопленные участки
- Съезжать в низину – её может размыть или подтопить

## Вызов спасателей

**101**

со стационарного  
телефона

**01**

с мобильного  
телефона

**112**

единый номер  
экстренных вызовов