

# БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО



## Правила безопасного поведения в лесу и на воде

Летом мы очень любим проводить время на природе. Чтобы ваши прогулки не закончились печальными последствиями, надо обязательно соблюдать правила безопасного поведения, когда вы находитесь в лесу или купаетесь в водоемах!



**Не ходи в лес один!**

**Перед выходом в лес обязательно предупреди родных, куда идёшь.**

Идя в лес, возьми с собой средство от укусов насекомых, солнцезащитный крем для кожи, питьевую воду, минимальный запас еды (бутерброд и др.), нож, спички в сухой

коробочке и часы. Возьми с собой сотовый телефон, свисток, отражатель. Если у тебя есть хронические заболевания, возьми с собой необходимые лекарства.

- Для похода в лес одежда и обувь должна быть удобной, соответствовать погодным условиям.
- Одежда должна быть яркого цвета, а ещё лучше наклеить на неё светоотражающие полосы или рисунки.
- Не уходи с маршрута, не увлекайся прогулкой и не отходи далеко от натоптанных троп.
- Если кто-то потерялся, сразу вызывайте спасателей.
- С уважением относись к обитателям леса: не шуми, не рви цветы, не ломай ветви деревьев, не лови бабочек, не пугай диких животных.
- Не сори в лесу. Убирай за собой мусор и стеклянную посуду. Пожар в лесу может возникнуть даже от брошенной стекляшки.

### ЕСЛИ ТЫ ЗАБЛУДИЛСЯ:

- Если есть возможность, немедленно свяжись со специалистами Единой службы спасения по телефону: 112 или 01.
- Не поддавайся страху, не паникуй. остановись и подумай – откуда пришёл, не слышно ли криков, шума машин, лая собак.. Выйти к людям помогают различные звуки: работающий трактор (слышно за 3-4 километра), собачий лай (2-3 километра), проходящий поезд (до 10 километров). Трубы на крышах можно увидеть за 3 километра, заводские трубы – за 6 километров, колокольни и башни – за 15 километров. При отсутствии подходящих ориентиров лучше всего «выходить на воду» и двигаться вниз по течению. Ручей обязательно выведет к реке, река – к людям.
- Не кричи – охрипнешь. Если ты пытаешься, например, докричаться или догудеться до потерявшегося, жди его на одном месте достаточно долго.
- Не плачь – от этого заболят глаза, потеряют зоркость и перестанут различать действительное и выдуманное.
- Нельзя бежать исключительно потому, что хочется изменить ситуацию. Нужно оставаться на том месте, где стоишь. Соблюдая правила, разведи костёр, пой песни - по дыму и голосу найти человека легко. Для разведение огня без спичек используй объектив фотоаппарата, выпуклая линза от бинокля или телескопа, наконец, зеркало.
- Если ты принял решение искать дорогу самому - старайся не петлять, ориентируйся по солнцу, хорошо, если удалось выйти на линию электропередач, железную дорогу, газопровод, реку - идя вдоль этих объектов, всегда выйдешь к людям, пусть и не там, где предполагал.
- Подавай сигналы можно ударами палки о деревья, звук от них далеко расходится по лесу.
- При необходимости движения можно ориентироваться по сторонам света даже без компаса. Так, кора березы и сосны на северной стороне темнее, чем на южной, а стволы деревьев, камни, выступы скал гуще покрыты мхом и лишайниками.
- Не пробуй сокращать путь. Не паникуй, если поймёшь, что начинаешь кружить. Это обычное явление. Называется "фокусом правой ноги". Один шаг у людей всегда короче другого. Как бы ты не старался идти прямо, тебя обязательно будет заносить в сторону.
- Если у тебя кончилась вода, есть несколько способов её собрать. Вода из природных источников. Роса. Дождевая вода. Чтобы собрать дождевую воду выкопайте ямку и выложите её большими листьями, чтобы собранная вода не впиталась в землю. Все растения постоянно испаряют хотя бы небольшое количество воды, её можно уловить с помощью обыкновенного мешочка из



полиэтилена. Мешочек надевается на куст, ветку дерева и завязывается у основания. Важно, что этот способ практически не требует никаких физических усилий

## БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

**Простые правила:**



Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах.



Не боритесь с сильным течением! Используйте его, чтобы приблизиться к берегу.



Не прыгайте в незнакомых местах! Не известно, что может оказаться на дне!



Не подплывайте к проходящим судам и не забирайтесь на предупредительные знаки.



Не купайтесь в штормовую погоду! Берегитесь волны.



Не заплывайте далеко от берега на надувных матрацах и автомобильных камерах.



Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь. Не купайтесь, если температура воды ниже 18°.



Не используйте для плавания самодельные устройства! Они могут перевернуться.

### Оказание первой помощи:



Используйте для спасения любые подручные средства!



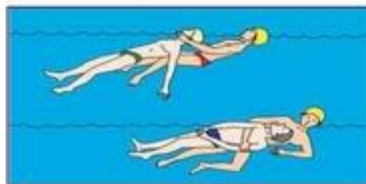
Не отплывайте от перевернувшейся лодки до прибытия подмоги!



Поднимайте упавшего из воды только с кормовой части тонущего средства!



Не оставляйте попыток достать утопающего со дна.



Не давайте утопающему схватить вас. Следите за тем, чтобы его голова постоянно находилась над водой!



Доставив пострадавшего на берег, очистите ему полость рта и удалите воду из дыхательных путей, легких и желудка!

**В любой ситуации на воде главное не паниковать!**

### Правила поведения на водоемах:

- Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но еще нет опасности перегрева
- Температура воды должна быть не ниже 17-19 градусов, находиться в воде рекомендуется не более 20 минут.
- Не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, т.к. при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что привлечет остановку сердца
- В ходе купания не заплывайте далеко
- В водоемах с водорослями надо плыть у поверхности воды.
- Опасно плавать на надувных матрацах, игрушках или автомобильных шинах, т.к. ветром или течением их может отнести от берега, из них может выйти воздух, и человек, не умеющий плавать, может пострадать.
- Не разрешайте нырять с мостов, причалов.
- Нельзя подплывать к лодкам, катерами судам.

- Следует помнить, что ограничительные знаки на воде указывают на конец акватории с проверенным дном. Пренебрежение этими правилами может привести к получению травмы или гибели.



С наступлением теплых летних дней многие жители нашего города выезжают на отдых в лес или на дачные участки. Как правило, именно в этот период резко ухудшается пожароопасная обстановка, возрастает количество пожаров в лесах. В большинстве случаев причиной лесных пожаров является беспечность отдельных людей, пренебрегающими правилами пожарной безопасности в лесу. Другой причиной пожаров является сжигание мусора и прошлогодней травы около частных домов, в садоводческих, огороднических и дачных объединениях, что приводит порой к возникновению обширных неконтролируемых пожаров

Каждому из нас необходимо знать, что при посещении леса в пожароопасный сезон разведение костров допускается только на площадках, очищенной до минерального слоя почвы, полосой шириной не менее 0,5 метра.

### **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- Уходить от костра, не потушив его до полного прекращения тления.
- Бросать горящие спички и окурки.
- Выжигать сухую траву на прогалинах и участках, граничащих с лесом.
- Обнаружив начинающийся пожар, примите меры к его тушению. Самый простой и доступный способ тушения – захлестывание пламени на кромке пожара зелеными ветками.
- Сообщите о пожаре по телефону «01», либо с мобильного телефона 112, 8-813-70-40-829.

### **Действия населения при возникновении лесного пожара**

Причиной возникновения лесных пожаров в большинстве случаев является человеческий фактор. Не соблюдение человеком правил пожарной безопасности при посещении лесов, водоемов приводит к возникновению лесных пожаров.

Что делать если Вы оказались вблизи очага пожара в лесу или торфянике и у вас нет возможности своими силами справиться с его локализацией и ликвидацией:

- При обнаружении пожара немедленно или после выхода из зоны пожара сообщите о его месте, размерах в пожарную охрану.

- Немедленно предупредите всех находящихся вблизи людей о необходимости выхода из опасной зоны.
- Организуйте выход на дорогу или просеку, широкую поляну, к берегу реки или водоема, в поле.
- Выходить из опасной зоны следует быстро, навстречу ветра перпендикулярно направлению движения огня, обходя очаг пожара сбоку, чтобы выйти ему в тыл.
- Если невозможно уйти от пожара, войдите в водоём или накройтесь мокрой одеждой.
- Если пожар застал Вас на открытой местности, лишенной воды, необходимо снять всю нейлоновую и другую плавящуюся одежду, очистить вокруг себя возможно большую площадь от листвы, травы, веток, зарыться во влажный грунт на возможную глубину, набросать сверху землю, защитить дыхательные пути повязкой, смоченной водой. Голову, открытые участки тела следует укрыть от огня, обмотав не очень плотно тканью, одеждой или любым негорючим материалом, по возможности смоченными водой, чтобы можно было снять их при возгорании.
- Оказавшись на открытом пространстве или поляне, дышите воздухом возле земли – там он менее задымлен. Рот и нос при этом прикройте ватно-марлевой маской или смоченной в воде повязкой.
- Если Вы чувствуете, что вдоха вам не хватает на преодоление задымленного участка, падайте лицом вниз на влажный участок земли, вдохните воздух, и снова быстро продолжайте движение.

**Соблюдая эти правила, вы сможете обеспечить себе безопасность и приятный отдых на природе!**