



ВОДА РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНАЯ ЦЕЛЕВАЯ ПРОГРАММА

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

ВО ИЗБЕЖАНИЕ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ НЕЛЬЗЯ:

- ПРЫГАТЬ С ОБРЫВОВ И ВЫШЕК, НЕ ПРОВЕРИВ ДНО
- ЗАПЛЫВАТЬ ЗА БУЙКИ ИЛИ ПЫТАТЬСЯ ПЕРЕПЛЫВАТЬ ВОДОЕМЫ
- УСТРАИВАТЬ В ВОДЕ ОПАСНЫЕ ИГРЫ, КАТАТЬСЯ НА САМОДЕЛЬНЫХ ПЛОТАХ
- ОТПЛЫВАТЬ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА НА НАДУВНЫХ МАТРАЦАХ И КРУГАХ, ОСОБЕННО, ЕСЛИ ВЫ НЕ УМЕЕТЕ ПЛАВАТЬ
- КУПАТЬСЯ В МЕСТАХ, ГДЕ КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО
- ОСТАВЛЯТЬ У ВОДЫ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА
- КУПАТЬСЯ В ХОЛОДНОЙ ВОДЕ (ТЕМПЕРАТУРА НИЖЕ +18 ГРАДУСОВ ПО ЦЕЛЬСИУ).
- ПОДАВАТЬ ЛОЖНЫЕ СИГНАЛЫ ТРЕВОГИ
- КУПАТЬСЯ В НЕТРЕЗВОМ ВИДЕ
- ПОДПЛЫВАТЬ БЛИЗКО К СУДАМ, ЛОДКАМ, КАТЕРАМ

www.voda.org.ru

Специалисты МЧС России бьют тревогу

За один жаркий выходной на водоёмах Свердловской области утонули 5 человек

Жаркая погода и выходной день: для многих это – отличный повод охладиться в водоёме. Вне оборудованных мест для купания это желание может стать роковым. Только за один субботний день в минувшие выходные купание вне официальных пляжей в Свердловской области стоило жизни пяти отдыхающим на водоёмах.

В столице Среднего Урала при купании утонули трое

мужчин. Озёра Лесничка, Шарташ и карьер у отеля «Рамада» из популярных локаций для отдыха екатеринбуржцев превратились вчера в места личных человеческих трагедий. В Серовском городском округе купание в пруду Сотринском унесло ещё одну жизнь, Ошкурковский пруд в Тугулымском городском округе также пополнил печальную статистику утонувших.

Специалисты МЧС России напоминают: купаться вне оборудованных мест опасно. Дно на «диких» пляжах не очищено от мусора, зоны,

безопасные для купания никак не отмечены, а главное – на таких пляжах не организовано дежурство спасателей, которые могли бы прийти на помощь утопающему, употребление алкоголя и купание несовместимы, дети не должны оставаться у водоёмов без присмотра.

Если вы стали свидетелем происшествия на воде, незамедлительно сообщите об этом по номерам «101» или «112».

МЧС России по Свердловской области

Соблюдайте рекомендации!

Как вести себя летним днем при высокой температуре

Жаркая погода не является для большинства людей комфортной средой: она способствует ухудшению общего состояния организма при несоблюдении определённых правил, к примеру: если носить тёмную воздухопроницаемую одежду; находиться на солнце без головного

убора; мало употреблять обычной воды, или, наоборот, вместо неё употреблять горячительные напитки; заниматься спортом и другими подвижными играми на открытом воздухе под палящим солнцем; употреблять тяжёлую пищу (мясо, сало, мучные изделия) в больших количествах.

Поэтому: одевайтесь правильно: носите светлую воздухопроницаемую одежду из хлопка с

головным убором; избегайте физических нагрузок, двигайтесь не спеша, экономьте силы и чаще находите в тени; воздержитесь от алкоголя, употребляйте больше жидкости, пейте минеральную воду без газа; употребляйте лёгкую быстро усваиваемую пищу небольшими порциями: овощи, фрукты, кисло-молочные продукты.

И помните, что во время жары возрастает вероятность пожаров!

МЧС России

Как правильно питаться в жару

Включить в рацион: 11% мясо, птица, рыба; 14% молочные продукты; 74% овощи, фрукты, зелень.

Исключить из рациона: жареное, жирное, копченое.

Что лучше пить

Традиционные национальные напитки (квас, махсым), Травяные настои, Чистую воду, Кисломолочные напитки, Зеленый чай.

Ледяные, а также сладкие газированные напитки лишь увеличивают жажду.

ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ ПО АНТИТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

Взрывоопасные предметы. Признаками взрывного устройства могут быть:

- Натянутая проволока, шнур и т.д. провода или изоляционная лента неизвестного назначения
- Бесхозный предмет, обнаруженный в машине, в подъезде, у дверей квартиры, в общественном транспорте, в местах скопления людей
- Взрывное устройство, установленное в местах скопления людей, в общественном транспорте или жилом доме, может быть замаскировано под обычный предмет - сумку, портфель и т.д.

Если вы обнаружили самодельное взрывное устройство, гранату, снаряд и т.п.

- Закрепите время находки
- Не подходите близко, не вскрывайте и не перемещайте находку
- Немедленно сообщите о находке в полицию
- Запомните все подробности, связанные с моментом обнаружения предмета
- Дождитесь прибытия оперативных служб

Позорительные действия неизвестных лиц (доставка в жилые дома подозрительных на вид емкостей, упаковок и т.п.) Ваши действия:

- Не привлекать на себя внимание лиц, действия которых показались Вам подозрительными
- Сообщить в ближайший отдел полиции
- Попытаться запомнить приметы подозрительных лиц, записать номера их машин
- До приезда сотрудников полиции не предпринимать никаких активных действий
- Обращайте внимание на бесхозные предметы

При получении информации об эвакуации:

- Возьмите документы, деньги, ценности
- Отключите электричество, газ, воду, погасите в печи (камин) огонь
- Окажите помощь в эвакуации пожилым и тяжелобольным людям
- Закройте входную дверь на замок
- Возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц

ФСБ России тел: +7 (495) 224-22-22
МВД России тел: 02 сот: 112
МЧС России тел: +7 (499) 449-99-99
Пожарные и спасатели тел: 101
Единая дежурно-диспетчерская служба тел: 8-495-539-53-53

МЕРЫ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ЧАСТНОМ СЕКТОРЕ И НА САДОВЫХ УЧАСТКАХ

ЗАПРЕЩЕНО:

! ЕСЛИ ВВЕДЕН ОСОБЫЙ ПРОТИВОПОЖАРНЫЙ РЕЖИМ

- На участке разводить костры, сжигать мусор, тару, отходы.

НЕЛЬЗЯ:

- Выжигать сухую траву, складировать на участках отходы и мусор.
- Бросать непотушенные спички, окурки.
- Оставлять во дворах баллоны с газом, а также емкости с легковоспламеняющимися горючими жидкостями.
- Загромождать проезды улиц, ведущих к частным домам и садовым участкам, так как это препятствует проезду пожарных автомобилей.

НЕОБХОДИМО:

- Обустроить противопожарные разрывы путем выкоса травы и вспашки земли между постройками, дачными участками и вокруг садоводческого товарищества.
- Напоминать детям об опасности игр со спичками и о последствиях, к которым может привести такая игра.

Единый телефон вызова экстренных спасательных служб **112**

Пожарно-спасательная служба МЧС России: ☎ **01** 📱 **101**