

Как вести себя на воде в летнее время?

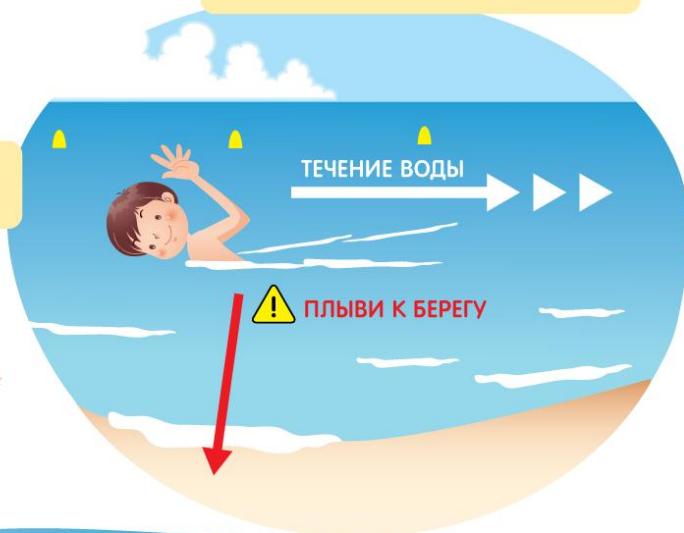
Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах!

Не подплывайте к проходящим мимо судам. Не взбирайтесь на технические предупредительные знаки!



Не используйте для плавания самодельные устройства, так как они могут не удержать вас и вы рискуете перевернуться.

Не заплывай за буйки!



Никогда не играй в опасных местах, где есть риск упасть в воду.

Не ныряй в незнакомых местах и там, где есть запрещающие знаки: неизвестно, что там на дне.

Как вызвать экстренные службы?



НАБИРАЙ 112
ИЛИ НОМЕР,
КОТОРЫЙ ДЕЙСТВУЕТ
В ТВОЁМ РЕГИОНЕ

СО СТАЦИОНАРНОГО
НАБИРАЙ **01**



НОМЕР ЭКСТРЕННОЙ СЛУЖБЫ
СВОЕГО РЕГИОНА ТЫ МОЖЕШЬ УЗНАТЬ
НА САЙТЕ

www.spas-extreme.ru

ЕСЛИ ДОЗВОНИЛСЯ, СООБЩИ:

- 1 ТОЧНЫЙ АДРЕС МЕСТА СОБЫТИЯ
- 2 СВОЮ ФАМИЛИЮ
- 3 НОМЕР ТЕЛЕФОНА



ЕСЛИ ТЫ ОЧЕВИДЕЦ,
ОСТАВАЙСЯ НА МЕСТЕ
ПРОИСШЕСТВИЯ
ДО ПРИБЫТИЯ
ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

ОКАЖИ ПЕРВУЮ
МЕДИЦИНСКУЮ ПОМОЩЬ
ПОСТРАДАВШЕМУ !



ВЫПОЛНЯЙ
РЕКОМЕНДАЦИИ
СПАСАТЕЛЕЙ !

**НЕ СОЗДАВАЙ УСЛОВИЙ, ПРЕПЯТСТВУЮЩИХ
ДЕЙСТВИЯМ СПАСАТЕЛЕЙ,
СОТРУДНИКОВ МИЛИЦИИ, ПОЖАРНЫХ !**

Больше информации на www.spas-extreme.ru

Как действовать во время грозы, молнии?



Закрой все окна и двери, дымоходы и вентиляцию. Если ты находишься в деревне или селе не топи печь, потому что горячие газы, выходящие из трубы могут притянуть молнию.



Не разговаривай по телефону – молния может попасть в натянутые между столбами провода.



По возможности выключи радио, телевизор и другие электрические приборы.



Во время ударов молнии не проводи близко к электропроводам, молниеводу, водостокам, антенне. Не стой рядом с окном.

Если вы находитесь в лесу, укройтесь на низкорослом участке леса. Не стойте близко высоким деревьям, особенно соснам, дубам и тополям.



Не находись в водоеме или на его берегу. Стойте от берега, спуститесь с возвышенного места в низину.



В степи, поле или если нет никакого укрытия (зданий) не ложитесь на землю, подставляя электрическому току все тело.

Сядь на корточки в луже, овраге или другом природном углублении и обхвати ноги руками.



Если грозовой фронт настиг вас во время занятий спортом, то немедленно прекратите их.

Металлические предметы (мотоцикл, велосипед и т. д.) положите в сторону, отойдите от них на 20-30 метров.



Если гроза застала вас в машине, не выскочьте из неё. Закройте окна и опустите антенну радиоприёмника.

ЕСЛИ В МАШИНЕ СУХО, он сможет выдержать удар молнии и защитить вас!

100 Вт → 90 дней

Энергия одного разряда молнии может питать 100 ваттную лампочку на протяжении 90 дней



НАСТОЯТЕЛЬНО РЕКОМЕНДУЕТСЯ ВЫКЛЮЧИТЬ ВСЕ МОБИЛЬНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ И РАДИОСТАНЦИИ.

2-3 км средняя длина молнии, но бывают молнии длиной до 20 км

10-45 см диаметр молнии

15-20 км на таком расстоянии слышен гром

Как действовать при сильной жаре, засухе?

А ты умеешь отличать тепловой удар от солнечного?

СИМПТОМЫ ТЕПЛОВОГО УДАРА

- Расстройство сознания
- Расширение зрачков
- Отдышка, жажда, рвота
- Температура больше 39,6°
- Носовые кровотечения
- Учащенный пульс
- Мышечные боли
- Сухая горячая кожа

СИМПТОМЫ СОЛНЕЧНОГО УДАРА

- Сильные головные боли
- Покраснение лица
- Головокружение
- Потемнение в глазах
- Тошнота

Первая помощь

Перенеси пострадавшего
в тень или в прохладное место



Уложить на спину,
голову приподнять



Снять одежду, ослабить пояс



Тело обтереть холодной водой
(обернуть влажной простыней)

На голову и лоб приложить
холодные компрессы.

Напоить холодной водой.



ПРИ ПОТЕРЕ СОЗНАНИЯ

**НЕ ДОЖИДАЯСЬ ВРАЧА
НАЧАТЬ ИСКУССТВЕННОЕ ДЫХАНИЕ
И ЗАКРЫТЫЙ МАССАЖ СЕРДЦА**

Правила организации походов. Что делать если вы заблудились в лесу?

Ориентироваться в лесу тебе помогут следующие приметы:



Кора деревьев более светлая, гладкая и чистая с южной стороны...

...с северной – грубее и темнее.

Стволы сосен покрываются вторичной корой, которая образуется позже с южной стороны...

...и спускается гораздо ниже по стволу, чем с северной стороны дерева.

Смола на соснах и елях в жаркий день обычно выделяется с южной стороны.

Мхи и лишайники на стволах деревьев, а также на камнях развиваются преимущественно на северной стороне.

Обратите внимание на столбы на пересечениях просек в лесу. Как правило, направление просек – север-юг или восток-запад. Нумерация на квартальных столбах проставлена с севера на юг и с запада на восток, то есть большая цифра – в юго-восточной части сектора...

...меньшая цифра – в северо-западной.

С южной стороны больших камней и пней. Также, с этой стороны более густая трава и сохнет она раньше из-за солнечных лучей.

Это особенно заметно после дождей, когда вторичная кора набухает и темнеет.



В качестве компаса удобно использовать часы. Направь часовую стрелку на солнце: юг будет на середине угла между цифрой 1 и стрелкой.



! Если по каким-то причинам ты не видишь куда идти – прислушайся!

Особенно хорошо слышно поздно вечером, когда появляется туман. В это время можно за 10 километров услышать шум поезда.



Правила пожарной безопасности в лесу

Во избежание лесных пожаров, соблюдайте правила пожарной безопасности



**НЕ РАЗВОДИТЕ
КОСТРЫ**



Разведение костров разрешается только на специальных площадках!

В ЛЕСУ ЗАПРЕЩАЕТСЯ



Бросать горящие
спички и окурки



Оставлять стеклянные
предметы (бутылки, банки)



Оставлять промасленные
или пропитанные горючими
веществами материалы



Парковать машины
на других местах,
кроме специальных



Уходя из леса, костёр нужно засыпать землёй или залить водой до полного прекращения горения и тления

Ребенок один дома. Основные правила поведения.

1

ДОМА

Напиши на листочках мобильные и рабочие телефоны родителей и телефоны экстренных служб

- 01** — если пожар **02** — если в квартиру ломится незнакомый
03 — если с кем-то из близких случилось несчастье или ты сам получил какую-то травму
04 — если почувствовал запах газа



Никогда никому не открывай дверь. Лучше звони родителям и рассказывай, что случилось.



Если ты услышал, что кто-то ломает дверь вашей квартиры, звони в полицию по телефону **02** и родителям. Если телефона нет или он не работает, выйди на балкон или открой окно и громко кричи: "Пожар!"



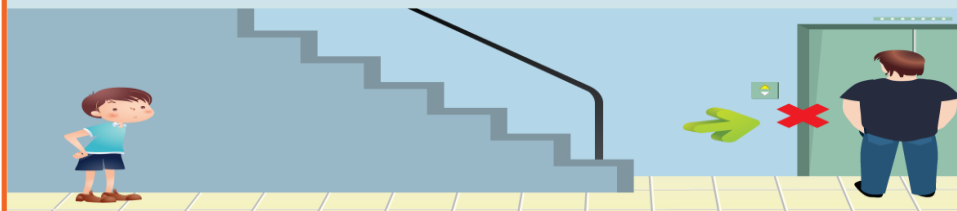
Рассказывай родителям обо всём, что случилось за день, о людях, которые приходили или звонили в их отсутствие, о тех, кого ты видел у двери вашей квартиры.

2

В ПОДЪЕЗДЕ



Никогда не заходи в подъезд или лифт с незнакомыми людьми!



Если у двери вашей квартиры стоит посторонний человек, не подходи к нему и не разговаривай с ним. Пройди к двери соседей и позвони им. Когда они откроют, попроси тебе помочь.

3

НА УЛИЦЕ



Если ты собираешься уйти на улицу, оставь родителям записку, куда и с кем ты ушёл, во сколько вернешься домой



Если ты задерживаешься, позвони и предупреди об этом своих родителей, чтобы они не волновались



Старайся обходить безлюдные темные места, заброшенные постройки, гаражи. Не играй вблизи дорог, подвалов и на чердаках.



Никогда не соглашайся на предложения незнакомых людей проводить их куда-либо, проводить тебя домой, подвезти на машине и т. д. Не стесняйся говорить таким людям "нет".



Если тебя пытаются насильно увести, громко кричи, что этот дядя или тётя - не твои родители и ты их не знаешь. Кричи своё имя и не стесняйся звать на помощь.



Если на тебя напали грабители, не оказывай сопротивление, отдай им деньги и другие ценности.

Советы детям от бывалого огнетушителя

Помните, что спички, зажигалки, свечи – это не игрушки. От них может случиться пожар.

Хлопушки и бенгальские огни можно использовать только на улице и под присмотром взрослых.

Знайте, что включенный телевизор иногда может загореться. Смотрите телевизор, когда в доме есть взрослые.

Газовая плита на кухне – источник повышенной опасности. Попросите взрослых научить вас правильно и безопасно пользоваться газовой плитой.

Соблюдайте повышенную осторожность, находясь рядом с открытым огнём.

Знайте, что бросать в огонь пустые баночки, флаконы и другие незнакомые предметы очень опасно, так как они могут взорваться.

Напомните родителям, что нельзя оставлять детей одних в доме, где топится печка. Никогда сами не открывайте дверцу печки.

При пожаре никогда не прячьтесь в труднодоступных местах. Увидев огонь или дым, сразу зовите взрослых!



Соблюдайте правила пожарной безопасности!

Что делать если разбился ртутный градусник?

- 

1 Если ты один дома, позвони родителям и расскажи, что произошло
- 

2 Открой окна и проветри комнату
- 

3 Собери ртуть с помощью слегка смоченной в воде газеты и резиновых перчаток

Самые маленькие шарики собери лейкопластырем
- 

4 Ртуть помести в ёмкость с водой и плотно закрой

 Нельзя выбрасывать ртуть в мусоропровод, в унитаз или на улицу!
- 

5 Обработать место разлива концентрированным раствором хлорной извести или марганцовки. Можно горячим концентрированным раствором мыла и соды
- 

6 Позвони в 01 и узнай, куда сдать разбитый градусник.

 Если ты не уверен, что собрал всю ртуть, лучше вызови специалистов и они проведут обследование!



СИМПТОМЫ ОСТРОГО ОТРАВЛЕНИЯ ПАРАМИ РТУТИ ПРОЯВЛЯЮТСЯ ЧЕРЕЗ 8-24 Ч.:

СЛАБОСТЬ

ОТСУТСТВИЕ АППЕТИТА

ГОЛОВНАЯ БОЛЬ

БОЛЬ ПРИ ГЛОТАНИИ

МЕТАЛЛИЧЕСКИЙ ПРИВКУС

СЛЮНОТЕЧЕНИЕ

НАБУХАНИЕ И КРОВОТОЧИВОСТЬ ДЁСЕН

ТОШНОТА И РВОТА

БОЛИ В ЖИВОТЕ

ДИАРЕЯ