

### **ПАМЯТКА №3**

Для того чтобы обезопасить себя от негативных последствий паводка, сохранить свою жизнь и здоровье, следует соблюдать правила и действия, рекомендованные Государственной инспекцией по маломерным судам МЧС России:

#### **В случае угрозы возникновения наводнения, паводка:**

Внимательно слушайте информацию о чрезвычайной ситуации и инструкции о порядке действий, не пользуйтесь без необходимости телефоном, чтобы он был свободным для связи с вами. Сохраняйте спокойствие, предупредите соседей, окажите помощь инвалидам, детям и людям преклонного возраста.

Узнайте в администрации место сбора жителей для эвакуации и готовьтесь к ней. Подготовьте документы, одежду, наиболее необходимые вещи, запас продуктов питания на несколько дней, медикаменты. Сложите все в рюкзак. Документы сохраняйте в водонепроницаемом пакете. Не помешает иметь фонарик с запасом батареек – для подачи сигналов бедствия в темноте.

Разъедините все потребители электрического тока от электросети. Перенесите ценные вещи и продовольствие на верхние этажи или поднимите на верхние полки. (Для живущих в частных домах - перегоните скот, который есть в вашем хозяйстве, на возвышенную местность.).

#### **Действия в зоне внезапного затопления во время наводнения, паводка:**

Сохраняйте спокойствие, не паникуйте. Быстро соберите необходимые документы, ценности, лекарства, продукты и прочие необходимые вещи.

Окажите помощь детям, инвалидам и людям преклонного возраста. Они подлежат эвакуации в первую очередь. По возможности немедленно оставьте зону затопления.

Перед выходом из дома отключите электроснабжение, погасите огонь в печах. Закройте окна и двери, если есть время - закройте окна и двери первого этажа досками (щитами). Отворите хлев - дайте скоту возможность спастись.

Поднимитесь на верхние этажи. Если дом одноэтажный - займите чердачные помещения. До прибытия помощи оставайтесь на верхних этажах, крышах, деревьях или других возвышениях, сигнализируйте спасателям, чтобы они имели возможность быстро вас обнаружить. Проверьте, нет ли вблизи пострадавших, окажите им, по возможности, помощь.

Оказавшись в воде, снимите с себя тяжёлую одежду и обувь, отыщите вблизи предметы, которыми можно воспользоваться до получения помощи.

Не переполняйте спасательные средства (катера, лодки, плоты).

Вернувшись после наводнения домой, осмотрите сначала, не подмыло ли фундамент, не рухнет ли что-нибудь сверху вам на голову. Проветрите помещения – в них могут скапливаться вредные газы.

Из соображений безопасности лучше не употреблять подмоченные продукты, так как они могут быть загрязнены болезнетворными микробами.

#### **Действия при проваливании людей и техники под лед.**

Если вы провалились на льду:

1. Широко раскиньте руки по кромке льда и постарайтесь удержаться от погружения с головой.
2. Действуйте решительно, не паникуйте: и до вас многие попадали в такую ситуацию.
3. Старайтесь не обламывать кромку; без резких движений выбраться на лед, наползая грудью и поочередно выталкивая на поверхность ноги. Здесь главное - занять как можно большую площадь опоры.
4. Выбравшись из пролома, откатитесь, а затем ползите в сторону, откуда шли (и где прочность льда таким образом проверена).
5. Несмотря на то, что сырость и холод толкают вас побежать и согреться, будьте осторожны до самого берега.
6. На берегу в безопасном месте, некоторое время катайтесь на снегу в мокрой одежде, т.к. сухой снег впитывает влагу как губка.
7. Действуя по обстановке, найдите место для обогрева и просушки одежды.

### **Если на ваших глазах человек провалился под лед:**

1. Немедленно крикните, что идете на помощь.
2. К полынье приближайтесь только ползком, широко раскинув руки.
3. По возможности положите под себя лыжи, доску, фанеру - для увеличения площади опоры и ползите на них.
4. Не подползайте к самому краю льда - провалитесь сами.
5. Не допозая до полыньи, протяните пострадавшему шест, ремни, шарфы, любую доску или жердь, санки лыжи и т.п. Бросать связанные ремни, шарфы, или доски нужно за 3-4 метра до кромки льда.

### **Если вы с машиной провалились под лед:**

1. Некоторое время машина может держаться на плаву и у вас есть несколько секунд, чтобы из нее выскочить.
2. Если вы не успели покинуть автомобиль, и он погрузился под воду, не открывайте двери, так как тут же хлынет вода внутрь и машина начнет резко погружаться.
3. При погружении на дно с закрытыми окнами и дверьми воздух в салоне автомобиля держится несколько минут, это немало. Есть возможность: а) оценить обстановку; б) активно провентилировать легкие (глубокие вдохи и выдохи позволяют наполнить кровь кислородом "впрок"); в) избавиться от лишней одежды; г) мысленно представить себе путь наверх; д) выбирайтесь через дверь или окно (если сможете через опущенное стекло), протиснетесь наружу, взявшись руками за крышу, подтянитесь, а затем резко плывите вверх.
4. Выбирайтесь наружу, когда машина наполнится водой наполовину, т.к. если резко распахнуть дверь и попытаться тут же выбраться, вам будет мешать поток, идущий в салон.
5. Выбравшись из машины, имейте в виду, что у вас есть 30-40 секунд для поднятия на поверхность.

Весенний паводок - опасное природное явление, которое может привести к непредсказуемым последствиям. Находясь на водоёмах, будьте предельно бдительны, не оставляйте детей без присмотра, не позволяйте выходить на лед. Помните, соблюдая меры предосторожности, вы сохраняете жизнь себе и своим близким.