



**Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тамбовский государственный технический университет»  
Управление комплексной безопасности**

**Тема 7. Действия работников университета в условиях негативных и опасных факторов бытового характера.**

г.Тамбов-2020

## **Тема 7. Действия работников организации в условиях негативных и опасных факторов бытового характера.**

### **Учебные вопросы:**

Вопрос 1. Правила действия человека по обеспечению личной безопасности в местах массового скопления людей.

Вопрос 2. Правила действия человека по обеспечению личной безопасности при пожаре.

Вопрос 3. Действия человека по обеспечению личной безопасности при бытовых отравлениях.

Вопрос 4. Правила действия человека по обеспечению личной безопасности на водных объектах.

Вопрос 5. Правила действия человека по обеспечению личной безопасности в походе и на природе.

Вопрос 6. Правила действия человека по обеспечению личной безопасности в транспорте

Вопрос 7. Правила обращения с бытовыми приборами и электроинструментом.

Вопрос 8. Правила содержания домашних животных и поведения с ними на улице.

Вопрос 9. Способы предотвращения и преодоления паники и панических настроений в условиях ЧС.

### **1. Правила действия человека по обеспечению личной безопасности в местах массового скопления людей.**

Места и зоны отдыха (парки, пляжи и др.), открытые сцены, выставочные залы, стадионы, спортивные площадки, митинги, праздничные шествия - все это составляет неотъемлемую принадлежность современных городов и по своему назначению является важным фактором активной деятельности человека. Но эти же места часто становятся источником опасности для их посетителей и участников. В этих местах и рядом с ними могут собираться от нескольких сотен (театры) до десятков тысяч (стадионы, парки, митинги, шествия) людей. Именно в таких местах под влиянием спиртного, музыки, спортивных страстей, эмоционального возбуждения, а также по другим причинам возникают неуправляемые явления массового психоза.

Экстремальные ситуации в местах массовых развлечений особенно опасны, поскольку, возникая подчас по незначительным причинам (ссора болельщиков, неумное желание поклонников пробиться к своему кумиру на сцену и т. п.), они вовлекают множество людей и могут привести к крупным бедам. А если еще при этом происходит взрыв или пожар, что в настоящее время не редкость, то последствием становится паника, давка с неизбежными человеческими жертвами. Все это должно побуждать человека при посещении таких мест всерьез подумать о мерах, которые предотвратили бы возможные отрицательные последствия нахождения в них. Если у человека появилось желание принять участие в митинге, шествии, демонстрации, обходимо узнать, есть ли разрешение официальных властей на проведение этого мероприятия. В случае отсутствия такого разрешения не исключены действия со стороны правоохранительных органов, направленные на разгон людей. Это обязательно приведет к беспорядкам, насильственным действиям, арестам. Нередки случаи применения слезоточивого газа, водометов, конных нарядов, собак, резиновых дубинок, щитов, оружия.

Известно множество примеров, когда праздничная толпа в один миг превращается в неуправляемую силу, безжалостно сметающую на своем пути все и вся. Паника и бегство толпы являются ее основными поражающими факторами. Во время паники и бегства люди становятся источником опасности друг для друга, порой эта опасность бывает смертельной.

### **Главная жизненно важная задача в толпе – не упасть.**

В случае падения необходимо защитить голову руками и обязательно встать. Встать в толпе чрезвычайно сложно, но если подняться не удастся, то толпа хладнокровно вас затопчет.

#### Подняться можно двумя способами:

- быстро подтянуть ноги к себе, сгруппироваться, рывком встать;
- одной ногой упереться в землю, резко разогнуться, используя инерцию движения толпы.

Вставая, не обращайте внимания ни на что, главная ваша задача - подняться и идти дальше вместе с толпой. Это единственный способ уцелеть. Очень сложно встать с колен, поэтому избегайте попадания в эту позу. Никогда не рассчитывайте на сострадание или помощь людей, находящихся в толпе. Моральных устоев здесь не существуют. Если в толпе высказывать мнения, которые противоречат мнению основной массы людей, это может вызвать вражду и агрессивные действия.

Нередки случаи использования в толпе знамен, вымпелов, транспарантов, которые представляют дополнительную опасность: их можно уронить и задевать ими людей, о них можно споткнуться в случае падения этих предметов на землю. Для предотвращения несчастных случаев следует держаться подальше от людей с вымпелами, флагами, транспарантами. Если они оказались на земле - переступите их.

Большую угрозу для здоровья и жизни людей представляет собой наличие в толпе техники (автомобиль, танк), поскольку люди могут быть раздавлены ими или задохнуться от удушья выхлопными газами.

#### В случае принятия решения об участии в мероприятии с большим количеством людей постарайтесь выполнить следующие правила:

- не берите с собой животных, громоздкие вещи (сумки, рюкзаки, тележки);
- оставьте дома фото-кино-видеотехнику, стеклянные бутылки;
- наденьте строгую облегченную одежду без капюшона, застегните все пуговицы, не надевайте галстук, шарф, пояс;
- зашнуруйте обувь и надежно завяжите шнурки, не надевайте обувь на высоком каблуке;
- не берите с собой острые, колющие, режущие предметы, оружие;
- старайтесь не брать в руки плакаты, транспаранты, флаги на древке;
- снимите с одежды символику и знаки различия, поскольку они могут вызвать отрицательную реакцию у ваших противников или сотрудников милиции;
- имейте при себе удостоверение личности;

- старайтесь держаться подальше от сотрудников полиции, т.к. именно на них, как правило, направлена агрессия толпы, что означает – летящие камни, бутылки, палки, возможны провокации. Не менее опасны и ответные действия.

- не вступайте с полицией в переговоры и стычки;

- постоянно контролируйте ситуацию, состояние толпы и свое место, что бы во время покинуть опасную зону;

- держитесь дальше от трибуны, микрофонов, сцены, т.к. в случае давки отступить отсюда будет очень непросто;

- в случае возникновения ЧС постарайтесь незамедлительно покинуть это место;

- держитесь подальше от компаний, находящихся в состоянии алкогольного или наркотического опьянения, т.к. рядом с такими группами легко возникают конфликтные ситуации, которые могут привести к драке;

- при движении в плотной толпе опасно находиться возле стеклянных витрин магазинов, стен зданий, деревьев, оградительных сеток, набережных, мостов, транспортных средств, узких проходов. Прижатые к ним толпой вы можете получить травму. Старайтесь избегать центра и краев толпы. При движении уклоняйтесь от неподвижно стоящих на пути предметов: урн, столбов, деревьев, забора, машин сцепления, углов зданий. Не цепляйтесь руками за предметы;

- не пытайтесь идти против движения толпы;

- находясь в плотной толпе, держите руки, согнутые в локтях, прижатыми к грудной клетке, зажмите их в замок. Так вы сможете защитить себя от сдавливания и облегчить дыхание;

- если вы споткнулись и падаете, постарайтесь всеми силами удержаться на ногах, хотя бы ухватившись за людей, впереди идущих;

- продумайте варианты отхода через проходные подъезды и дворы, переулки, примыкающие улицы;

- старайтесь держаться подальше от высоких и полных людей, от людей пьяных, агрессивных, от людей с детскими колясками, объемными предметами в руках, с рюкзаками, животными, от инвалидов;

- при применении слезоточивого газа закройте нос и рот мокрым платком; если газ попал в глаза их надо промыть водой или попытаться часто моргать, чтобы слезы вымыли едкое вещество. В любом случае надо покинуть место применения газа;

- не сопротивляйтесь и не пытайтесь доказать вашу невиновность сотрудникам правоохранительных органов в случае вашего задержания.

## **2. Правила действия человека по обеспечению личной безопасности при пожаре.**

Тушение пожаров представляет собой действия, направленные на спасение людей, имущества и ликвидации пожаров.

**Пожар** - это стихийно развивающееся горение, не предусмотренное технологическими процессами, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью граждан, интересам общества и государства.

*Реакция горения возможна лишь при наличии 3 условий:*

- горючего материала;
- окислителя (чаще всего это кислород атмосферного воздуха);

- источника возгорания – достаточно высокой температуры в зоне горения, необходимой для поддержания реакции горения.

Пожар сопровождается горением, газо - и теплообменом.

Пространство, в котором происходит пожар, делится на три зоны: горения, теплового воздействия, задымления.

**Зона горения** представляет собой часть пространства, в котором расположены горючие материалы и вещества и где происходят процессы их термического разложения.

**Зона теплового воздействия** - часть пространства, примыкающего к зоне горения, в пределах которого происходят процессы теплообмена, конвекции и излучения.

**Зона задымления** - часть пространства, примыкающего к зоне горения, заполненного дымом и продуктами термического разложения горючих веществ и материалов. Внешними границами зоны задымления можно считать пространство, где видимость предметов составляет не менее 6 м, концентрация кислорода не менее 17-16%, а концентрация токсичных продуктов горения не представляет опасности для людей, находящихся без средств противодымной защиты.

Основными причинами гибели людей на пожарах являются:

- неосторожное обращение с огнем;
- курение;
- нарушение правил устройства и эксплуатации электрооборудования;
- неисправное оборудование;
- самовозгорание веществ и материалов;

- нарушение правил эксплуатации бытовых газовых приборов и керосиновых устройств.

Опасными факторами пожара, воздействующими на людей, являются:

1. Открытый огонь и искры;
2. Повышенная температура воздуха, предметов и т.д.
3. Человек при температуре 80 - 100<sup>0</sup>С в сухом воздухе и 50 – 60<sup>0</sup>С во влажном воздухе может находиться без средств защиты несколько минут. Более высокая температура и длительное пребывание людей в зоне вредного теплового воздействия могут привести к ожогам, тепловым ударам, потере сознания и даже смертельному исходу.
4. Токсичные продукты горения.

При тепловом разложении полимерных соединений продукты распада действуют на организм человека комбинированно, а потому их общая токсичность опасна для жизни человека при незначительных концентрациях (например: поливинилхлорид при горении выделяет хлористый водород, а также окись и двуокись углерода, хлор и фосген). Окись углерода – это газ без цвета и запаха, он практически не растворим в воде. Поэтому мокрые повязки, которые используют для защиты органов дыхания от ядовитых веществ, окись углерода не задерживают. К воздействиям продуктов горения наиболее чувствительны астматики, беременные, дети, лица старше 65 лет, лица, страдающие болезнями сердечно сосудистой системы и системы органов дыхания.

4. Дым. Он ограничивает видимость и ориентировку человека; ингаляция дыма вызывает отек легких и может привести к смерти. Если видимость в дыму становится меньше 10 - 12 метров, то у людей весьма вероятны возникновения панических состояний из-за высокой концентрации угарного газа и других токсичных продуктов горения. Без средств защиты органов дыхания в эту зону заходить очень опасно. Наиболее интенсивно происходит задымление верхних этажей, особенно с подветренной стороны.

5. Пониженная концентрация кислорода. При содержании кислорода в воздухе ниже 16-17% дыхание становится очень затруднительным. При содержании кислорода в воздухе 14%, человек теряет координацию движений, ухудшается умственная деятельность. Эвакуация людей в этих условиях затруднительна.

6. Обрушение зданий и конструкций, взрыв.

Для тушения первичного возгорания и малых очагов пожара применяются первичные средства пожаротушения. К ним относятся:

- противопожарные щиты. На щите размещаются ломы, багры, веревки, лопаты, ведра. Рядом должны находиться бочка с водой и песок;

- противопожарные пункты, для эффективного использования ручного пожарного инвентаря на объектах промышленного назначения. На противопожарном пункте кроме ручных средств тушения должны находиться огнетушители и пожарные рукава;

- внутренние пожарные краны;

- огнетушители.

Что делать если:

а). На человеке загорелась одежда:

- при загорании одежды, ни в коем случае, нельзя бегать - это только способствует усилению пламени;

- горящую одежду надо с себя сбросить или помочь это сделать тому, на ком одежда загорелась;

- если сбросить одежду не удастся или это нельзя сделать по каким-то другим соображениям, следует накинуть на горящего человека пальто, одеяло и т. д., оставив голову открытой, чтобы человек не задохнулся от продуктов горения;

- если ни пальто, ни другой плотной ткани нет, то пострадавшему нужно просто кататься по земле, пытаясь сбить пламя;

- пострадавшему нужно оказать доврачебную медицинскую помощь, а также первую психологическую помощь, вызвать врача;

- при легких и средних ожогах надо наложить на пораженные ткани легкую стерильную повязку, сверху повязки приложить холод (лед, снег, пакеты с водой, охлаждающие пакеты). После этого пострадавшему дать обезболивающее лекарство, предложить питье (чай, вода 1-1,5 л), показать пострадавшего врачу. Пораженные участки нельзя смазывать вазелином, мазями и жирами.

- при тяжелых ожогах следует завернуть пострадавшего в чистую простыню, обеспечить покой, дать обезболивающее средство (если пострадавший в сознании), питье, вызвать врача.

б). Загорелся телевизор:

- выключите телевизор из сети;

- если после обесточивания, горение не прекратилось, надо накрыть телевизор плотной тканью (одеялом) для ограничения к нему воздуха;

- если с огнем справиться не удастся надо вызвать пожарную охрану по телефону 01.

в). Появился запах гари и появился дым на лестничной клетке:

- надо попытаться выяснить место горения (мусоросборник, почтовый ящик, соседняя квартира), что именно горит (бытовой мусор, газеты, вата, горючие жидкости и т.п.);

- если задымление и возгорание опасно, вызовите пожарную команду и оповестите соседей;

- если есть возможность, следует начать тушить очаг возгорания подручными средствами;

- если с огнем справиться своими силами не удастся, следует или покинуть опасную зону и выйти на улицу, или укрыться в изолированном помещении (квартира, комната, ванная);

- в случае сильного задымления лестничной клетки и невозможности прохода, надо закрыться в квартире;

- для прекращения доступа в квартиру ядовитых продуктов горения, закройте двери и щели в дверных коробках, а также вентиляционные отверстия мокрыми одеялами, простынями, тряпками;

- укрываться от огня и продуктов горения можно также на балконах, лоджиях, закрыв за собой плотно двери;

- при пожаре в подъезде, ни в коем случае, нельзя пользоваться лифтом.

г). Пожар в квартире:

- немедленно сообщите о пожаре в пожарную охрану по телефону 01;

- отправьте на улицу престарелых, детей и женщин;

- постарайтесь потушить пожар подручными средствами (водой, мокрой тканью, огнетушителем). Струю воды (тушащего вещества) следует направлять на горящую поверхность, а не на дым и верхнюю часть пламени;

- не открывайте окна и двери во избежание притока воздуха к очагу пожара;
- горящие занавески, гардины, шторы сорвите и тушите на полу. Также на полу тушите горящую одежду;
- если необходимо пройти через горящее помещение, то надо снять плавящуюся и легковоспламеняющуюся одежду, облить водой, накрыться мокрой плотной тканью (одеялом), отдышаться, задержать дыхание и быстро преодолеть опасный участок;
- при сильной задымленности помещения передвигайтесь пригнувшись, на четвереньках, ползком, т.к. у пола ниже температура, больше воздуха, пригодного для дыхания, лучше видимость, меньше токсичных продуктов горения;
- горючие жидкости тушить водой нельзя. Их можно тушить только землей, песком, а если этих материалов нет, накройте горящий участок, смоченной в воде, плотной тяжелой тканью;
- если потушить пожар своими силами не удастся, немедленно покиньте квартиру, плотно прикрыв входную дверь;
- при невозможности покинуть квартиру, привлекайте внимание пожарных и прохожих, размахивая кусками белой ткани, криками о пожаре.

д). Пожар на балконе (лоджии):

- очаг возгорания следует тушить любыми подручными средствами;
- если с пожаром справиться не удалось, надо плотно закрыть балконную дверь, вызвать пожарную охрану и покинуть квартиру.

### **3. Действия человека по обеспечению личной безопасности при бытовых отравлениях.**

В быту люди часто попадают в опасные ситуации, связанные с неправильным обращением или использованием тех предметов и веществ, используемых в быту (бытовой газ, ртуть, бытовая химия, некачественные продукты питания и т.п.). Например, бытовой газ, используемый для обогрева жилища и приготовления пищи, может загореться, взорваться, им можно отравиться. Газ метан, используемый в быту, горюч, взрывоопасен, без цвета и запаха, тяжелее воздуха. Для придания метану запаха, к нему добавляют в небольших количествах меркаптан. Поэтому когда говорят «пахнет газом», то это пахнет не метан, а меркаптан. Обычно утечки газа происходят в результате пробоя шланга, соединяющего газопровод с плитой, разгерметизации резьбовых соединений, забывчивости людей, оставляющих открытыми вентили, шалостей детей, заливания пламени водой, перехлестнувшей при кипячении через край варочной посуды.

Что следует делать, если в помещении пахнет газом:

- закрыть кран газопровода, проветрить помещение;
- срочно вызвать аварийную газовую службу;
- эвакуировать людей из загазованного помещения.

Чего не следует делать в случае обнаружения утечки газа:

- зажигать в загазованном помещении огонь или электрический свет;



- пытаться самостоятельно чинить газопроводные трубы;
- пытаться самостоятельно гасить горящий газ (пока он горит - он безопасен);
- переносить раскалившийся от огня газовый баллон. Он может взорваться.

Ртуть находит широкое применение в измерительных приборах, термометрах, барометрах, манометрах.

При работе с ртутью надо помнить, что, отравления металлической ртутью происходят почти исключительно вследствие вдыхания ее паров. Пары ртути обладают чрезвычайно высокой токсичностью и относятся к 1 классу опасности, т.е. они в 100 раз токсичнее паров хлора и в 2000 раз токсичнее паров аммиака. Достаточно в небольшом помещении, где нет вентиляции, разбить всего один ртутный термометр и не провести тщательное обеззараживание – вероятность отравления не исключена.

Если в помещении обнаружена разлитая ртуть (разбился градусник, ртуть разлилась из емкости), то надо предпринять меры безопасности:

- срочно удалить всех из помещения;
- надеть средства защиты;

- предотвратить попадание ртути на ковры, паласы, обои, мягкую мебель. Если разлилось небольшое количество ртути - скажем из разбитого градусника, нужно сразу же собрать блестящие капли резиновой грушей или щеткой в плотно закрывающуюся стеклянную банку. Надо как можно скорее собрать металл с пола, земли или асфальта, чтобы она не разбежалась на мелкие шарики, не была разнесена на подошвах. Чем больше площадь разлитой ртути, тем сильнее испарение. Ртуть нельзя выливать в раковину, унитаз, мусорное ведро.

- сообщить о случившемся дежурному по управлению ГОЧС, вызвать спасателей для проведения работ по демеркуризации.

Часто люди получают отравления или поражения при неправильном использовании препаратов бытовой химии (дезинфицирующие вещества, инсектициды, растворители и т. п.). Многие из этих препаратов содержат хлор и фосфор содержащие вещества и очень токсичны. Для того, что бы избежать отравлений препаратами бытовой химии надо использовать рекомендации по применению, которые, как правило, указаны на этикетках. Старайтесь никогда не пользоваться неизвестными препаратами бытовой химии.

Не зажигайте спички и не разводите открытый огонь рядом с банками или бутылками с резким запахом. Не распыляйте содержимое аэрозольных баллончиков вблизи открытого огня. Все препараты бытовой химии надо хранить в закрывающихся шкафчиках, недоступных детям и посторонним лицам. Аэрозольные баллончики следует хранить в вертикальном положении в прохладном месте. Если токсичное вещество попало на открытые участки кожи или слизистых оболочек, то пораженные места надо тщательно промыть водой, а при появлении признаков отравления – обратиться к врачу.

Употреблять испорченные продукты в пищу нельзя, даже если человек очень голоден. Это может привести к отравлению и тяжелым последствиям для здоровья. Для определения качества продуктов можно использовать следующие признаки.

**Мясо.** Свежее мясо не имеет гнилостного запаха, на срезе появляется жидкость розового цвета, при надавливании ямка быстро выравнивается, цвет жира бледно-желтый. Испорченное мясо имеет неприятный, кислый запах, его цвет темный, ямка,

образующаяся при надавливании пальцем на мясо, выравнивается медленно и не полностью, на мясе появляются белые точки или пузырьки с жидкостью.

**Колбаса.** Поверхность испорченной колбасы покрыта слизью и плесенью, от нее исходит гнилостный запах, цвет фарша сероватый.

**Рыба.** Чешуя испорченной рыбы покрывается слизью, становится грязной и легко отделяется. Жабры приобретают серый цвет, глаза западают, приобретают мутный цвет. Мякоть легко отделяется от костей, особенно от позвоночника, деформируется при надавливании пальцем.

**Консервы.** Наличие на банке вмятин, подтеков, ржавчины свидетельствует о возможной разгерметизации. Для проверки герметичности банки ее нужно опустить в воду, температура которой 70 - 80°C; если на поверхности воды покажутся пузырьки, значит консервы есть нельзя. Банки могут иметь вздутие - бомбаж. Это происходит при скоплении газов внутри банки, которые образуются в результате жизнедеятельности вредных микробов. Употреблять бомбажные консервы в пищу нельзя.

При первых признаках пищевого отравления (примерно через 2-4 часа после приема пищи) в виде внезапно появляющейся слабости, подавленности, иногда сильных болей в желудке, тошноты, рвоты надо очистить желудок от остатков пищи, вызвать рвоту, промыть желудок, потом дать активированный уголь. Все действия начинаются безотлагательно, если доставка пострадавшего врачу невозможна или требует нескольких часов. Запрещается вызывать рвоту у пострадавшего, находящегося в бессознательном состоянии. Не стоит вызывать рвоту, если с момента приема ядовитого продукта прошло более 4-х часов, т.к. это будет совершенно бесполезно. В этом случае надо дать слабительное. Перед рефлекторным вызыванием рвоты или приемом рвотных средств рекомендуется выпить несколько стаканов воды или 0,25 - 0,5 % раствора питьевой соды, или 0,5 % раствора калия перманганата (раствор бледно розового цвета), теплый раствор поваренной соли (2-4 чайных ложки на стакан воды), после чего дать пострадавшему активированный уголь (из домашней аптечки, примерный состав которой приведен в Приложении).

Активированный уголь вводят внутрь в виде водной кашицы из расчета по 10 г на прием в виде взвеси измельченного угля на 100 - 200 мл воды. Активированный уголь обладает высокой сорбционной способностью ко многим органическим веществам, в том числе и токсинам. Если необходимо, повторный прием осуществляют примерно через 20 минут. Если у пострадавшего началась рвота, то прием угля следует прекратить. Пострадавшему надо обеспечить тепло, покой и вызвать врача.

При отравлении растениями и грибами прием алкоголя или кофе противопоказан. В этом случае лучше давать воду, чай, рисовый отвар. При отравлении бледной поганкой надо срочно, провести очистительные процедуры, немедленно вызвать врача, уложить пострадавшего в постель, к ногам приложить грелку. Пострадавшему можно дать подсоленную воду, крепкий чай.

#### **4. Правила действия человека по обеспечению личной безопасности на водных объектах.**

На обширных водных пространствах России ежедневно возникают чрезвычайные ситуации, требующие проведения поиска и спасения людей, аварийно-спасательных работ. Серьезной проблемой для России продолжает оставаться гибель людей на воде. По некоторым данным, вода уносит каждый день жизни 40 россиян. Анализ причин и обстоятельств, приводящих к трагедиям, показывает, что больше половины несчастных случаев с людьми происходит во время купания в результате нарушения правил

поведения на водоемах. Четверть таких случаев возникает при пользовании маломерными судами (байдарки, лодки и др.), чуть больше 10% людей гибнет в период бурных сезонных паводков и наводнений.

Гибели людей на водоемах способствуют следующие экстремальные условия:

- купание сразу после обильного приема пищи;
- алкогольное опьянение купающегося;
- неизвестный водоем;
- большая скорость течения воды;
- наличие в водоеме водоворотов;
- быстро меняющаяся температура воды на ограниченном участке водоема;
- шторм, туман;
- возможность столкновения с плавучими средствами и полузатонувшими предметами;
- нарушение правил пользования лодками и другими плавсредствами.

Основными причинами гибели людей являются:

**СТРАХ** – это ведущая причина утопления. Возникающее в результате эмоционального стресса чувство страха, вызывает глубокие нарушения психомоторных и других функций организма. Очень часто это связано с мнимой опасностью и неуверенностью купающегося в себе, когда реальной угрозы утопления нет.

**ТЕМПЕРАТУРА ВОДЫ** – (холодная или теплая), длительность пребывания в ней и разность между температурой тела и воды; неумение плавать; физическое переутомление; болезненное состояние; купание в состоянии алкогольного опьянения, нарушение сердечно-сосудистой деятельности при нырянии на глубину (1,5-2м) в результате сдавливания или смещения органов брюшной полости увеличивающимся гидростатическим давлением; предварительная гипервентиляция при нырянии без акваланга на большую глубину; черепно-мозговые травмы, переломы позвоночника в результате удара о дно водоема или затонувшего предмета. Поэтому не стоит купаться в нетрезвом виде, прыгать с обрывов и случайных вышек, не проверив дно, устраивать в воде опасные игры, долго купаться в холодной воде, пытаться переплыть водоемы, если вы не умеете отдыхать на воде, лежа на спине или поплавком.

Если вы не умеете плавать то, не надо далеко отплывать от берега на надувных матрацах и кругах, заплывать за буйки на оборудованных пляжах. Для того, что бы избежать несчастного случая на воде, надо научиться плавать, определить постоянное место для купания, проверив его с точки зрения безопасности, пользоваться оборудованными пляжами.

Если вы пришли на пляж в первый раз, изучите правила пользования данным пляжем, которые должны быть вывешены на видном месте, обратите внимание при этом на ограничение зон заплыва и сигналы предупреждения об опасных местах.

Не меньшую опасность представляют замерзшие зимой водоемы, особенно реки в черте города, где стоки теплой воды от промышленных предприятий могут оставлять плохо замерзающие незаметные полыньи. Часто горожане любят совершать прогулки по ровному снегу, покрывающему лед русла реки. В Москве и других городах имели место случаи гибели в полынье сразу по несколько человек - одного, оказавшегося первым в полынье по неосторожности, и других, старавшихся его спасти. Чтобы такого не

случилось, никогда не ходите по незнакомому вам водоему или по тонкому льду в одиночку. Провалиться в полынью — значит подвергнуть себя смертельной опасности, особенно если это произошло там, где река глубока, так как самому выбраться из воды на лед очень трудно, но все же возможно. В таких случаях старайтесь продвинуться к тому месту, откуда вы шли, попытайтесь здесь найти достаточно крепкую ледяную закраину и, осторожно на нее опираясь, вползти на лед. Если это не удастся, что весьма вероятно, зовите на помощь, но криком предупредите спасателя, чтобы он не бросался к вам безрассудно: этим он не облегчит ваше положение, а сам может попасть в беду. Лучше, чтобы он нашел как можно быстрее веревку или длинный шест и, продвигаясь по льду лежа, бросил вам один конец веревки или дотянулся до вас шестом. Подойдет здесь и широкая доска, разместившись на которой спасатель надежнее может к вам приблизиться. Если нет никаких приспособлений для оказания помощи, то 2-3 человека ложатся на лед цепочкой, удерживая друг друга за ноги, продвигаются к пострадавшему.

Для тех, кто решил покататься на лодке, тоже есть правила безопасности. До 16 лет кататься на лодке можно только под присмотром взрослых. Прежде чем сесть в лодку, надо проверить, исправна ли она, нет ли течи, в порядке ли вёсла. На борту должны быть спасательные средства для каждого человека, черпак для вычерпывания воды и длинная верёвка или цепь для причаливания. Чтобы лодка не перевернулась, не надо её раскачивать. Нельзя вставать, меняться местами, садиться на борт и перегибаться через него. Не надо устраивать морские бои на лодках — это может плохо кончиться. Опасно подплывать близко к проходящим судам и катерам — лодку может перевернуть волной. Нельзя заплывать на лодке в места массового купания. Находясь на лодках опасно - пересаживаться, садиться на борта, перегружать лодку сверх установленной нормы, кататься возле шлюзов, плотин.

При пользовании лодкой (катамараном, водным велосипедом) запрещается:

- отплывать далеко от берега;
- вставать, переходить и раскачиваться в лодке;
- нырять с лодки;
- залезать в лодку через борт.

Старайтесь помнить и не нарушать правила поведения на воде:

- не ныряйте в незнакомых местах;
- не заплывайте за буйки;
- не выплывайте на судовой ход и не приближайтесь к судам;
- не хватайте друг друга за руки и ноги во время игр в воде;

- если вы не умеете плавать, купаться можно только в специально оборудованных для этого местах глубиной не более 1,2м.

Если вы увидели, что тонет человек, то сразу зовите на помощь спасателей и «скорую помощь». Надо громко кричать: «Человек тонет!». Если есть возможность надо бросить тонущему спасательный круг или длинную веревку с узлом на конце. Для подачи спасательного круга надо взяться за него одной рукой, второй рукой взяться за леер, сделать 2-3 круговых размаха вытянутой рукой на уровне плеча и бросить круг плашмя в сторону пострадавшего так, чтобы он упал справа или слева от человека на

расстоянии не более 0,5-2,0 м. Подача круга с катера осуществляется со стороны борта, который находится ближе к утопающему. С лодки, круг лучше всего подавать в сторону кормы или носа для того, что бы лодка не опрокинулась. Бросать круг прямо на утопающего не рекомендуется, так как он может ударить человека по голове или перелететь через него. Иногда к спасательному кругу привязывают конец Александрова, с помощью которого пострадавшего подтягивают к плавсредству.

Для подачи утопающему конца Александрова спасатель малую петлю конца надевает на запястье левой руки и в ней же держит большую часть витков. Взяв правой рукой три-четыре витка с большой петлей, он делает несколько широких размахов и бросает шнур утопающему с таким расчетом, чтобы тот мог ухватиться за поплавки или за шнур. Пострадавший должен подтягиваться к берегу (плавсредству) осторожно, без рывков. Конец Александрова можно бросить на расстояние до 25м.

Если вы уверены в себе и хорошо плаваете, попробуйте вплавь добраться до тонущего человека. Подавленный страхом человек, не способен трезво оценить обстановку, он делает бессмысленные движения, быстро слабеет и тонет. Для того чтобы оказать помощь утопающему, необходимо хорошо плавать и нырять, знать и правильно применять приемы спасения, освобождения от захватов и буксировки пострадавшего. Плыть лучше кролем, так как этот стиль плавания позволяет развить наибольшую скорость. При нахождении в воде спасатель должен уметь противостоять опасным факторам, характерным для водоемов. Особенно опасны для спасателя и пострадавшего судороги, вызванные охлаждением тела или переутомлением мышц. При судорогах кистей рук нужно резко сжимать пальцы в кулаки и разжимать их. Если свело одну руку, следует лечь на бок и работать другой рукой под водой. При судорогах мышц живота необходимо, лежа на спине, энергично подтягивать колени к животу. Если свело икроножную мышцу, следует, вытянув ногу над поверхностью воды, энергично подтягивать руками стопу к себе. При судорогах мышц бедра надо, резко согнув ногу в колене, сильно сжать пятку руками. Опасность представляют собой и водоросли: запутавшись в них, можно захлебнуться. Зацепившись за них, необходимо, не делая резких движений, попытаться освободиться свободной рукой и осторожно покинуть опасное место.

Попад в водоворот, человек должен, быстро и глубоко вдохнув, погрузиться в воду, сделать рывок в сторону (по течению) и всплыть на поверхность. Оказавшись на волне, надо следить, чтобы вдох приходился на промежуток между ударами волн. Плывая против волны, необходимо спокойно подниматься и скрываться под ней. При большой волне нужно глубоко вдохнуть и нырнуть под нее.

Ни в коем случае нельзя давать схватить себя утопающему, так как тонущий от страха готов уцепиться за любой плавающий рядом с ним предмет. Поэтому к пострадавшему всегда следует подплывать сзади. Если сделать это невозможно, то необходимо поднырнуть под утопающего, захватить левой рукой под колено его правую ногу, а ладонью правой руки сильно толкнуть левое колено спереди и развернуть пострадавшего спиной к себе. Этот прием применяют в тех случаях, когда пострадавший совершает беспорядочные движения или оказывает сопротивление спасателю. Оказавшись за спиной пострадавшего, спасатель пропускает свою правую руку под мышку его правой руки и, крепко захватив его руку и плечо, всплывает с ним на поверхность. При буксировке с захватом за волосы или воротник спасатель, захватив рукой волосы или воротник одежды пострадавшего, плывет на боку, работая свободной рукой и ногами. Буксировать человека надо выпрямленной рукой, поддерживая его голову над поверхностью воды, так, чтобы вода не попала в дыхательные пути. Спасая человека на воде, нужно действовать обдуманно, осторожно, трезво оценивая сложившуюся ситуацию, не теряться в случае опасности. Следует правильно учитывать

расстояние до утопающего, скорость течения, наличие спасательных средств, волнение воды и т.д. Если утопающий ушел под воду – постарайтесь запомнить это место, ориентируясь на предметы, расположенные на берегу. Все действия по реанимации пострадавшего следует проводить на берегу. Реанимация в воде не эффективна. Прежде, чем начать реанимацию обязательно попросите окружающих вызвать скорую помощь. Если пострадавший в сознании (как правило пострадавший находится на поверхности воды, нарушения дыхания и кровообращения нет), то с него надо снять мокрую одежду, растереть его спиртом, тепло укутать и дать горячее питье (обязательно согревание: массаж, растирание конечностей). Если пострадавший не дышит, то надо осмотреть ротовую полость и глотку. Если надо – очистить от инородных тел пальцем, обернутым носовым платком, марлей, салфеткой. Удалить воду из дыхательных путей (пострадавшего кладут на бедро согнутой ноги спасающего). Голова пострадавшего опущена вниз. Ударом ладони между лопаток, или путем сжатия грудной клетки пострадавшего удаляют воду. На эту операцию отводится 10-15 секунд. После этого начать искусственное дыхание методом “изо рта в рот” и “изо рта в нос”. Показателем правильного выбранного объема вдыхаемого воздуха является максимальное движение грудной клетки пострадавшего.

Если вы пришли к воде с детьми, то помните, что дети – это объект постоянного внимания. Поэтому никогда не оставляйте детей без присмотра возле воды, не разрешайте им купаться в незнакомых местах, прыгать с обрыва, далеко заплывать. Если ребенок не умеет плавать, не разрешайте ему заходить в воду без надувных кругов и дальше чем по пояс.

## **5. Правила действия человека по обеспечению личной безопасности в походе и на природе.**

Ежегодно в выходные и праздничные дни, во время каникул многие жители городов и поселков отправляются в пешеходные, велосипедные, лыжные, водные походы с целью освоения новых районов и маршрутов, повышения спортивного мастерства, отдыха и оздоровления, отработки практических навыков поведения, действий, выживания в условиях ЧС, испытания оборудования, проведения научных наблюдений, сбора коллекций. В походах туристы всех возрастов изучают Родину, окружающую природную среду, вырабатывают необходимые моральные и физические качества, закаляют свой организм, учатся преодолевать трудности, использовать законы взаимовыручки и коллективизма.

ПОХОД - это новые, незабываемые впечатления, сплочение участников группы, решение сложных, а порой и опасных задач. Он требует от всех участников глубоких знаний, практических умений, навыков безопасного поведения в экстремальных ситуациях. ПОХОД - это активный, интересный, полезный вид отдыха. Поход - это радость общения с природой. Это новые друзья, встречи, знакомства, взаимовыручка, взаимопомощь, совместное преодоление трудностей. Это напряженный труд, дисциплина, режим.

Главными слагаемыми успеха и безопасности участников группы в походе являются: тщательная подготовка к нему. Это и выбор маршрута, и предпоходная тренировка, и наличие необходимого оборудования, снаряжения, продуктов питания. В походе должно быть обеспечено четкое руководство, соответствие физической подготовки участников требованиям маршрута, умение преодолевать трудности, находить выход из сложных и опасных ситуаций похода, умение оказывать помощь пострадавшим. Если вы идете за город даже на один день, захватите с собой карту или схему местности, компас, спички, нож. Полезно иметь с собой небольшой неприкосновенный запас продуктов: плитку шоколада, изюм, орехи, сало.

В походе и на природе полезно соблюдать правила безопасности, чтобы приятная прогулка или поход не превратились в серьезную проблему выживания в непривычных условиях. Так в походе запрещается:

- не выполнять указаний руководителя;
- самостоятельно покидать группу;
- самостоятельно предпринимать какие-либо действия;
- приносить вред окружающей природной среде;
  - разрушать птичьи гнёзда, муравейники, брать из гнёзд яйца и птенцов, трогать детёнышей животных;
- бесцельно убивать зверей, птиц, рыбу, змей, лягушек.

Если вы идете в поход на несколько дней, то помните правила установки палаток. Нельзя ставить палатку под нависшими ветками деревьев, в непосредственной близости от легковоспламеняющихся предметов и растений, на лавина- камнепада- селеопасных участках, у скал, карнизов, снежных мостов и козырьков, рядом с сухими, подгнившими, дуплистыми деревьями, в непосредственной близости от воды, на отмели, косе или морене, в высохшем русле реки, в густом кустарнике, в камыше, тростнике, под крутыми земляными откосами, на краю обрыва или высокого берега, под линией электропередачи. Заднюю стенку палатки необходимо располагать в сторону преобладающих ветров. Вход в палатку не должен располагаться в сторону оврага, ямы, обрыва, воды, что исключить травмирование в (случае выхода туриста из палатки ночью). Наличие топора в туристской группе является обязательным условием похода. С его помощью выполняется широкий круг различных работ: заготовка дров, установка палатки, расчистка пути, прорубание льда, забивание гвоздей, вскрытие металлических банок с продуктами. Чтобы топор не причинил травму при его использовании, он не должен соскакивать с топорща, быть исправным и острым. Топор нельзя носить его за поясом, бросать другому участнику похода, т.к. это может привести к очень серьезной травме.

#### **Если вы заблудились в лесу:**

Надо немедленно остановиться и присесть. И больше ни делать, ни одного шага, не подумав. Определите, сколько времени вы двигались, постарайтесь вспомнить свой путь. Если ориентиров нет, нужно постараться влезть на самое высокое дерево – взгляд с высоты помогает и не в таких проблемах. Если это не удастся, постарайтесь вспомнить знакомые ориентиры. Лучше всего протяженные и шумные: железную дорогу, судоходную реку, шоссе. Осмотритесь вокруг, прислушайтесь к звукам. Выйти к людям помогают звуки — работает трактор, лает собака (выходить необходимо на звуки, шум). Запомните зоны слышимости, км:

- шум поезда – 10 км;
- паровозный гудок – 10 км;
- автомобильный гудок – 2-3 км;
- лай собаки, ржание лошади – 2-3 км;
- крик человека – 1-1,5 км;

шум грузовой машины – 0,5-1,5 км.

Помогает запах дыма: тут надо двигаться против ветра. Ищите тропу, дорогу, ручей, реку - они ведут к жилью. При выходе на тропу, дорогу двигайтесь по направлению следов, при выходе к реке, ручью двигайтесь вниз по течению. Ручей выведет к реке, река – к людям.

### **Если вы отстали от группы.**

Не сходите с тропы, лыжни. Остановитесь на развилке тропы и ждите, когда за вами придут. Если погода ухудшилась, разведите костер и постройте временное укрытие. Но самое надежное - взять за правило, прежде чем войти в лес, посмотрите карту или хотя бы нарисованный от руки план местности. Запомнить ориентиры. Это займет не больше пяти минут, а чувствовать себя в лесу вы будете гораздо увереннее (разумеется, еще лучше перерисовать план и взять с собой). Очень полезно время от времени ориентироваться на местности — смотрите на это как на тренировку внимания. Есть множество способов определить части света.

Например, ночью по Полярной звезде. Когда вы на неё смотрите, то стоите лицом на Север. Чтобы найти Полярную звезду, надо через две крайние звезды ковша Большой Медведицы мысленно провести прямую и отложить на ней пятикратное расстояние между этими звездами. В конце линии и будет звезда, которая почти неподвижно «висит» круглый год над Северным полюсом и, следовательно, покажет север.

В полночь (если у вас с собой часы с местным временем) можно узнать сторону света по Луне. В своей первой четверти («растет») Луна находится в этот час на западе, в полнолуние в этот час — на юге, в последней четверти (серп месяца похож на букву С – на востоке. Также по часам легко определить направление север — юг днем, по Солнцу. Для этого расстояние между цифрой 12 на циферблате и часовой стрелкой, направленной на Солнце, надо разделить пополам. Если через эту точку и центр часов провести условную прямую, то ее конец, направленный в сторону Солнца, будет показывать юг. Есть и менее точные приметы, которые все же позволяют выбрать верное направление. Например, муравейники всегда располагаются с южной стороны деревьев. Мох предпочитает северную сторону. Годовые кольца на спиле пня отдельно стоящего дерева расположены неравномерно: с южной стороны они обычно толще. Во время движения надо чаще себя проверять: запоминать ориентиры, оставлять зарубки. Без зрительных ориентиров человек в лесу начинает кружить, так как правая нога делает шаг всегда чуть шире левой. Чтобы избежать этого, прямую линию надо мысленно проводить между двумя ориентирами впереди. Дойдя до одного (например, дерева), тут же выбрать следующий ориентир. Прямая линия, таким образом, будет непрерывной.

Выживание в тайге — отдельная наука, и, полагая, что случайно оказаться там неподготовленный человек может в самом редчайшем случае, мы имеем в виду, что вы можете заблудиться в «среднем» лесу России. Так вот, в таком лесу тоже есть хищники, и их можно встретить. Разумеется, они встречаются довольно редко и, чуя человека задолго до того, как тот может его увидеть, обычно уходят. Поэтому не ищите сами встречи с животными (опасен и лось, и олень, и лисица, которая может оказаться больной бешенством и укусить), и, если вы случайно на них наткнетесь, дайте возможность уйти. Иногда животные нападают на человека — если они ранены, испуганы неожиданностью, защищают детенышей. При явно агрессивном поведении можно использовать в качестве защиты огонь и шум (кричать, свистеть, громко стучать палкой о дерево).



## **6. Правила действия человека по обеспечению личной безопасности в транспорте**

Ежегодно в нашей стране в дорожно-транспортных происшествиях (ДТП) погибают около 30 тыс. и получают травмы 150 тыс. человек. Особенно опасна дорога зимой: по данным полиции России, на зимние месяцы приходится 60% происшествий всего года.

### **Находясь в метро, старайтесь придерживаться следующих правил.**

1. При движении на эскалаторе держитесь за движущийся поручень, так как возможна резкая аварийная остановка эскалатора. Если с Вами ребенок, придерживайте его и следите, чтобы он не засовывал пальцы под поручень.

2. На платформе не стойте слишком близко от ее края, особенно если рядом много людей. В противном случае Вас могут случайно столкнуть на рельсы.

3. Если Вы уронили на рельсы какой-то предмет, сообщите об этом дежурному. Он поднимет его с помощью специального приспособления.

4. Подходите к дверям вагона только после остановки поезда и выхода пассажиров. Иначе толпа, выходящая из вагона, унесет Вас от поезда. Соппротивление в этих условиях не исключает получения травм.

5. По возможности выбирайте центральные вагоны состава. В случае аварии они страдают гораздо меньше, чем головные и хвостовые.

6. В вагоне обращайте внимание на оставленные сумки, портфели, свертки, игрушки, банки и другие бесхозные предметы. В них могут находиться взрывные устройства. Немедленно сообщите о них машинисту поезда. Не открывайте их, не трогайте руками. Предупредите стоящих рядом людей о возможной опасности.

7. Если вагон сильно задымлен, закройте органы дыхания мокрым платком и попытайтесь выбраться из вагона. Посмотрите, с какой стороны проходит токоведущий короб, и двигайтесь по противоположной стороне тоннеля по направлению движения дыма. В случае невозможности лягте на пол. Дым преимущественно скапливается сверху.

При пользовании наземным транспортом избегайте в темное время суток пустынных остановок. Ожидая автобус или трамвай, рекомендуется стоять на хорошо освещенном месте, рядом с другими людьми. Когда транспорт подходит, не старайтесь встать в первом ряду нетерпеливой толпы – могут вытолкнуть под колеса. Если рейсовый автобус ходит с большими промежутками, запомните расписание, чтобы не стоять на остановке слишком долго. Если вы находитесь в автобусе, трамвае, троллейбусе, то старайтесь не засыпать во время движения и надолго не заглядывайтесь в окно, если на полу стоит ваша сумка или чемодан. Лучше сидеть лицом в сторону движения: так Вы можете следить за ситуацией на дороге, при этом также меньше риск получить травму в случае аварийного торможения или столкновения. Не засыпайте во время движения: опасно не столько проспать свою остановку, сколько получить травму при резком торможении или маневре. Не прислоняйтесь к дверям, по возможности избегайте езды на ступенях и в проходе. Не стойте около дверей, так как именно здесь Вы вероятнее всего можете быть ограблены кем-то из выходящих. Если есть возможность - пользуйтесь проездным билетом: он избавляет от дополнительного передвижения по салону, а это уже хорошо.

Избегайте пустых автобусов и трамваев, троллейбусов и вагонов метро. Если все же приходится ехать поздно, то садиться лучше около водителя, причем не у окна, а ближе к проходу, чтобы к вам неудобно было подсесть. Если, несмотря на это подозрительный незнакомец хочет сесть рядом, пропустите его к окну или пересядьте.

Женщинам рекомендуется садиться рядом с другими женщинами. А если в салон вошел явно развязный пассажир, отвернитесь от него, не встречайтесь с ним глазами. После выхода из салона лучше подождать, пока транспорт отъедет, и лишь потом переходить улицу. Стоящий автобус или троллейбус обходите сзади, трамвай - спереди. Целесообразнее сидеть по правому борту транспортного средства: он более безопасен в плане потенциального столкновения с встречными машинами.

При поездках в электричке, особенно в вечернее время лучше садиться в вагон, где традиционно скапливаются пассажиры. Если вы опасаетесь хулиганов - садитесь ближе к пульту вызова милиции или на крайний случай к стоп-крану (он находится в тамбуре). Однако стоять в тамбуре и проходах, курить - не рекомендуется.

Если в вагоне, куда вы уже вошли, обнаружили расположившуюся пьяную компанию, спокойно проходите в следующий по ходу движения вагон. Не отвечайте на вызывающие реплики, не встречайтесь глазами с развязными пассажирами. Будьте готовы дать отпор, но не показывайте испуга или раздражения, будьте внешне равнодушны. Если вместе с вами вышел человек или группа, угрожавшая вам, сразу обратитесь к кассиру или дежурному по станции, полицейскому. Попросите связаться с полицией, скажите о приметах угрожавшего, не уходите со станции, пока не убедитесь, что вам ничто не угрожает. Если есть возможность — позвоните (или попросите позвонить работника станции), чтобы вас встретили.

При переходе улицы не отпускайте от себя детей. Не ходите с ними на красный свет (без них - тоже). Пользуйтесь подземными переходами. В ожидании зеленого сигнала для перехода не стойте у края тротуара, а в ожидании автобуса - у края автобусной остановки. Помните, что ходить можно только по тротуарам, а если тротуара нет, нужно идти лицом к движению: тогда не только водитель видит вас, но и вы – водителя. Переходя улицу, сначала нужно посмотреть налево, а на середине — направо; на дороге расстояние зависит от скорости, поэтому научитесь рассчитывать, когда до машины будет далеко, а когда близко. Опыт показывает, что лучшим способом самозащиты от (ДТП) – это соблюдать правила дорожного движения. Если же вы стали свидетелем ДТП, то помните, что обстановка на месте ДТП может сложиться очень сложной, особенно в темное время суток, когда не сразу можно понять, что же произошло. Однако в любой ситуации важно не терять самообладание и действовать хладнокровно, решительно и обдуманно.

**Если случилось ДТП, то алгоритм ваших действий может быть таким:**

1. Сообщите в ГИБДД и лечебное учреждение и о месте и характере ДТП и числе пострадавших.
2. Попытайтесь извлечь пострадавших из столкнувшихся или опрокинувшихся автомобилей. При этом надо действовать очень осторожно и осмотрительно, так как грубое применение физической силы по вытаскиванию пострадавшего могут нанести ему дополнительную травму, которая может стать причиной смерти.
3. Произведите осмотр пострадавших, при необходимости окажите им первую медицинскую помощь, используя автомобильную медицинскую аптечку и подручные средства.
4. Примите меры по доставке пострадавших в ближайшее лечебное учреждение.

Если вы стали участником ДТП, то полезно придерживаться следующих правил поведения:

- сохраняйте самообладание в любой ситуации;
- пассажиры должны быстро сгруппироваться, лечь на пол или на сидение, защитить голову руками, накрыть детей своим телом, напрячь мышцы;

- покиньте автомобиль только после полной его остановки;
- не покидайте автомобиль в процессе движения из-за высокой вероятности травмирования или гибели;
- постарайтесь самостоятельно выбраться из автомобиля и помочь всем пострадавшим покинуть автомобиль. В случае невозможности это сделать успокойтесь, не делайте резких движений, примите оптимальную позу, позовите на помощь, ждите спасателей;
- покиньте автомобиль через двери, окна, люки. Если вам мешают стекла, их нужно разбить. После аварии постарайтесь оценить обстановку, положение транспортного средства, наличие реальных факторов опасности;
- определите степень травмирования и состояние всех участников ДТП;
- отойдите на безопасное расстояние от места ДТП;
- вызовите сотрудников ГИБДД, спасателей, пожарных, медиков. Окажите самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- при возникновении пожара постарайтесь погасить огонь подручными средствами или вызвать специалистов;
- сохраните все следы аварии до прибытия сотрудников ГИБДД;
- при падении автомобиля в воду постарайтесь покинуть его как можно быстрее, до полного погружения в воду;
- в случае попадания автомобиля в лавину дождитесь ее остановки, обеспечьте безопасность и выживание в сложившихся условия.

### **7. Правила обращения с бытовыми приборами и электроинструментом.**

При работе с бытовыми приборами и электроинструментом надо помнить, что неправильная их эксплуатация или использование неисправных приборов могут нанести человеку очень тяжелые как механические травмы, так и поражение электрическим током. Поэтому надо соблюдать правила техники безопасности, а также не следует нарушать правила эксплуатации приборов и электроинструментов, которые, как правило, указываются в сопроводительных документах.

Опасность воздействия электрического тока на организм человека зависит от времени воздействия, силы тока, величины напряжения, электрического сопротивления, состояния и индивидуальных свойств человека и ряда других факторов.

Особенность поражения электрическим током заключается в отсутствии внешних признаков грозящей опасности, т.к. человек не может увидеть, услышать, обонять или как-то заблаговременно обнаружить возможность поражения. Электрический ток, проходя через организм, может вызвать термическое, электролитическое и биологическое действие, местные или общие электротравмы. Ток силой от 8-10 мА уже реально опасен, т.к. при его действии человек не может самостоятельно освободиться от контакта с токоведущим проводником. Ток в 100 мА приводит к остановке сердца и нарушению работы органов дыхания. Отрицательное действие тока зависит и от факторов окружающей среды (влажности, температуры и др.).

Защитой от напряжения, появившегося на корпусах электроустановок в результате нарушения изоляции, являются защитное заземление, зануление и защитное отключение.

Заземлению и занулению подлежат корпуса электрических машин, трансформаторов, аппаратов, светильников, приводов электрических аппаратов, каркасы распределительных щитов, щитов управления, кабельные муфты, металлические корпуса передвижных и переносных электроприемников.

## **8. Правила содержания домашних животных и поведения с ними на улице.**

### **Действия при укусе животными.**

Человека могут укусить домашние и дикие животные, насекомые, пресмыкающиеся, рыбы. Как правило, укусы приводят к нарушению кожных покровов, образованию ран, повреждению кровеносных сосудов и обильному кровотечению, разрыву внутренних органов, мышечной, а порой и костной ткани, заражению крови. Во рту животных всегда находится большое количество микробов, которые при укусе попадают в кровь человека и могут вызвать инфекционные заболевания, чаще всего столбняк и бешенство.

Наиболее часто человека кусают домашние животные - собаки, кошки, хомяки, нутрии, свиньи, лошади. Домашние животные могут укусить человека практически в любой ситуации, - на улице, в доме, в автомашине. Наибольшую опасность и агрессивность животные проявляют во время приема пищи, защищая свою территорию, отвечая на причиненную боль.

В общественных и многолюдных местах собаку нужно выгуливать в наморднике и на поводке. Безопасность окружающих от нападения собаки должен обеспечивать ее хозяин. Он несет полную ответственность за поведение и действия собаки. Более 90% укусов животных приходится на укусы собак, при этом чаще других страдают дети, которые доверчиво подходят к собакам, беспокоят их, причиняют боль. Кроме зубов, у собаки есть грозное оружие - когти. Она умело ими пользуется, царапая открытые участки тела. Глубокие царапины вызывают боль, повреждение кожных покровов и мышечной ткани, обильное кровотечение. На когтях всегда имеются грязь, остатки пищи, микробы, которые попадают в организм человека и вызывают инфекционные заболевания.

Большую опасность представляют собой голодные, бродячие, одичавшие, больные собаки. Если человека укусила "незнакомая" собака, то необходимо принять меры по оказанию ему помощи: остановить кровотечение, промыть и продезинфицировать рану, наложить повязку, доставить пострадавшего в больницу. Иногда поведение собак не поддается анализу: отмечены случаи нападения собак на хозяев, в результате которых погибали хозяева, собаки поедали малолетних детей, оставленных без присмотра, нередки случаи неожиданного нападения собак, выбежавших на улицу при открывании калитки, двери квартиры, дверец автомобиля.

Собака чаще всего нападает на движущегося человека. Атакуя человека, собака может сбить его с ног за счет своей массы и кинетической энергии.

Собаки больших размеров: овчарки, доберманы, лабрадоры, ротвейлеры, доги кусают, как правило, за части тела, расположенные выше пояса. Небольшие собаки кусают за ноги.

Для того чтобы избежать укусов собаки необходимо соблюдать следующие правила:

- не приближаться к собаке, у которой нет намордника, лучше обойти ее стороной;
- не тревожить собаку во время приема пищи и сна;
- не прикасаться к чужой собаке, не пытаться брать ее на руки, не кормить;
- не подходить к собаке сзади, не прикасаться неожиданно к ней;
- не приближаться к собаке, которая находится на привязи (цепи);

- не подходить к вольеру, в котором находится собака, не просовывать к ней рук;
- держаться при неожиданном появлении собаки уверенно, без страха. Если вы боитесь собаки, то она набросится на вас. Если вы не боитесь ее, то она будет рычать и скалить зубы. Нужно быть спокойным.

- не проявлять активных и агрессивных действий по отношению к хозяину собаки;
- никогда не убегать от собаки;
- при внезапной встрече с собакой не терять чувство самообладания;
- не замахиваться на собаку рукой, палкой, другим предметом, не дразнить собаку;
- не подходить к собаке при подготовке или сразу после спаривания;
- не трогать щенков;
- уступать дорогу собаке и ее хозяину в узком коридоре, проходе, лифте;
- не смотреть пристально в глаза собаке, не улыбаться, не показывать зубы.

Если избежать нападения собаки не удалось, то необходимо выполнить следующее:

- бросить в сторону собаки какой-либо предмет (вещь), это отвлечет ее на некоторое время;
- постараться как можно глубже проникнуть рукой в пасть (горло) собаки;
- использовать газовый баллончик;
- защитить свое горло, лицо, шею;
- использовать для защиты подручные средства: палку, зонт, портфель, трубу, камень и с их помощью отогнать собаку. Удары нужно наносить по голове, челюсти, носу, в пах. Перед прыжком собака приседает, в этот момент нужно прижать подбородок к груди, защитить горло, выставить вперед руки; удерживать собаку за шею, шерсть и обездвижить (связать) её;
- влезть на дерево или спрятаться в укрытие (во дворе, за забором, в доме, в автомобиле), пытаться остановить собаку громкой командой «Фу», «Сидеть», «Лежать»;
- нельзя криком привлекать внимание прохожих, полиции;
- схватить собаку и бросить ее в воду, ударить о землю или дерево, столб; загнать собаку во двор или в помещение.

Чтобы удержаться на ногах, нужно стать спиной к дереву, стене, забору. Если есть возможность в момент нападения собаки укрыться за эту преграду. Собака будет вынуждена остановиться и потерять время. Если собака сбита человека с ног, то необходимо быстро лечь на живот, руками закрыть голову и шею. Напавшую на человека собаку нельзя жалеть: ее нужно ударить любым тяжелым предметом, ножом или даже застрелить.

**НЕЛЬЗЯ:** заигрывать с незнакомой собакой, даже если она кажется вам дружелюбной. Подходить к собаке, когда она ест. Показывать свою боязнь. Попытаться убежать. Поворачиваться к собаке спиной.

Укушенные раны характеризуются не только обширными и глубокими повреждениями, но и тяжелой инфицированностью из-за большого содержания микробов и вирусов в слюне человека или животного. Укушенные раны не относятся к легким, и

зашивать их не рекомендуется. В них часто возникают осложнения ввиду развития нагноения. В случае укушенных ран пострадавшему обязательно проводят прививки от столбняка и бешенства.

В случае укуса или нанесения раны когтями необходимо:

- обеспечить выход небольшого количества крови из раны;
  - обеспечить обильное промывание раны мыльным раствором или раствором марганцовки или перекисью водорода;
- обработать окружность раны йодом или зеленкой;
- наложить чистую повязку;
- доставить пострадавшего в лечебное заведение;
- провести иммунизацию пострадавшего против столбняка и бешенства.

**БЕШЕНСТВО** - тяжелое вирусное инфекционное заболевание теплокровных животных человека, которое поражает центральную нервную систему. Основными переносчиками бешенства являются дикие, бродячие и, домашние животные. Надо держаться подальше от животных, которые ведут себя не так как обычно.  
Бешенные животные:

- не убегают от людей;
- нападают без всякой причины;
- изо рта животного обильно течет слюна и пена;
- животные, ведущие ночной образ жизни, бодрствуют днем.

Основными переносчиками бешенства в России являются лисы, волки, куницы, реже собаки или кошки, еноты. Крайне редко бешенством болеют белки, зайцы, бурундуки, крысы и мыши. Летучие мыши также могут передавать это заболевание человеку при укусе. Но наибольшую опасность представляют собаки и кошки, т.к. они постоянно находятся рядом с человеком. По локализации укусов опаснее всего ранения головы и верхних конечностей. Заболевание бешенством происходит не только при укусе больными животными, но и в результате попадания их слюны на поврежденную кожу или слизистые оболочки. Инкубационный период при заболевании бешенством колеблется от 10 дней до года. Чаще заболевание развивается через 20-60 дней после укуса. В случае несвоевременного обращения за помощью больные бешенством лечению не поддаются и умирают. Основным профилактическим мероприятием является прививка от бешенства. В каждом случае укуса необходимо срочно обратиться к врачу для первичной обработки раны и принятия решения о лечении.

Укусы змей. При укусе змеи надо сразу же попытаться отсосать яд из ранки. Яд отсасывают ртом, быстро выплевывая яд и кровь. Большинство врачей полагают, что это имеет смысл делать только в первые три минут после укуса. Примерно через 2-3 минуты к месту укуса притронуться будет невозможно.

Что касается пользы надреза для удаления яда, то здесь мнения специалистов расходятся. Большинство специалистов считают, что надрезов делать не нужно. Рану надо обработать йодом, спиртом, зеленкой, наложить стерильную повязку. При нарастании отека, повязку следует ослабить, чтобы она не врезалась в мягкие ткани. Пострадавшему

надо обеспечить полный покой. Если укус пришелся на конечность, то её надо шинировать, что бы обеспечить полную неподвижность этой конечности. Нельзя накладывать жгут и давать алкоголь при укусе змеи. Пострадавшему следует давать обильное питье: воду, чай, молоко, кисель, бульон и пить маленькими глотками. Кофе давать не следует. При необходимости, следует провести реанимационные мероприятия: искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Пострадавшего следует как можно быстрее доставить в лечебное учреждение.

## 9. Способы предотвращения и преодоления паники и панических настроений в условиях ЧС.

**Паника** – от греческого (panikon), означает «нагоняемый богом лесов Паном ужас». Паника - это состояние ужаса, сопровождающееся резким ослаблением волевого самоконтроля, возникающее как следствие либо дефицита информации о какой-то пугающей или непонятной ситуации, либо ее чрезмерного избытка, и проявляющаяся в стихийных импульсивных действиях. Паника бывает массовая и индивидуальная. Паникер – человек, сеющий панику. Основная причина возникновения паники - не только внезапность возникновения события, устранившего группу людей, но и боязнь оказаться в безвыходном положении, ощущение того, что пути спасения либо крайне ограничены, либо могут быстро пропасть. Считается, что паника - это одна из форм поведения толпы. Большинство определений паники связано с проявлением массового страха перед реальной или воображаемой угрозой, состоянием периодического испуга, ужаса, нарастающих в процессе взаимного заражения ими.

Характерные действия при панике - неуправляемый, устремленный в никуда бег, хаотичные, беспорядочные действия, неадекватные поступки (выпрыгивание из окон горящего дома, спасение какой-нибудь куклы вместо драгоценностей, хватание теплой шапки при выбегании на мороз при практически голом теле и т.п.).

Поведенческая паника (панические настроения) - это не эмоциональная вспышка, а осмысленные и насыщенные переживания тревоги, страха, растерянности, поспешные решения и действия, которые не всегда адекватны угрозе или причине побуждающей их. Поведенческая паника, возникнув не сразу, потом как лавина, развивается по нарастающей и прекращается постепенно (паника на бирже, продуктовых рынках, при переселении и т.п.). Паническое расстройство, панические атаки - неожиданно возникающий и быстро, в течение нескольких минут нарастающий, комплекс вегетативных расстройств (сердцебиение, стеснение в груди, ощущение удушья, нехватки воздуха, потливость, головокружение, сочетающееся с ощущением надвигающейся смерти, страхом потери сознания или потери контроля над собой, сумасшествия). Продолжительность панических атак варьирует в широких пределах, хотя обычно не превышает 20-30 минут.

По масштабам различают индивидуальную панику (1- 2 чел.), групповую (2-30 чел.) и массовую (тысяча и более чел.). Массовой можно считать панику, когда в ограниченном пространстве (здание, самолет, корабль и т.п.), ею охвачено большинство находящихся там людей. Единого рецепта пресечения паники нет. Очень важно, чтобы формальные и неформальные лидеры коллективов могли своевременно предупредить людей о серьезной опасности, спокойно призвать к организованным действиям, давать личный пример поведения. Важно прервать возбужденное состояние, успокоить людей или, наоборот, вывести их из состояния оцепенения, активизировать их действия.

Вместе с тем, в принципе, какая-либо целенаправленная тренировка и подготовка к предотвращению паники, практически, невозможна, так как место и время ее возникновения непредсказуемо. Важно, чтобы в коллективе были морально подготовленные лица, которые могли бы распознать индивидуальную панику, предотвратить ее распространение в массовом

масштабе, т.е. в самом начале.

Следовательно, необходим в каждом коллективе, иметь хотя бы, несколько человек с устойчивой психикой, кто бы ни поддавался панике и остановил первых побежавших, принял бы другие энергичные меры.

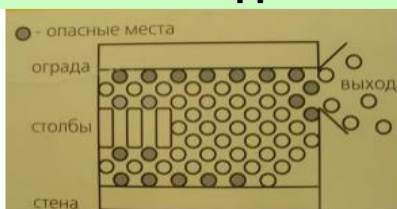
Наиболее эффективными являются меры, когда они проводятся в начальной фазе, ибо в этот момент массы более всего поддаются внушению. Важно своевременно оповестить об опасности, дать точные и конкретные советы и указания, как вести себя в данной ситуации.

Возможными мероприятиями для предотвращения паники могут быть:

- своевременное определение очагов напряжения;
- спокойная, деловая, постоянная информация, без драматизации;
  - четкое управление, постоянный контакт с оперативными и вспомогательными силами;
- простые и понятные указания о действиях, создание “островков спокойствия”;
- разрядка ситуации путем передачи музыки или проведения других отвлекающих маневров и занятий (упаковка вещей для эвакуации, уход за детьми, старшими людьми и т.д.);
- изоляция паникеров и распространителей слухов, противодействие слухам путем непрерывной передачи сообщений об обстановке.
- открытие запасных выходов, управление потоками людей, организация мобильных групп, постановка им задач.
- исключение из обихода слов **паника, катастрофа, опасно для жизни.**
- отстранение неумелых руководителей.
- изолирование кричащих, успокоение душевнобольных.



## Основные действия в толпе. Двигайся вместе с общим потоком людей.



Сними все, что повязано вокруг шеи, застегни все пуговицы и молнии.

Держись по возможности дальше от стен, столбов, деревьев и оград. Ни в коем случае не хватайся за них.



Старайся не упасть.

В случае падения свернись клубком в направлении движения толпы, защити голову руками.

Освободи руки от всех предметов, согни в локтях, прикрой ими грудь.

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ТОЛПЕ



Не занимайте мест близко к стенам, в углах зала, откуда затруднено бегство и где есть опасность быть раздавленным толпой.

Избегайте больших скоплений людей. Не присоединяйтесь к толпе, как бы ни хотелось посмотреть на происходящие события.



## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ТОЛПЕ



Дети должны идти впереди взрослых.  
**Заслоняйте детей спиной или посадите их себе на плечи.**

Остерегайтесь **быть в центре и с края толпы**. Любыми способами **старайтесь удержаться на ногах**.



## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ТОЛПЕ



В случае давки **глубоко вдохните и разведите согнутые в локтях руки чуть в сторону**, чтобы грудная клетка не была сдавлена - вы сможете амортизировать давление толпы и **защитить себя от сдавливания**.

Не расслабляйтесь и не позволяйте себя сдавить. Если толпа велика, то лучше смириться и **позвольте ей нести вас по направлению движения**.



# ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ И МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ В МЕСТАХ БОЛЬШОГО СКОПЛЕНИЯ ЛЮДЕЙ



Если началась **суматоха** или вы заметили активное передвижение сотрудников спецслужб в определенном направлении, **идите в другую сторону.**

Старайтесь **не поддаваться панике**, что бы ни произошло.



сигнализация или имеются признаки возникновения пожара, сохраняйте спокойствие и выдержку



Позвоните в пожарную охрану 01 или 112



Наклоните корпус назад, сдерживая напор толпы. Держите пространство впереди себя



Не поднимайтесь на верхние этажи и не уходите в удаленные от выхода помещения



Если пути выхода закрыты, ждите пожарных и сигнализируйте о себе любыми способами



попытайтесь определить место возникновения опасности



Без паники покиньте помещение согласно эвакуационным указателям



Двигаясь в толпе, согните руки в локтях и прижмите их к бокам



Не входите в места концентрации дыма

# Действия руководителя при пожаре

Ответственность за организацию пожарной безопасности несет  
руководитель предприятия

В случае возникновения возгорания или пожара, руководитель  
предприятия обязан:

1



Немедленно сообщить об этом по телефонам **101** или **112** (при этом необходимо назвать адрес, место возникновения пожара).

2



Организовать оповещение персонала.

3



Принять (по возможности) меры по эвакуации людей, тушению пожара и сохранности материальных ценностей.

4



Организовать встречу подразделений пожарной охраны и окажите помощь в выборе кратчайшего пути для подъезда к очагу пожара.



7



По прибытии пожарного подразделения проинформировать руководителя тушения пожара: о конструктивных особенностях объекта, прилегающих строений и сооружений; количестве и пожароопасных свойствах хранимых веществ, материалов, изделий, а также других сведениях, необходимых для успешной ликвидации пожара.

6



Организовать проверку включения в работу автоматических систем противопожарной защиты (оповещения людей о пожаре, пожаротушения, противодымной защиты).

5



При необходимости отдать указание об отключении электроэнергии (за исключением систем противопожарной защиты), выполните другие мероприятия, способствующие предотвращению развития пожара и задымления помещений здания.

# Как вести себя при пожаре в общественном здании

1



Изучите план эвакуации

2



Соблюдайте спокойствие и двигайтесь к выходу

3



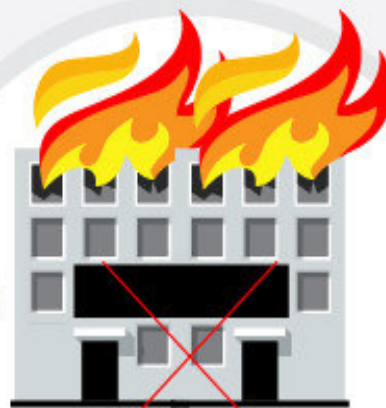
Не используйте лифт

8



Если дверь горячая – не открывайте ее

9



Не возвращайтесь в здание, чтобы кого-то спасти. Найдите спасателей

4



Не прячьтесь в отдаленных помещениях

7



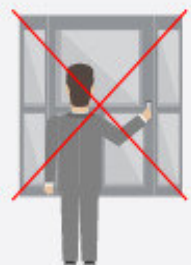
Смочите водой ткань и дышите через неё. Опуститесь на четвереньки

6



Сообщите о возгорании и нажмите кнопку тревоги

5



Не открывайте окна без особой необходимости



СВОЙ КИРОВСКИЙ.РФ

# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПОЖАРЕ



**Не заливай водой  
горящие  
электроприборы!**



**Не открывай  
окна!**



**Прятаться  
во время пожара  
нельзя!**



**Постарайся покинуть  
помещение!  
Двигайся вдоль стены,  
закрыв нос и рот  
от дыма мокрой тряпкой!**



**Лифтом  
пользоваться  
нельзя!**



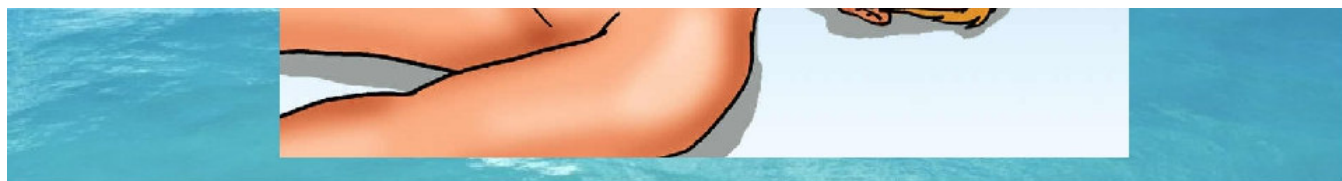
**Сообщи о пожаре  
соседям  
и попроси их  
вызвать пожарных!**

**ПРИ ПОЖАРЕ ЗВОНИ – 101  
С МОБИЛЬНОГО ТЕЛЕФОНА – 112**

## Правила действий при нахождении в воде:



- ✓ Двигайтесь как можно меньше, чтобы сохранить тепло;
- ✓ Обхватите руками с боков грудную клетку и поднимите бедра повыше, чтобы вода меньше омывала область паха (этот способ увеличивает расчетный срок выживания в холодной воде почти на 50%);
- ✓ Отдыхайте лежа на спине.





## Правила безопасности в походе



- Топоры, пилы и другие колющие и режущие предметы упаковывать в чехлы и переносить внутри рюкзака.
- При обнаружении подозрительных предметов немедленно сообщить об этом руководителю. Самим найденные вещи не трогать.

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



**Не используйте для плавания самодельные устройства – они могут не выдержать вес и перевернуться.**



**Не боритесь с сильным течением – плывите по течению, постепенно приближаясь к берегу.**

**Не стойте и не играйте в тех местах, откуда можно упасть в воду.**



**Не ныряйте в незнакомых местах – неизвестно, что может оказаться на дне.**



## Правила безопасности в походе

### Основные правила безопасного поведения туриста в походе:

1. Соблюдение правил дисциплины
2. Соблюдение режима и графика движения
3. Соблюдение правил гигиены
4. Соблюдение установленного режима питания и питьевого режима



## Правила поведения в туристском строю



При движении по густому подлеску расстояние между участниками похода увеличивается до 3-4 метров, чтобы туристы случайно не поранили друг друга ветками.



## ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ В ЛЕСУ?



Прислушайтесь к звукам, идите на них.  
- собачий лай (слышен за 2-3 км)  
- трактор (слышен за 3-4 км)  
- поезд (слышен за 10 км)

Если есть возможность залезте на самое высокое дерево и осмотритесь



Если Вы нашли ручей, двигайтесь вниз по течению. Ручей обязательно выведет к реке, река - к людям



Если Вы точно уверены, что Вас будут искать, оставайтесь на одном месте и разведите костер



Не паникуйте. Постарайтесь вспомнить от куда Вы пришли



Звоните в службу спасения 112



Идите по тропе, которая более протоптана. Выйдя на дорогу или просеку идите по ней

# Действия при пожаре или задымлении в общественном транспорте:



**Окажите помощь пострадавшим**



**Покиньте ТС, пропустив вперед детей, женщин и стариков**



**Откройте двери кнопкой аварийного открывания или выбейте стекло**

MyShared

## **Как покинуть салон автобуса при аварии**



Автобусы оборудованы специальными окнами, предназначенными для аварийного выхода:

надо вытянуть за специальную рукоятку шнур уплотнения и выдавить стекло или просто выбить его твёрдым предметом.

Для выхода из автобуса в случае аварии можно использовать **двери, окна, вентиляционные люки.**

**Не используй  
электроприборы  
с поврежденным  
шнуром.**



**НЕ ПОЛЬЗУЙСЯ  
НЕИСПРАВНЫМ  
ЭЛЕКТРОИНСТРУМЕНТОМ**



<http://aida.ucoz.ru>

## Общие правила безопасного обращения с электричеством.

- отключение прибора производится в обратном порядке;
- не прикасайтесь к включенному электроприбору мокрыми руками;
- помните: нельзя пользоваться электрическими устройствами, находясь в воде;
- об обнаруженных неисправностях в электроприборах, об оголенных и плохо изолированных проводах немедленно сообщайте



## Характерные повреждения бытовых электроприборов



Оголенная изоляция проводов



Выгоревшая клемма розетки



Разбитый корпус выключателя



Поврежденная вилка шнура

## ЭЛЕКТРОПРИБОРЫ



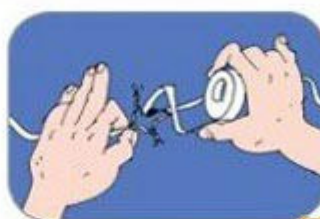
**НЕЛЬЗЯ** перегружать электросеть



**НЕЛЬЗЯ** использовать электроприборы с поврежденной изоляцией



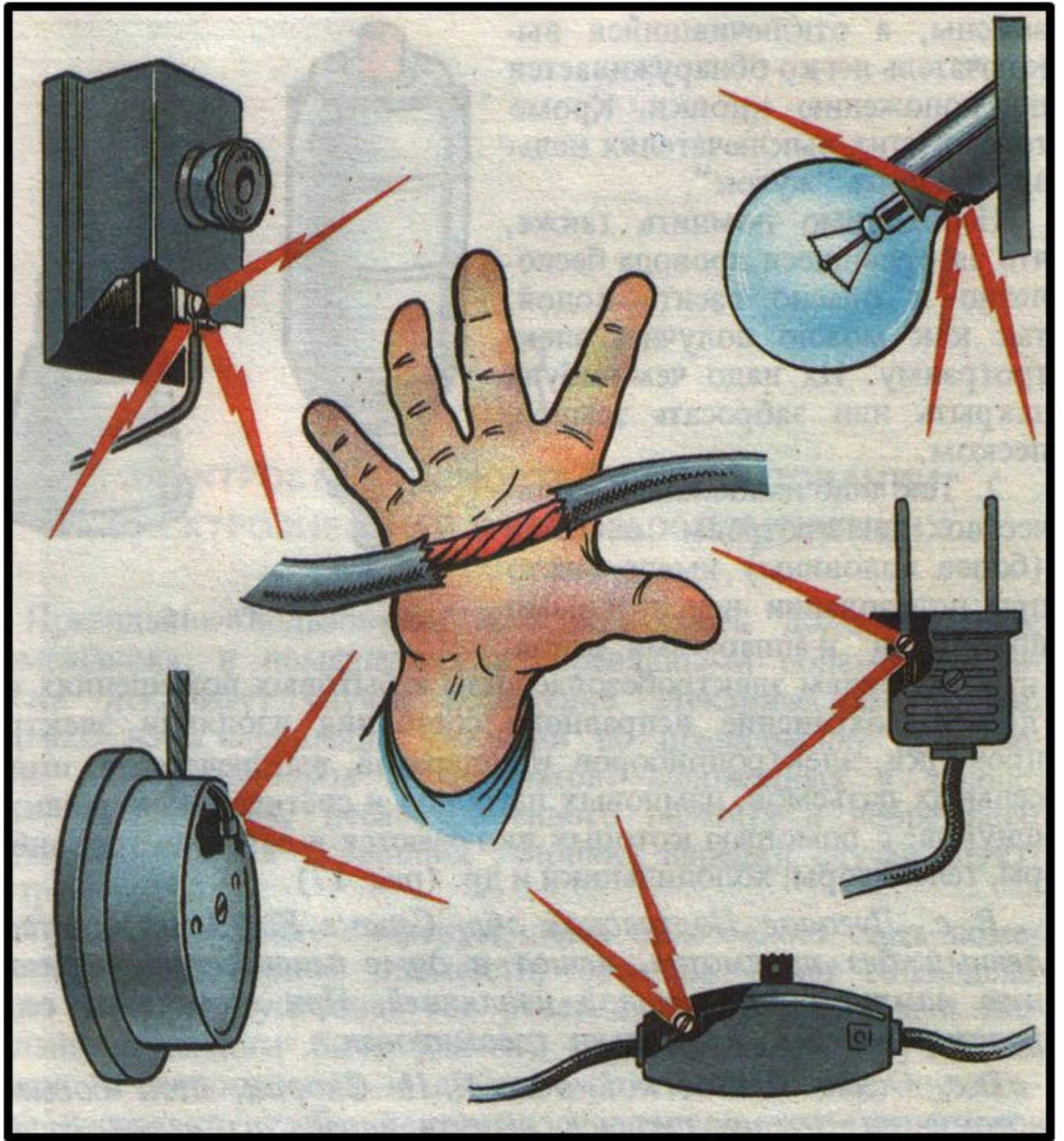
**НЕЛЬЗЯ** оставлять включенные электроприборы без присмотра



**НЕЛЬЗЯ** использовать не по назначению, самостоятельно ремонтировать электроприборы



YAROBLPSS.RU  
154 90 41155 ЯР





## **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ВСТРЕЧЕ С СОБАКАМИ:**



- Относитесь к животным с уважением и не прикасайтесь к ним.

- Не трогайте животных во время сна или еды.

- Не делайте резких движений и не приближайтесь к собаке.

- Не бегите, чтобы не вызвать в животном охотничьего инстинкта нападения сзади.

- В случае нападения собаки, бросьте в её сторону что-нибудь из того, что у вас есть под рукой, чтобы выиграть время.

- Старайтесь защитить горло и лицо.

<http://lind36035.ucoz.ru/>

## **Правила выгула собак:**

**Гулять щенок должен в наморднике.**

**Убирать за своей собакой во всём мире уже стало нормой и показателем воспитания, уважения к другим людям.**

**За поведение собаки и его последствия полностью отвечает хозяин.**



## Правила содержания животного

1. Ответственно подойти к выбору животного. Обязательно проконсультироваться со специалистом.
2. Не забывайте своевременно убирать в клетке любимца, и посещайте своевременно ветерана.
3. Обязательно соблюдайте правила личной гигиены.
4. При малейшем подозрении на болезнь животного обратитесь к специалисту.

## Уход за домашними животными



**Убирать за питомцами**



**Играть**



**Гулять**



**Крупных собак выгуливать в наморднике, на поводке**



## ПРЕДОТВРАЩЕНИЕ И ЛИКВИДАЦИЯ МАССОВОЙ ПАНИКИ



1. Изолировать истериков – они являются ядром панической реакции;
2. Если групп людей несколько – не дать стечься в одну большую массу.

Специалисты спасатели или специалисты психологи должны разбить большую группу людей на маленькие подгруппы (часть людей привлечь в помощь, часть изолировать, часть уложить отдыхать, снабдив водой, теплыми одеялами, едой).



# Три опасности в толпе при панике

1. Толпа при панике неуправляема: в поведении толпы **сознание вообще не участвует.**

2. В толпе создается сильная давка, что может привести к травмам грудной клетки.

3. В толпе опасно падение!



**1** Избегайте приближаться к урнам, бордюрам.



**2** находиться в середине толпы.



**3**



Делайте уверенные широкие шаги.

**4**



Спрячьте под куртку шарф, сумку наденьте на руку и прижмите к себе.

**5**

Если возникла паника, следуйте по течению толпы, понемногу забирая к краю потока.



**6**

Руки согните в локтях на уровне груди.

