**РЕКОМЕНДАЦИИ НАСЕЛЕНИЮ**

**Рекомендации для населения при сильном дожде**

При получении информации о выпадении обильных осадков воздержитесь от поездок на личном транспорте, по возможности оставайтесь в квартире или на работе. Включите средства проводного и радиовещания.

Если сильный дождь / ливень застал Вас на улице, не спускайтесь в подземные переходы и другие заглубленные помещения. Постарайтесь укрыться в зданиях расположенных выше возможного уровня подтопления.

Если здание (помещение), в котором вы находитесь, подтапливает, постарайтесь покинуть его и перейти на ближайшую возвышенность.

Если покинуть здание не представляется возможным, то поднимитесь на вышерасположенные этажи, выключите электричество и газ, плотно закройте окна, двери и сообщите о своем местонахождении в дежурную службу МЧС по тел. 101, 112.

Если сильный дождь / ливень застал Вас в личном транспорте, не пытайтесь преодолеть подтопленные участки. Медленно перестройтесь в крайний правый ряд (на обочину) и, не прибегая к экстренному торможению, прекратите движение. Включите аварийные огни и переждите сильный дождь / ливень. В случае стремительного пребывания воды покиньте транспортное средство и пройдите на возвышенный участок местности или в ближайшее здание.

**Основные правила безопасного поведения при грозе**

**Если вы в доме, то:**

по возможности не выходите из дома, закройте окна и дымоходы во избежание сквозняка, также не рекомендуется топить печи, т.к. выходящий из трубы дым обладает высокой электропроводностью и может притянуть к себе электрический разряд. По этой же причине при грозе следует затушить костер;

не следует находиться на крыше и около токоотвода и заземлителя (заземлитель - проводник, находящийся в контакте с землей, например, зарытый стальной лист);

во время грозы следует держаться подальше от электропроводки, антенн;

отключите радио и телевизор, избегайте использования телефона, в том числе сотового, и электроприборов, не касайтесь металлических предметов. Если у вашего радио - или телеприемника на крыше индивидуальная антенна, ее следует отсоединить от приборов.

**Если вы на открытой местности:**

отключите сотовый телефон и другие устройства, не рекомендуется использовать зонты;

не прячьтесь под высокие деревья (особенно одинокие). По статистике наиболее опасны дуб, тополь, ель, сосна;

при отсутствии укрытия следует лечь на землю или присесть в сухую яму, траншею. Тело должно иметь по возможности меньшую площадь соприкосновения с землёй;

при пребывании во время грозы в лесу следует укрыться среди низкорослой растительности;

во время грозы нельзя купаться в водоемах. Если вы находитесь на водоеме и видите приближение грозы - немедленно покиньте акваторию, отойдите от берега. Ни в коем случае не пытайтесь спрятаться в прибрежных кустах;

во время грозы не следует бегать, ездить на велосипеде. Если в поисках укрытия, вам необходимо пересечь открытое пространство – не бегите, идите спокойным шагом;

если вы находитесь на возвышенности, спуститесь вниз;

если во время грозы вы находитесь в лодке, гребите к берегу;

если вы во время грозы едете в автомобиле, прекратите движение и переждите непогоду на обочине или на автостоянке, подальше от высоких деревьев. Закройте окна, опустите антенну радиоприемника, оставайтесь в автомобиле;

велосипед и мотоцикл могут являться в это время потенциально опасными. Их следует уложить на землю и отойти на расстояние не менее 30 метров.

**Если ударила молния:**

прежде всего, потерпевшего необходимо раздеть, облить голову холодной водой и, по возможности, обернуть тело мокрым холодным покрывалом;

если человек еще не пришел в себя, необходимо сделать искусственное дыхание «рот в рот» и как можно быстрее вызвать медицинскую помощь.

**Рекомендации для населения при сильном ветре.**

Уберите хозяйственные вещи со двора и балконов, уберите сухие деревья, которые могут нанести ущерб вашему жилищу. Закройте окна.

Машину поставьте в гараж, при отсутствии гаража машину следует парковать вдали от деревьев, а также слабо укрепленных конструкций.

Находясь на улице, обходите рекламные щиты, шаткие строения и дома с неустойчивой кровлей.

Избегайте деревьев и разнообразных сооружений повышенного риска (мостов, эстакад, трубопроводов,  линий электропередач, потенциально опасных промышленных объектов).

**Памятка отправляющимся в лес.**

**ВНИМАНИЕ! В связи с прохождением комплекса опасных и неблагоприятных явлений на территории Ленинградской области воздержитесь от посещения лесов!!!**

**Общие рекомендации для посещения лесов:**

**1.** Отправляясь в лес, всегда сообщайте своим близким, друзьям или соседям, куда конкретно вы идете и когда планируете вернуться.

**2.** Изучите заранее место на карте.

**3.** Не заходите вглубь незнакомой местности. Если всё-таки решили идти, оставляйте на пути движения ориентиры, по которым можно будет вернуться к знакомому месту.

**4.** Не отпускайте в лес без сопровождения ваших родных и близких, к числу которых относятся пожилые люди и люди, имеющие различные заболевания, обуславливающие какие-либо трудности при нахождении в лесу, особенно, если человек заблудился. Помните, даже если такие люди отправляются в лес не одни, а с опытными попутчиками, то у них должен быть запас соответствующих медицинских препаратов, согласно рекомендациям врача. Конечно же, не отпускайте без сопровождения детей.

**5. ПОМНИТЕ!** Поисково–спасательные работы - это очень нелегкое, порой весьма продолжительное занятие. В соответствующий сезон на пульт спасательных подразделений поступает огромное количество заявок о заблудившихся людях, и спасателей сразу на всех не хватает.

**Что нужно иметь с собой**

Возьмите с собой рюкзак или сумку, в которых должны находиться: заряженный сотовый телефон, устройство для ориентирования на местности, в идеале это, конечно, туристический (другие быстро садятся) навигатор, с мощной заряженной батареей, компас (необходимы также навыки обращения с этими устройствами), нож, фонарик, спички или зажигалка в непромокаемой упаковке. Желательно также взять с собой котелок, продукты питания «на всякий случай» - легкие, но калорийные, воду, полиэтиленовую пленку для накидки или навеса от дождя. Помните, одежда должна быть яркой, или имейте с собой сигнальный жилет яркого цвета. Это позволит разглядеть вас, например, с воздуха. Не надейтесь на «авось».

**Если вы потерялись в лесу**

**Надо сразу же остановиться, успокоиться и не продолжать дальнейшего движения, пока не будут соблюдены основные требования безопасности.**

**1.** Оставайтесь на месте в течение часа. Это позволит группе, потерявшей своего коллегу, вернуться по пути следования и найти его.

**2.** Не дождавшись своих товарищей, необходимо расчистить площадку на земле размером метр на метр и как можно точнее нарисовать карту-схему района нахождения. Нанести на «карту» как можно точнее свой путь следования. При этом не забывать основное правило составления карт: север — на верхнем обрезе карты, юг — на нижнем.

**3.** Внимательно прислушаться. При возможных шумах типа **гудков автомобилей, локомотивов, других сигналов искусственного происхождения** лучше всего идти на их звук, стараясь сохранять прямую линию своего движения, чего можно достичь зарубками, оставляемыми на деревьях. При этом направление своего движения необходимо контролировать не менее чем через три предмета, часто проверяя себя, оглядываясь назад и сверяя правильность движения по затесам на деревьях, сломанным веткам и т. д.

**4. В лесу самое главное - не терять самообладания и помнить следующее:**

- не двигаться в темное время суток, ночь необходима для восстановления сил;

- не ходить по звериным тропам, т. к. они могут привести к встрече с животными, контакт с которыми нежелателен;

- не выходить на болотистые участки леса, особенно покрытые ряской;

- не есть незнакомые дикоросы - лучше попить воды. Без еды человек может прожить до 30 дней, а вот без воды всего лишь неделю.

**Как добыть питьевую воду**

Имейте в виду, что если наполнить пластиковую бутылку водой и поместить ее в костер, то в ней можно вскипятить воду, бутылка не расплавится до тех пор, пока в ней вода. Таким образом, без питьевой воды не останетесь, если у Вас есть спички, пластиковая бутылка (в наших лесах найдется, не сомневайтесь) и относительно чистый водоем (река, ручей, болото, пруд) поблизости.

**5. Если самостоятельно выбраться не удается, позвоните спасателям по телефону 101, 010 или 112 (с сотового телефона)**.

Объясните ситуацию. Вам дадут необходимые указания, возможно, помогут сориентироваться по карте. В случае организации поисковых работ постарайтесь никуда не уходить от людей, которые вас ищут. Сядьте, разведите костер, возможно, дым привлечет внимание.

**Полезные советы по ориентиру**

**1.** Помогает определиться запах. Если унюхали дымок, нужно идти против ветра.

**2.** Если звуковых ориентиров нет, то лучше всего «выходить на воду» (ручей обязательно выведет к реке, река - к людям. Идти нужно вниз по течению). Также можно идти вдоль линии электропередач.

**3.** Можно взобраться на дерево и посмотреть, не торчат ли где трубы домов, заводов, колокольни или башни. Однако, здесь следует быть особенно осторожными, так как, если вы получите травму, ваше положение может значительным образом осложниться.

**4.** Обращайте внимание и на лесные тропинки, протоптанные человеком.

**5.** Если расположить часы со стрелками в горизонтальной плоскости и направить часовую стрелку на солнце, биссектриса (линия, идущая из вершины угла, и делящая угол пополам) между часовой стрелкой и цифрой «12» укажет направление на юг.

**Ориентир по расположению растений**

- деревья, пни и упавшие стволы больше гниют с северной стороны;

- выпавшая утром роса дольше сохраняется с севера;

- мох на пнях располагается с северной стороны; кора березы и сосны на северной стороне темнее;

- у березы гладкая, белая, чистая кора с южной стороны;

- на свежих пнях годичные кольца тоньше с севера. Смола на стволах сосен, елей, кедров обильнее выступает с южной стороны.

**Если требуется ночевка**

В первую очередь необходимо найти сухое место. Расположиться лучше всего поблизости от ручья или речушки, на открытом месте. Временным укрытием могут служить навес, шалаш, землянка, чум. Выбор типа укрытия зависит от умения, способностей, трудолюбия и физического состояния человека. В теплое время можно ограничиться постройкой простейшего навеса.

**Напоминаем:**

**- При возникновении любой чрезвычайной ситуации необходимо срочно звонить в службу спасения по телефону 01, 101, 112.**

**- Владельцам мобильных телефонов следует набрать номер 112 или 101;**

**- В Главном управлении МЧС России по Ленинградской области круглосуточно действует телефон доверия: 8 (812) 579-99-99.**

**Пожарная безопасность в быту**

При пользовании электроэнергией включайте в электросеть утюг, плитку, чайник и другие электроприборы только исправные и при наличии под ними несгораемой подставки. Не размещайте включенные электроприборы близко к сгораемым предметам и деревянным конструкциям. Следите, чтобы электрические лампы не касались бумажных и тканевых абажуров. Не закрывайте домашними предметами автотрансформатор и стабилизатор и не устанавливайте их на стол. Не допускайте долговременного включения в электросеть нескольких мощных потребителей электроэнергии, вызывающих перегрузку сети. Опасно промачивать электропровода, заклеивать их обоями, подвешивать на гвозди, оттягивать, завязывать в узлы. Применять ветхие соединительные шнуры, удлинители. Все это приводит к нарушению изоляции и короткому замыканию электропроводов. Опасно пользоваться неисправными выключателями, розетками, штепселями, подключать оголенные концы при помощи скрутки проводов к электросети. В этих случаях возникают большие переходные сопротивления, которые приводят к сильному нагреву электропроводов и горению изоляции. Серьезную опасность представляют использование нестандартных, самодельных предохранителей (жучков). Электросеть от перегрузок и коротких замыканий защищают стандартные предохранители. Следите за исправностью и чистотой всех электробытовых приборов. К монтажу электроприборов и их ремонту привлекайте только специалистов. В этих случаях будет исключена возможность возникновения пожара от электроприборов. Не забывайте, что применяемый в быту газ взрывоопасен, поэтому при пользовании газовыми приборами необходимо соблюдать правила пожарной безопасности. Нельзя при наличии запаха газа в помещении зажигать спички, курить, применять открытый огонь. В этом случае необходимо немедленно вызвать по телефону «04» аварийную службу ГорГаз и до ее прибытия тщательно проветрить помещения. Открывая кран газопровода, следует проверить, закрыты ли краны у газовых приборов. Перед тем, как зажечь газовую горелку, нужно зажечь спичку, а затем открывать кран горелки. Недопустимо оставлять включенные газовые приборы без присмотра. Над газовой плитой нельзя сушить белье. Перед пользованием газовой колонкой следует проверить наличие тяги в дымоходе, для чего зажженный жгутик бумаги подносят к нижнему обрезу колпака колонки. Втягивание пламени под колпак указывает на наличие тяги в дымоходе.

**Соблюдайте правила пожарной безопасности при пользовании горючими жидкостями**!

 Очень опасно стирать в бензине и других легковоспламеняющихся жидкостях промасленную одежду. Недопустимо курение или зажигание спичек при пользовании бензином, ацетоном, керосином, растворителями. Многие вещества бытовой химии (мастика, нитрокраски, лаки, клеи и др.) представляют повышенную пожарную опасность, особенно в аэрозольной упаковке. Ни в коем случае не производите подогрев на открытом огне пожароопасных мастик (БМ, гамму, скипидарную, зеркальную, на силиконе и т.п.), а также других предметов бытовой химии. Опасно курить и применять огонь во время натирки и покрытия лаком полов, наклейки линолеума и плиток.

**Будьте осторожны с открытым огнем**!

Наибольшее число пожаров в квартирах происходит от небрежного курения (бросания непогашенных окурков и спичек). Особую опасность представляет курение в постели лиц, находящихся в нетрезвом состоянии. Причиной пожара может быть костер во дворе жилого дома, в котором сжигаются старая мебель, мусор, опавшие листья; отогревание замерших труб паяльной лампой или факелом.

**Не допускайте шалости детей с огнем!**

**Напоминаем:**

**- при возникновении любой чрезвычайной ситуации необходимо срочно звонить в службу спасения по телефону "101". Владельцам мобильных телефонов следует набрать номер "112" или "101";**

**- в Главном управлении МЧС России по Ленинградской области круглосуточно действует телефон доверия: 8 (812) 579-99-99.**