

Правила поведения на железной дороге

Техническое совершенствование Российских железных дорог также не стоит на месте, ее стремительное развитие позволило значительно повысить вес и скорость движения поездов.

На большинстве участков железных дорог скорость поездов достигает до 140 км/ч. При огромных объемах перевозок, высокой интенсивности и повышенных скоростях движения поездов железные дороги являются зоной повышенной опасности.



Однако очень часто некоторые из вас, забывая об опасности, позволяют себе играть вблизи железнодорожных путей, станций, бросать снежки,

камни и другие предметы в проходящие пассажирские поезда, подкладывать посторонние предметы на рельсы перед движущимся поездом, кататься на велосипедах, роликах, скейтах, санках и сноубордах. Устраивая подвижные игры на территории объектов железнодорожного транспорта, вы подвергаете опасности не только свою жизнь, но жизнь и здоровье окружающих людей, локомотивной бригады и пассажиров, едущих в поезде.

Вы уверены, что услышав сигнал, поданный машинистом, успеете отойти в безопасное место. Увы, многие из вас за такую самоуверенность расплачиваются жизнью, а оставшиеся в живых получают тяжелейшие травмы, делающие их инвалидами.

Напоминаем вам, что нахождение на железнодорожных путях, переход их в не установленных местах, озорство, хулиганство и необдуманные поступки всегда связаны с риском и опасностью для жизни, во избежание чего вам необходимо строго соблюдать установленные на железных дорогах правила безопасного поведения.

Выписка из Правил нахождения граждан на объектах инфраструктуры железнодорожного транспорта

Переходить железнодорожные пути можно **только в установленных местах**, пользуясь при этом пешеходными мостами, тоннелями, переездами.

На станциях, где мостов и тоннелей нет, граждане должны **переходить** железнодорожные пути **по настилам**,



а также в местах, где установлены указатели «Переход через пути».

Запрещается переходить пути на железнодорожных переездах **при закрытом шлагбауме или показании красного сигнала светофора** переездной сигнализации.



При переходе через железнодорожные пути необходимо **убедиться в отсутствии движущегося поезда, локомотива или вагонов.**



Ходить по железнодорожным путям категорически запрещается!



Переходить и перебегать через железнодорожные пути **перед близко идущим поездом**, если расстояние до него **менее 400 м** - запрещается.



Запрещается переходить железнодорожные пути **менее чем за 10 минут** до прохода **скоростного поезда.**



Категорически запрещается на станциях и перегонах **подлезать под вагоны** и перелезать через автосцепки для прохода через путь.



Запрещается проходить вдоль железнодорожных путей **ближе 5 метров** от крайнего рельса



Запрещается в охранных зонах контактной сети **набрасывать на провода контактной сети, опоры и приближать к ним посторонние предметы**, а также подниматься на опоры.

Не использовать наушники и мобильные телефоны при переходе через железнодорожные пути!



А также

Не заходи за линию безопасности у края пассажирской платформы!



Не прыгай с пассажирской платформы на железнодорожные пути!



Не поднимайся на крыши вагонов поездов!



Некоторые факты

Для остановки поезда, движущегося со скоростью 60-70 км/ч, необходимо 600-700 метров. Масса локомотива превышает 500 тонн, а грузового состава – 5 тысяч тонн!

Напряжение в проводах контактной сети чрезвычайно высокое: **до 27500 вольт**

Поезд, идущий со скоростью 100-120 км/час, **за одну секунду преодолевает 30 метров**. А пешеходу, для того чтобы перейти через железнодорожный путь, требуется не менее пяти-шести секунд

Лишь на первый взгляд безопасны неподвижные вагоны. Подходить к ним ближе чем на пять метров, подлезать под вагоны нельзя: **каждый вагон на станции находится в работе, поэтому он может начать движение в любую секунду**. И если какой-нибудь выступ или рычаг вагона зацепится за одежду зазевавшегося человека, то несчастного обязательно затянет под колеса

Сила воздушного потока, создаваемого двумя встречными составами, составляет 16 тонн, при такой нагрузке человека запросто может затянуть под поезд. Поэтому нельзя пересекать железнодорожные пути там, где это удобно или в желании сократить время

ПАМЯТКА гражданам об их действиях при установлении уровней террористической опасности



В рамках реализации положений Указа Президента РФ от 14 июня 2012 года №85 «О порядке установления уровней террористической опасности, предусматривающих принятие дополнительных мер по обеспечению безопасности личности, общества и государства» Национальным антитеррористическим комитетом разработана Памятка гражданам по действиям при установлении уровней террористической опасности (далее – Памятка) (прилагается).

ПАМЯТКА

гражданам об их действиях

при установлении уровней террористической опасности

В целях своевременного информирования населения о возникновении угрозы террористического акта могут устанавливаться уровни террористической опасности.

Уровень террористической опасности устанавливается решением председателя антитеррористической комиссии в субъекте Российской Федерации, которое подлежит незамедлительному обнародованию в средствах массовой информации.

Повышенный «СИНИЙ» уровень

устанавливается при наличии требующей подтверждения информации о реальной возможности совершения террористического акта

При установлении «синего» уровня террористической опасности, рекомендуется:

1. При нахождении на улице, в местах массового пребывания людей, общественном транспорте обращать внимание на:

- внешний вид окружающих (одежда не соответствует времени года либо создается впечатление, что под ней находится какой-то посторонний предмет);

- странности в поведении окружающих (проявление нервозности, напряженного состояния, постоянное оглядывание по сторонам, неразборчивое бормотание, попытки избежать встречи с сотрудниками правоохранительных органов);

- брошенные автомобили, подозрительные предметы (мешки, сумки, рюкзаки, чемоданы, пакеты, из которых могут быть видны электрические провода, электрические приборы и т.п.).

2. Обо всех подозрительных ситуациях незамедлительно сообщать сотрудникам правоохранительных органов.

3. Оказывать содействие правоохранительным органам.

4. Относиться с пониманием и терпением к повышенному вниманию правоохранительных органов.

5. Не принимать от незнакомых людей свертки, коробки, сумки, рюкзаки, чемоданы и другие сомнительные предметы даже на временное хранение, а также для транспортировки. При обнаружении подозрительных предметов не приближаться к ним, не трогать, не вскрывать и не передвигать.

6. Разъяснить в семье пожилым людям и детям, что любой предмет, найденный на улице или в подъезде, может представлять опасность для их жизни.

7. Быть в курсе происходящих событий (следить за новостями по телевидению, радио, сети «Интернет»).

Высокий «ЖЕЛТЫЙ» уровень

устанавливается при наличии подтвержденной информации о реальной возможности совершения террористического акта

Наряду с действиями, осуществляемыми при установлении «синего» уровня террористической опасности, рекомендуется:

1. Воздержаться, по возможности, от посещения мест массового пребывания людей.
2. При нахождении на улице (в общественном транспорте) иметь при себе документы, удостоверяющие личность. Предоставлять их для проверки по первому требованию сотрудников правоохранительных органов.
3. При нахождении в общественных зданиях (торговых центрах, вокзалах, аэропортах и т.п.) обращать внимание на расположение запасных выходов и указателей путей эвакуации при пожаре.
4. Обращать внимание на появление незнакомых людей и автомобилей на прилегающих к жилым домам территориях.
5. Воздержаться от передвижения с крупногабаритными сумками, рюкзаками, чемоданами.
6. Обсудить в семье план действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации:
 - определить место, где вы сможете встретиться с членами вашей семьи в экстренной ситуации;
 - удостовериться, что у всех членов семьи есть номера телефонов других членов семьи, родственников и экстренных служб.

Критический «КРАСНЫЙ» уровень

устанавливается при наличии информации о совершенном террористическом акте либо о совершении действий, создающих непосредственную угрозу террористического акта

Наряду с действиями, осуществляемыми при установлении «синего» и «желтого» уровней террористической опасности, рекомендуется:

1. Организовать дежурство жильцов вашего дома, которые будут регулярно обходить здание, подъезды, обращая особое внимание на появление незнакомых лиц и автомобилей, разгрузку ящиков и мешков.
2. Отказаться от посещения мест массового пребывания людей, отложить поездки по территории, на которой установлен уровень террористической опасности, ограничить время пребывания детей на улице.
3. Подготовиться к возможной эвакуации:
 - подготовить набор предметов первой необходимости, деньги и документы;
 - подготовить запас медицинских средств, необходимых для оказания первой медицинской помощи;
 - заготовить трехдневный запас воды и предметов питания для членов семьи.
4. Оказавшись вблизи или в месте проведения террористического акта, следует как можно скорее покинуть его без паники, избегать проявлений любопытства, при выходе из эпицентра постараться помочь пострадавшим покинуть опасную зону, не подбирать предметы и вещи, не проводить видео и фотосъемку.
5. Держать постоянно включенными телевизор, радиоприемник или радиоточку.
6. Не допускать распространения непроверенной информации о совершении действий, создающих непосредственную угрозу террористического акта.

Внимание !

В качестве маскировки для взрывных устройств террористами могут использоваться обычные бытовые предметы: коробки, сумки, портфели, сигаретные пачки, мобильные телефоны, игрушки.

Объясните это вашим детям, родным и знакомым.

Не будьте равнодушными, ваши своевременные действия могут помочь предотвратить террористический акт и сохранить жизни окружающих.

Памятка по действиям ГО



ДЕЙСТВИЯ СОТРУДНИКОВ ПРИ УГРОЗЕ И ВОЗНИКНОВЕНИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ

Чрезвычайная ситуация - это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера опасны, прежде всего, потому, что возникают, как правило, внезапно, и Вы оказываетесь совершенно не готовы к ним, а поэтому подвергаете риску свою жизнь и здоровье.

- 1 **В каких чрезвычайных ситуациях и какая таится опасность?**
- 2 **Что необходимо сделать, чтобы беда не застала Вас врасплох?**
- 3 **Как действовать в чрезвычайных ситуациях?**
- 4 **Как оказать первую медицинскую помощь пострадавшим?**

Эти и другие вопросы раскрыты в настоящей памятке.

ОБЯЗАННОСТИ СОТРУДНИКОВ В ОБЛАСТИ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ И ЗАЩИТЫ ОТ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ

Ваши обязанности в области гражданской обороны (ГО) и защиты от чрезвычайных ситуаций (ЧС) состоят в следующем:

- 1 Соблюдать законы и иные нормативно-правовые акты по ГО и ЧС.
- 2 Соблюдать меры безопасности в быту и повседневной трудовой деятельности, не допускать нарушений производственного и технологического регламентов.
- 3 Изучить основные способы защиты населения, территорий от ЧС, приемы оказания первой доврачебной помощи пострадавшим, правила пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты, спасения, совершенствовать свои знания и навыки в данной области.
- 4 Выполнять установленные правила поведения при угрозе и возникновении ЧС.
- 5 При необходимости и наличии навыков оказывать содействие в проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ.
- 6 Знать сигналы оповещения ГО и умело действовать при их подаче.
- 7 Активно содействовать выполнению мероприятий ГО и защиты от ЧС, проводимых под руководством комиссии по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций и обеспечению пожарной безопасности.

ОПОВЕЩЕНИЕ СОТРУДНИКОВ ПРИ ЧС

Оповещение в чрезвычайных ситуациях проводится путем передачи сигнала

«ВНИМАНИЕ ВСЕМ»,

передаваемого с помощью электросиренных установок, смонтированных на крышах зданий в каждом городском районе.

УСЛЫШАВ СИГНАЛ «ВНИМАНИЕ ВСЕМ», НЕОБХОДИМО:

- 1 Включить канал городского телевидения «ТВЦ»;
- 2 Включить 1-ую программу радиовещания;
- 3 Внимательно прослушать информационное сообщение о случившейся чрезвычайной ситуации и порядке действий.

Информация передается 2-3 раза с интервалом одна-две минуты.

О полученной информации сообщите соседям, родственникам, окажите необходимую помощь престарелым и больным.

На период ликвидации последствий чрезвычайной ситуации радиотрансляционную сеть необходимо держать постоянно включенной.

Будьте внимательны к последующим сообщениям.

В ЛЮБОЙ ОБСТАНОВКЕ НЕ ТЕРЯЙТЕ САМООБЛАДАНИЯ, НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ!

ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ РАЗЛИТОЙ РТУТИ

1. Если ртуть оказалась разлитой в квартире, необходимо, чтобы она ни в коем случае не попала на ковры, паласы, обои, мягкую мебель. Если же уберечься не удалось, спасатели **ПСО-1** смогут нейтрализовать загрязнение специальным раствором;
2. Чем больше площадь разлитой ртути, тем сильнее испарение. Поэтому нужно как можно скорее собрать металл с пола, земли или асфальта, чтобы он не растекся на мелкие шарики, не был разнесен на подошвах и колесах машин;
3. Если вы обнаружили небольшое количество разлившейся ртути - скажем, из разбитого градусника, - нужно сразу же собрать блестящие капли резиновой грушей или щеткой в плотно закрывающуюся стеклянную банку. Не выливайте ртуть в раковину, унитаз, ведро или контейнер для мусора. Сдайте собранный металл спасателям;
4. В любом случае, если вы нашли ртуть или похожее на нее вещество в доме или на улице, сообщите об этом в свое отделение полиции или **оперативному дежурному**.

ПОМНИТЕ

1. Достаточно в небольшом помещении разбить градусник, и вероятность получить отравление очень велика.
2. Пары ртути чрезвычайно токсичны, они в 100 раз токсичнее паров хлора и в 2000 раз – аммиака.

ХИМИЧЕСКОЕ ЗАРАЖЕНИЕ

При опасности химического заражения необходимо:

- 1 Быстро выйти из района заражения в направлении, перпендикулярном движению зараженного облака;
- 2 Подняться на верхние этажи зданий (при заражении хлором);
- 3 Герметизировать помещения;
- 4 Использовать имеющиеся противогазы всех типов, при их отсутствии - ватно-марлевые повязки, смоченные водой или лучше 2-5% раствором питьевой соды (от хлора), уксусной или лимонной кислотой (от аммиака);
- 5 Если отсутствуют средства индивидуальной защиты и выйти из района аварии невозможно, оставайтесь в помещении, включите радиоточку, ждите сообщений, сообщите о необходимости оказания Вам помощи;
- 6 Плотно закройте окна и двери, дымоходы, вентиляционные отдушины (люки). Входные двери зашторьте, используя одеяла и любые плотные ткани. Заклейте щели в окнах и стыки рам пленкой, лейкопластырем или обычной бумагой.

РАДИОАКТИВНОЕ ЗАРАЖЕНИЕ

При опасности радиоактивного заражения необходимо:

- 1 Предохранить органы дыхания средствами защиты -противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, шарфом, полотенцем, смоченными водой;
- 2 Закрыть окна и двери, законопатить щели и трещины в дверных коробках ватой, тряпками, отключить вентиляцию, заложить вентиляционные решетки квартиры;
- 3 Включить радио, телевизор и ждать сообщения о случившемся и порядке действий в создавшихся условиях;
- 4 Укрыть продукты питания в полиэтиленовые мешки, сделать запас воды в емкости с плотно прилегающими крышками, продукты и воду поместить в холодильник, шкафы, кладовки;
- 5 Не употреблять в пищу овощи, фрукты, воду, заготовленные после аварии;
- 6 Начать принимать ежедневно в течение 7 дней радиозащитное средство (йодистый калий по 0,125 г). Принимать 1 раз в день и запивать молоком или киселем. Если йодистого калия нет, изготовьте простейшее защитное средство из спиртового раствора йода (3-5 капель раствора йода на стакан воды для взрослого и 1-2 капли для ребенка на 100 граммов воды или молока);
- 7 Строго соблюдать правила личной гигиены;
- 8 Приготовиться к возможной эвакуации собрать документы, деньги, продукты, лекарства, средства индивидуальной защиты;

ПРИ ПОЛУЧЕНИИ ХИМИЧЕСКОГО ОЖОГА

1. Немедленно вызвать «Скорую помощь».
2. Быстро снять одежду и удалить с кожи химическое вещество (сухим тампоном, платком и т.п.). Пользоваться влажным тампоном нельзя.

3. При ожогах кислотой лить на поверхность кожи в течение 15-20 минут холодную мыльную воду или раствор соды (1 чайная ложка на стакан воды).

4. При ожогах щелочью промыть водой участки кожи, обработать раствором лимонной или борной кислоты, либо столовым уксусом, наполовину разбавленным водой.

5. Участки кожи, пораженные фосфором, погрузить в воду и промыть водой (на воздухе фосфор вспыхивает). Место ожога обработать 5% раствором медного купороса и наложить повязку, не смазывая жиром, маслом и мазями - это опасно.

6. Ожог, вызванный негашеной известью, смывать водой нельзя, т.к. выделяется тепло. Удалить известь с кожи сухой чистой тканью, а потом промыть водой или обработать растительным маслом и наложить сухую стерильную повязку.

ПОМНИТЕ

1. При обращении с химическими веществами необходимо соблюдать предельную осторожность.

2. При подозрении на поражение АХОВ исключите физические нагрузки, примите обильное теплое питье.

АХОВ

АХОВ аварийно-химически опасное вещество, применяемое в промышленности и сельском хозяйстве, при аварийном выбросе (разливе) которого может произойти химическое заражение окружающей среды в поражающих живой организм концентрациях (токсодозах).

Необходимым условием поражающего действия на человека является попадание АХОВ внутрь организма через органы дыхания, желудочно-кишечный тракт, кожный покров.

ХЛОР - зеленовато-желтый газ с удушливым запахом, малорастворим в воде, пары тяжелее воздуха. Негорюч. В смеси с водородом взрывоопасен, при нагревании емкости с хлором взрываются. Поддерживает горение многих органических веществ.

Опасность для человека

Очень опасен при вдыхании, проглатывании, попадании на кожу, в глаза.

Вызывает одышку, удушье, синюшность кожи, резкое возбуждение, шумное дыхание, потерю сознания, загрудинные боли, сухой кашель, затрудненное глотание, отек кожи и глаз.

Возможен смертельный исход от отека легких.

Первая медицинская и доврачебная помощь

Надеть противогаз. Эвакуировать на свежий воздух. Обеспечить покой, тепло, чистую одежду.

Промыть кожу, глаза, прополоскать рот, горло большим количеством воды или 2% раствором соды. Пить теплое молоко с питьевой содой.

Дать дышать смесью кислорода с воздухом и этиловым спиртом или распыленным 1-2% раствором гипосульфита натрия.

АММИАК

Бесцветный газ (жидкость) с резким запахом нашатырного спирта. Легче воздуха, хорошо растворим в воде, в атмосфере дымит. Горюч, взрывоопасен в смеси с воздухом и водородом.

Опасность для человека - опасен при вдыхании, попадании на кожу.

Вызывает кашель, насморк, чувство удушья, сердцебиение, резь в глазах и зуд кожи.

Первая медицинская и доврачебная помощь надеть противогаз. Эвакуировать на свежий воздух. Обеспечить покой. Дать подышать увлажненным кислородом, парами уксусной кислоты.

Промыть глаза, кожу большим количеством воды или 2% раствором борной кислоты. В глаза закапать 2-3 капли 30% раствора альбуцида, в нос - теплое растительное масло.

РТУТЬ

- металл, при температуре 10-18 градусов начинает испаряться.

Опасность для человека представляют пары ртути, они легко проникают во все строительные материалы, а затем выделяются из них.

Отравление ртутью через 8-24 часа выражается общей слабостью, головной болью, болью при глотании, повышенной температурой. Затем появляется боль в деснах, желудочное расстройство.

Возможен смертельный исход.

Первая медицинская и доврачебная помощь через рот обильно промыть желудок водой с 20-30 г активированного угля или белковой водой, после чего дайте молоко, а затем слабительное.

Обеспечить покой.

АЛЬНАЯ И САНИТАРНАЯ ОБРАБОТКА

При выходе из зоны радиоактивного заражения необходимо:

- 1 При возможности сразу снять всю одежду, вымыться теплой водой под душем и надеть новую одежду;
- 2 Если такой возможности нет, оставаться в средствах индивидуальной защиты органов дыхания и, став спиной к ветру, снять с себя всю верхнюю одежду;
- 3 Тщательно вытряхнуть все предметы одежды, затем повесить на перекладину или веревку и обмести сверху вниз веником или щеткой, выбить палкой;
- 4 Обувь очистить от грязи и протереть куском ткани, пучками травы или влажной тряпкой;
- 5 Закончив дезактивацию одежды и обуви, снять перчатки и противогаз;
- 6 Если вместо противогаза использовалась противо-пыльная тканевая маска, хорошо её вытряхнуть или простирать. Ватно-марлевую повязку уничтожить;
- 7 После приступить к частичной санитарной обработке:

- **тщательно вымыть руки водой с мылом, хорошо обработать ногти;**

- **обмыть шею, далее лицо и особенно ушные раковины;**

- **следите, чтобы смываемая вода не попадала в глаза, нос и рот;**
- **прополоскать чистой водой рот и горло, промыть глаза.**

Если Вам придется эвакуироваться

- 1 знать способ и конечный пункт эвакуации, сроки прибытия на сборный эвакуопункт и его адрес;
- 2 получить средства индивидуальной защиты;
- 3 уехать домой для оповещения и сбора неработающих членов семьи, эвакуирующихся вместе с Вами;
- 4 собрать необходимые вещи: одежду, обувь (в т.ч. теплую), непортящиеся продукты питания на трое суток (хлеб, сухари, консервы, сахар, соль и др.), а также питьевую воду.

Общий **вес вещей не должен превышать 50 кг** на одного человека, к чемодану или сумке прикрепите бирку с указанием фамилии, инициалов, адреса и конечного пункта эвакуации;

- 1 иметь при себе личные документы (паспорт, диплом, свидетельство о рождении и др. документы) и деньги на питание на первые дни пребывания в пункте эвакуации;
- 2 на неработающих членов семьи получить средства индивидуальной защиты на пункте выдачи по месту жительства;
- 3 на одежду детей нашить метки с указанием фамилии, имени, адреса;
- 4 перед уходом из дома закрыть форточки, окна, двери, отключить газ, электроприборы, перекрыть воду.

ДОМАШНЯЯ АПТЕЧКА

(Рекомендуемый минимум медицинских средств, необходимых для оказания первой медицинской помощи)

Валидол	Применяется при острых болях в области сердца.
Нитроглицерин	При приступах стенокардии (грудная жаба).
Корвалол, валокордин	При болях в сердце
Настойка валерианы	При нервном возбуждении.
Аспирин	Противовоспалительное средство. Применяется при простуде и лихорадочных состояниях.
Парацетамол	Применяется при простудах, гриппозных заболеваниях
Амидопирин, анальгин	Жаропонижающее, болеутоляющее и противовоспалительное средство.
Пенталгин, баралгин	Обезболивающее средство
Спазмалгин	При головных болях.
Уголь активированный	При скоплении газов в кишечнике.
Бесалол	Оказывает болеутоляющее действие при заболевании органов брюшной полости.

Сода двууглекислая	Применяется при изжоге, для полоскания горла.
Марганцовка	Используется в виде раствора для промывания ран, полоскания рта и горла.
Кислота борная	Применяется для полоскания рта, горла и промывания глаз.
Лейкопластырь бактерицидный	Для лечения ссадин, порезов, небольших ран.
Раствор йода спиртовой	Антисептическое средство. Применяется для йодовой профилактики при опасности радиоактивного заражения.
Раствор аммиака (нашатырный спирт)	Для вдыхания при обморочном состоянии. При нервном потрясении. При отравлении угарным газом.
Вазелин борный	Оказывает антисептическое действие.
Жгут кровоостанавливающий	Для временной остановки кровотечения из артерий конечностей.
Синтомициновая эмульсия	При ожогах и обморожениях.
Ванночка глазная	Для промывания глаз при засорениях.
Термометр	Для измерения температуры тела.
Бинт, вата	

ПОЖАР

(звонить 01; 112)

При возникновении пожара в квартире

1. Сообщите о пожаре по телефону 01 (сообщить точный адрес, есть ли угроза людям, ФИО заявителя, номер телефона).

2. Организуйте оповещение и эвакуацию людей из соседних квартир на нижележащие этажи.

3. Отправьте детей и престарелых на улицу.

4. Отключите электропитание квартиры (автомат в щитке Вашей квартиры, находящемся на лестничной площадке), газ, немедленно вынесите из квартиры взрыво- и пожаро- опасные предметы.

5. Если нет опасности поражения электротоком, приступайте к тушению пожара водой из крана на кухне, в ванной или из внутренних пожарных кранов; используйте также плотную мокрую ткань, мешковину, брезент. Струю воды направляйте на место наиболее сильного горения. Время от времени меняйте направление струи, чтобы предупредить распространение огня. Не следует лить воду по дыму или в верхнюю часть пламени.

6. При тушении горячей мебели распределяйте воду по возможно большей поверхности, охваченной огнем. Горящие занавеси, гардины, шторы сорвите и тушите на полу. Также на полу тушите горящую одежду.
7. Горящие жидкости тушить водой нельзя. Тушите землей, песком, огнетушителями, а если их нет - накройте место горения смоченной в воде плотной тяжелой тканью.
8. Если Вам не удалось отключить электропитание квартиры, то горящую электропроводку под напряжением забрасывайте сухим песком или тушите углекислотным огнетушителем.
9. При пожаре ни в коем случае не открывайте окна и двери, так как поток воздуха способствует распространению огня.

Памятка родителям



Памятка родителям, работникам учреждений образования о мерах, профилактики несчастных случаев вследствие падения с высоты

Как защитить ребёнка от падения из окна:

Сейчас лето, и многие родители забывают о том, что открытое окно может быть смертельно опасно для ребёнка. Каждый год от падений с высоты гибнет огромное количество детей. Будьте бдительны!

1. Никогда не держите окна открытыми, если дома ребёнок! Вам кажется, что

Вы рядом, но секунда, на которую Вы отвлечётесь, может стать последней в жизни Вашего ребёнка!

2. Никогда не используйте антимоскитные сетки - дети опираются на них и

выпадают вместе с ними наружу!

3. Никогда не оставляйте ребёнка без присмотра!

4. Установите на окна блокираторы, чтобы ребёнок не мог самостоятельно

открыть окно!

Падение из окна - является одной из основных причин детского травматизма и смертности, особенно в городах. Дети очень уязвимы перед раскрытым окном из-за естественной любознательности.

Наличие в доме кондиционера - закономерно снижает риск выпадения из окна, однако помните, что в доме, где есть ребёнок - НЕПРЕМЕННО должны стоять хотя бы фиксаторы - это минимальная защита, так как ребёнок может открыть окно и сам.

Как защитить ребёнка от падения из окна?

1. Большинство случаев падения происходит тогда, когда родители оставляют детей без присмотра. Не оставляйте маленьких детей одних.

2. Отодвиньте от окон все виды мебели, чтобы ребёнок не мог залезть на подоконник.

3. НИКОГДА не рассчитывайте на москитные сетки! Они не предназначены для защиты от падений! Напротив - москитная сетка способствует трагедии, ибо ребёнок чувствует себя за ней в безопасности и опирается, как на окно, так и на неё. Очень часто дети выпадают вместе с этими сетками.

4. По возможности, открывайте окна сверху, а не снизу.

5. Ставьте на окна специальные фиксаторы, которые не позволяют ребёнку открыть окно более, чем на несколько дюймов.

6. Защитите окна, вставив оконные решетки. Решётки защитят детей от падения из открытых окон.

Вы можете обратиться в специальные фирмы, занимающиеся их монтажом и выбрать наиболее подходящие вашему типу окон.

7. Если вы что-то показываете ребёнку из окна - всегда крепко фиксируйте его, будьте готовы к резким движениям малыша, держите ладони сухими, не держите ребёнка за одежду.

8. Если у вас нет возможности прямо сейчас установить фиксирующее и страховое оборудование, вы легко можете просто открутить отверткой болты, крепящие рукоятки и убрать их повыше, используя по мере необходимости и сразу вынимая после использования.

Обратите внимание:

* Если вы устанавливаете решётку на весь размер окна, должен быть способ быстро открыть ее в случае пожара! (Это особенно необходимо, когда специалисты МЧС вынимают людей из горящего дома лестницами, батутами, или когда спастись можно только крайней мерой - незащищённым прыжком из окна) Решётка должна открываться на навесках и запирается навесным замком. Ключ вешается высоко от пола, около самого окна, на гвоздик, так, чтобы подросток и взрослый смогли быстро открыть окно за 30-60 секунд при острой необходимости. Не заваривайте решётками окна наглухо, это может стоить вам жизни даже на первом этаже!

* При любом типе решёток - просвет между прутьями не должен быть более половины поперечного размера головы ребёнка (не более 10 см). Если ребёнок может просунуть голову между прутьями - нет ни малейшего толку от такой решётки!

* Устанавливать фиксаторы, решётки - должны только профессионалы! Не экономьте на безопасности своих детей! Обращайтесь только к надёжным фирмам, дающим долгую гарантию. В этом году в Иванове ребёнок выпал вместе с новеньким, недавно установленным стеклопакетом, просто постучав по нему кулачками!

Поиск устройств, способных защитить пластиковое окно от попыток детей его открыть, начинается, как правило, после того, как мама застаёт своего ребёнка стоящего на подоконнике у открытого окна.

Безопасность детей дома. Как сделать безопасные окна для детей?

Многие родители пытаются самостоятельно изобретать способы и устройства защиты окон от детей. Всем известен простой способ защиты от открытия окна ребёнком открутив ручку и положив её повыше.

Вместе сохраним здоровье детей!

Разговор о здоровье



Здоровье – это не только отсутствие болезней и физических недостатков. В наше время существует другая точка зрения, что здоровье бывает физическое, душевное и социальное. Физическое здоровье - это состояние правильной работы всего организма. Если человек физически здоров, то он может все свои текущие обязанности без излишней усталости. У него достаточно энергии, чтобы успешно учиться в школе и делать все необходимое дома. Душевное здоровье проявляется в том, что человек доволен собой, нравится самому себе таким, каков он есть, он удовлетворен своими достижениями и может делать выводы из своих ошибок. Для поддержания душевного здоровья необходимо отдыхать, получать новые впечатления, общаться с друзьями. Социальное здоровье проявляется в отношениях с другими людьми.

Социально здоровые люди умеют ладить с окружающими. Они уважают чужие права и могут отстаивать свои.

Они поддерживают добрые отношения с родственниками,

умеют находить новых друзей, умеют выразить свои потребности и нужды так, чтобы они стали понятны окружающим.

Здоровым можно назвать только такого человека, который обладает всеми тремя видами здоровья. Медики утверждают, что самое главное для здоровья – это умение человека работать над собой, над своим здоровьем.

Все ученые сходятся в одном: чтобы быть здоровым, нужно вести здоровый образ жизни.