

Во время движения нельзя сидеть на борту судна и переходить с одного судна на другое.
Не перегружайте судно.
Не катайтесь возле шлюзов и плотин.
Не катайтесь на скутерах и моторных лодках вблизи берега.

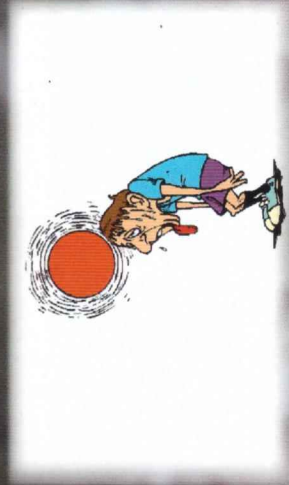


Тепловой удар

Симптомы теплового и солнечного ударов: слабость, головная боль, тошнота, учащенный пульс.

Первая помощь при тепловом ударе:

- пострадавшего надо немедленно перенести в тень;
- дать понохать ватный тампон, смоченный нашатырным спиртом;
- голову и тело пострадавшего надо протереть влажной прохладной тканью;
- на голову следует положить холодную мокрую ткань или грелку (пакет) с холодной водой.



01

Служба спасения

101

Служба спасения
(с мобильных телефонов)

02

Полиция

03

Скорая помощь

04

Газовая служба

62-99-99

Телефон доверия Главного управления
МЧС России по Саратовской области



**Отдыхая на природе,
соблюдай правила!**



ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ МЧС РОССИИ
ПО САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

WWW.64.MCHS.GOV.RU

Пожар в лесу

Не забывайте, что пожар проще предотвратить, чем потом рискуя жизнью, его тушить. Небольшой пожар можно остановить, сбивая пламя веником из зеленых ветвей, молодым деревцем, плотной тканью. Огонь надо сметать в сторону очага возгорания, небольшие языки пламени затаптывать ногами. Уходите от пожара перпендикулярно направлению ветра и кромке пожара, по просекам, тропам, дорогам, полянам, берегам ручьев и рек. При сильном задымлении рот и нос прикройте мокрой ватно-марлевой повязкой, полотенцем, частью одежды.

В пожароопасный период в лесу недопусти-

- мо:**
- пользоваться открытым огнем;
 - употреблять на охоте пьжи из легковоспламеняющихся или тлеющих материалов;
 - оставлять промасленный или пропитанный горячими веществами обтирочный материал;
 - направлять горячим баки двигателей, использовать неисправные машины, курить или пользоваться открытым огнем вблизи машин, заправляемых горючим;
 - оставлять бутылки или осколки стекла, так как они способны сработать как зажигательные линзы;
 - выжигать траву под деревьями, на лесных полянах, прогалинах, а также стерно на полях, в лесу;
 - разводить костры в хвойных молодняках, на торфяниках, лесосеках, в местах с сухой травой, под кронами деревьев, а также на участках поврежденного леса.



ВИНОВНЫЕ В НАРУШЕНИИ ЭТИХ ПРАВИЛ НЕСУТ ДИСЦИПЛИНАРНУЮ, АДМИНИСТРАТИВНУЮ ИЛИ УГОЛОВНУЮ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ!

Если вас укусило насекомое

- приложите лед (заверните в полиэтиленовый пакет и в 1 – 2 слоя сухой ткани), холодный предмет;
- сделайте крепкий раствор соды (1 столовая ложка на 100 мл воды комнатной температуры), смочите салфетку, приложите к месту укуса (при укусе пчелы следует удалить жало насекомого из ранки. В отличие от пчел, осы могут жалить повторно, поскольку не теряют жало при укусе);
- для ослабления местной токсической реакции сразу после ужаления приложите к месту укуса кусочек сахара, что способствует вытягиванию яда из ранки и препятствует развитию отека. Если отек болезнен и не спадает, обратитесь к врачу;
- общая аллергическая реакция ликвидируется приемом любого антигистаминного препарата: «Супрастина», «Глюконата кальция» или хлористого кальция. При нарастании отека, увеличении покраснения можно смазать место укуса гормональной мазью;
- при крапивнице наблюдается значительное снижение артериального давления, поэтому дайте пострадавшему 20-25 капель «Кордиамина»;
- при остановке сердца и прекращении дыхания, до приезда «Скорой помощи» проводите сердечно-легочную реанимацию: искусственное дыхание и закрытый массаж сердца.

Алкоголь категорически противопоказан, так как он способствует увеличению проницаемости сосудов, что приводит к усилению отеков.



Если Вы заблудились в лесу

Если вы поняли, что заблудились, немедленно остановитесь и осмотритесь.

К населенному пункту может вывести проселочная дорога, линия электропередач, река.

Если этих ориентиров нет, организуйте времен-

ную стоянку по возможности на открытом месте. С этого момента обеспечьте максимальную заметность своего пути и места пребывания.

Обеспечьте себя водой и теплом. Уходя в разведку, оставьте метки, чтобы можно было вернуться к месту стоянки.

Не усложняйте работу спасателей хаотичными перемещениями.



Как уберечься от молнии

Во время грозы находиться на открытом пространстве опасно, т. к. можно стать для молнии отдельным высотным объектом. Поэтому грозу на открытом пространстве надо пережить, сидя или лежа вблизи высоких объектов (деревьев, столбов, башен). Расстояние до объекта должно быть равным его высоте.

Гроза в лесу практически неопасна. Вероятность того, что молния попадет именно в то дерево, под которым вы укрылись, ничтожно мала.

Безопасный отдых у воды

Купайтесь только на оборудованных пляжах.

Не ныряйте с берега или моста, если не знаете глубины водоема и рельефа дна.

Не купайтесь в состоянии алкогольного опьянения.

Не позволяйте детям купаться без присмотра взрослых даже на мелководье.

Не бросайте в воду посторонние предметы. Это приводит к загрязнению водоема и может стать причиной травмы.

При катании на маломерном судне (лодке, байдарке, катере) все пассажиры должны быть одеты в спасательные жилеты.

Все маломерные суда должны быть оборудованы первичными средствами спасения (спасательный круг, спасконец, спасательная аптечка).