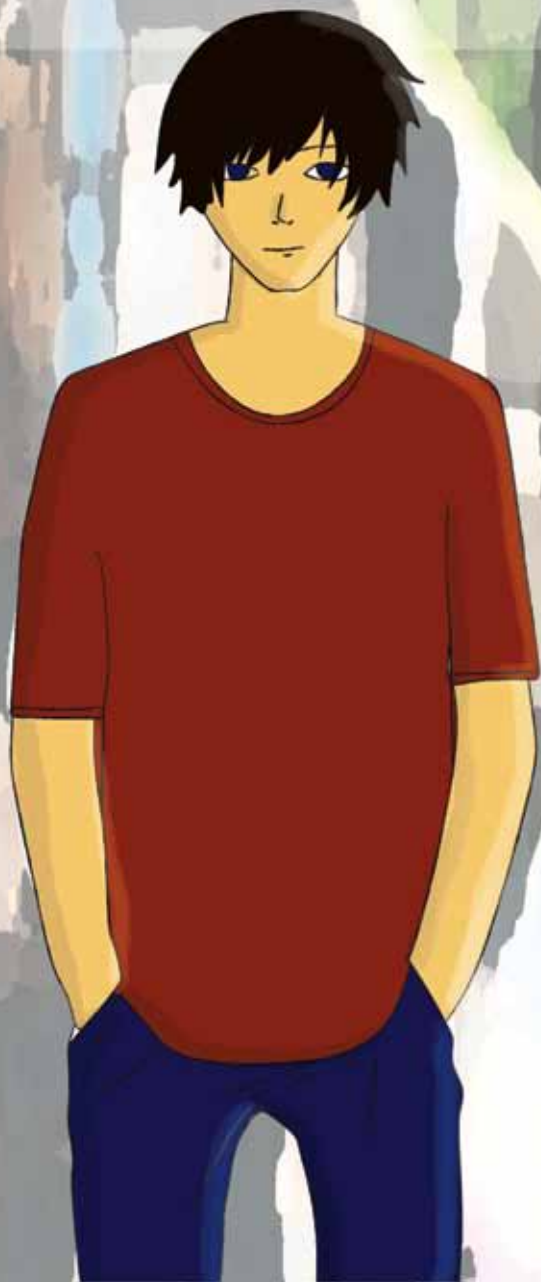




БЕЗОПАСНЫЙ МИР



Введение

Человек в течение всей своей эволюции создавал себе собственную среду обитания. Древний человек был озабочен выживанием только в естественной среде. Он должен был защищаться от хищников, обеспечивать себе пропитание и безопасное укрытие. Но с момента овладения огнем и изобретения оружия человек все меньше зависел от окружающей его природы и все больше – от того мира, который создавал сам. Развитие интеллекта и отделение от животного мира потребовало от человека пересмотра способов обеспечения своей безопасности.

Сегодня жизнь человека стала несравненно более комфортной, чем была когда-то. Гибель от когтей естественных врагов, инфекционные заболевания и недостаток питания – основные причины, по которым наши далекие предки редко доживали до 30 лет. В наши дни продолжительность жизни человека в некоторых странах достигает 80 и более лет.

Долгий путь социального и технологического развития, который проделал человек, защитил его от многих естественных угроз, которым были подвержены наши предки. Однако созданная человеком социальная и техногенная среда сама по себе стала источником новых опасностей. Эти новые опасности могут достигнуть катастрофического уровня – человек, например, может начать использовать ядерное оружие, что приведет к массовой гибели большинства биологических видов на Земле. С другой стороны, техногенные опасности можно свести к минимуму, совершенствуя технологии и решая социальные конфликты мирным путем.

Неизвестно, какой выбор сделает человечество, однако каждый человек осознанно или нет, делает свой вклад в решение этого глобального вопроса. Ежедневные усилия каждого человека по обеспечению личной безопасности окружающих его людей создают необходимый фон для снижения общего уровня тревожности и насилия в обществе и, конечном счете, его выживания.

Знакомство с материалами этой брошюры значительно повысит Ваши шансы уцелеть в различных экстремальных ситуациях и позволит получить навыки, которые могут оказаться полезными в любой момент не только Вам, но и окружающим Вас людям. Здесь вы найдете информацию об основных естественных, социальных и техногенных угрозах, характерных для Ленинградской области и способах их предотвращения или преодоления их последствий.

Общие понятия

ВЫЖИВАНИЕ – это в каком-то смысле искусство: искусство остаться в живых. И если вы оказались в экстремальной ситуации, например, наедине с дикой природой, то вам не следует считать свое снаряжение единственным спасительным средством. К тому же, его может не быть вовсе. В подобной ситуации важно самообладание, но самое главное – воля к жизни! Если она будет отсутствовать или же будет на очень низком уровне, никакое снаряжение вам не поможет.

ПРАВО НА ЖИЗНЬ – человек от рождения имеет неотъемлемые права на жизнь, свободу, на охрану здоровья, на благоприятную окружающую среду, на труд в безопасных условиях на отдых, и стремление к счастью. Гарантированы они основным законом страны – Конституцией Российской Федерации.

ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТЬ – это все, что связано с повседневной жизнью человека, его трудом и отдыхом. Человек постоянно и неразрывно связан с окружающей его средой обитания, при этом во все времена он был и остается зависимым от окружающей его среды. Именно за счет неё он удовлетворяет свои потребности в пище, воздухе, воде, материальных ресурсах, в отдыхе и т.д.

СРЕДА ОБИТАНИЯ – окружающий человека мир, который влияет на его жизнедеятельность, его здоровье и здоровье его потомства. Человек и среда обитания непрерывно находятся во взаимодействии. Совершенствовался человек, росла численность населения Земли, изменялся общественный уклад. Изменялась и среда обитания: увеличивались территории и недра, освоенные человеком.

БИОСФЕРА – природная область распространения жизни на Земле, занимающая нижний слой атмосферы, гидросферу и верхний слой литосферы. В процессе эволюции человек, стремясь наиболее эффективно удовлетворять свои потребности в пище, материальных ценностях, защите от погодных ненастий непрерывно влиял на естественную среду и, прежде всего, на биосферу. Для достижения этих целей он преобразовал часть биосферы. Эта часть стала называться техносферой.

ТЕХНОСФЕРА – регион биосферы в прошлом, преобразованный людьми с помощью технических средств в целях наилучшего соответствия своим жизненным потребностям. Техносфера, созданная человеком – это территории, занятые городами, поселками, сельскими населенными пунктами, промышленными зонами и предприятиями.

ВРЕДНЫЙ ФАКТОР – фактор, воздействие которого на человека приводит к его заболеванию.

ОПАСНЫЙ ФАКТОР – фактор, воздействие которого на человека приводит к серьезной травме или смерти человека. Опасные и вредные факторы, обусловленные деятельностью человека и продуктами его труда, называются **АНТРОПОГЕННЫМИ**. Опасные и вредные факторы, источником которых является природная среда, – **ЕСТЕСТВЕННЫМИ**.

Город, как среда обитания

Основные риски в городе

По сравнению с сельской местностью и небольшими населенными пунктами, города делают жизнь людей удобнее, а главное – обеспечивают доступ к более интересной и доходной работе, позволяют получать более качественное образование. 65% жителей Ленинградской области живет в городах. Вместе с тем, город является сложно организованной социальной и техногенной средой, и поэтому является источником характерных опасностей и угроз, о которых необходимо знать, чтобы снизить возможные риски.

В современном мире **ДОРОЖНО-ТРАНСПОРТНЫЕ ПРОИСШЕСТВИЯ** (ДТП) – ежедневный и вполне реальный риск в городе, как для пешехода, так и для автомобилиста. В Ленинградской области каждый год на дорогах гибнет более 500 человек. Необходимо отметить, что по числу погибших в результате ДТП относительно количества автомобилей Россия в десять с лишним раз превосходит наиболее безопасные европейские страны и Японию, в пять раз – США, примерно в три раза – страны Центральной Европы. Высокий уровень травматизма на российских дорогах, в первую очередь, объясняется игнорированием правил дорожного движения всеми его участниками. Тщательно соблюдая их, Вы не только обеспечиваете свою безопасность, но и даете хороший пример окружающим Вас людям и, особенно, детям.

ПОЖАРЫ – традиционная опасность для городского жителя. Современный формат многоквартирных домов с газовыми коммуникациями и мощной электропроводкой подразумевает высокий риск различных чрезвычайных происшествий. Практика показывает, насколько разрушительным может быть взрыв бытового газа, который может случиться с кем угодно и где угодно. Электрический ток, в

свою очередь, - это всегда риск электротравм и коротких замыканий. О правилах поведения при пожаре и риске получения электротравм читайте следующие разделы брошюры.

ТЕХНОГЕННЫЕ УГРОЗЫ. Города часто становятся площадками для размещения заводов, фабрик, электростанций со всеми вытекающими отсюда последствиями. С точки зрения экологической безопасности, промышленность - это постоянный источник постоянного загрязнения окружающей среды и поставщик в атмосферу и воду вредных веществ, которые способствуют развитию различных, в том числе онкологических, заболеваний. Вместе с тем, промышленность - это постоянный источник риска чрезвычайных происшествий (ЧП).

Чрезвычайные происшествия, в первую очередь, угрожают жизни и здоровью работников самого предприятия. Для предотвращения таких происшествий на всех предприятиях действуют системы мониторинга показателей экологической и технологической безопасности и нормы безопасности трудовой деятельности. Однако последствия чрезвычайных происшествий могут распространяться и на прилегающие к нему территории и город, в котором предприятие находится. Примерами таких масштабных чрезвычайных событий являются химические загрязнения, мощные взрывы материалов, разрушение плотин и дамб, радиационные загрязнения.

Если в населенном пункте, в котором Вы живете, располагается потенциально опасное предприятие, значит, местная администрация и службы по предотвращению чрезвычайных ситуаций широко распространяют информационные материалы о вероятных рисках и действиях на случай возникновения угроз. Не пренебрегайте такими материалами, изучите их и держите под рукой. Именно информированность населения о суще-

ствующей системе действий при возникновении чрезвычайных ситуаций позволяет избежать жертв и потерь. В этой связи показателен опыт Японии, где высоко налаженная система взаимодействия служб безопасности и населения делает эту страну с высокими техногенными рисками одной из самых безопасных в мире.

КРИМИНАЛЬНЫЕ РИСКИ - неизбежный спутник любого человеческого сообщества, но именно в городах они приобретают особую остроту. Для обычного жителя под криминальными рисками подразумеваются в основном насильственные преступления в отношении его собственности, личности и жизни. В первую очередь к ним относятся: кражи, бытовые ссоры, перерастающие в личную агрессию, уличные грабежи, сексуальное насилие, хулиганские нападения, уличные драки, нападения на почве национальной, религиозной ненависти, тяжкие телесные повреждения и убийства. Сегодня Россия относится к числу наиболее криминализированных стран. По количеству убийств, с учетом количества населения, наша страна превышает аналогичный показатель США в 9 раз и Западной Европы в 40 раз.

В интернете Вы можете найти многочисленные руководства о том, как защитить свою собственность или как вести себя при встрече с хулиганами. Однако криминальность - это социальное явление и по-настоящему противостоять ей можно только мерами социального характера. Основными из них являются различные формы самоорганизации граждан и налаженные механизмы взаимодействия граждан с правоохранительными органами. Известно, что уровень преступности меньше там, где жители идентифицируют себя с определенной территорией, осознают свою причастность к ней, к ее истории, разделяют общие ценности и чувствуют личную ответственность за все, что на ней происходит.

Формирование навыков самоспасения

Если исходить из того, что знания – сила, то умение применять эти знания на практике – сила вдвойне. Теоретические знания позволяют избежать аварийной ситуации и помогают сохранить жизнь в чрезвычайных условиях. Но мало знать, что нельзя переходить улицу на красный цвет светофора. Это и так все знают. Надо выработать в себе соответствующий условный рефлекс, для чего хотя бы десяток раз остановиться перед запрещающим сигналом. И привыкнуть.

Надо приучить себя, входя в неосвещенную парадную, оглядывать темные углы до того, как вам эту полезную привычку в прямом смысле вобьют в голову сомнительного вида личности. Но для этого опять-таки хотя бы несколько раз остановиться и осмотреться сознательно.

И машинально закрывать газ, уходя из дома... И ставить опасные химикаты на самые высокие полки... И не вклю-

НАДО ПРИУЧИТЬ СЕБЯ, ВХОДЯ В НЕОСВЕЩЕННУЮ ПАРАДНУЮ, ОГЛЯДЫВАТЬ ТЕМНЫЕ УГЛЫ ДО ТОГО, КАК ВАМ ЭТУ ПОЛЕЗНУЮ ПРИВЫЧКУ В ПРЯМОМ СМЫСЛЕ ВОБЬЮТ В ГОЛОВУ СОМНИТЕЛЬНОГО ВИДА ЛИЧНОСТИ.



чать рубильник, не узнав, кто и с какими целями его выключил... И еще делать много того, что надо делать механически, следуя не разуму, но раз и навсегда выработанной привычке. И тогда Вы избежите столкновений и с автомобилем, и с подъездными бандитами, и по вашей вине ваш ребенок не выпьет уксусной эссенции, и далекий, невидимый Вам электромонтер не забудется в электрических конвульсиях от того, что Вы, не подумав, включили рубильник.

И Вы, и Ваши близкие и знакомые Вам электромонтеры проживете намного дольше, если выработаете полезные привычки, которые и называются навыками выживания.

Электробезопасность в городе

Современная городская улица перенасыщена разного рода электрическими сетями, как подсолнух семечками. Достаточно оглянуться вокруг, чтобы заметить шагающие по городу опоры высоковольтных линий электропередачи, висящие вдоль улиц трамвайные и троллейбусные провода, провода осветительных фонарей, змеящиеся по стенам электровремянки, «воздушки», перекинутые с крыши на крышу. А сколько кабелей зарыто в земле под ногами – можно только догадываться.

В целом можно сказать, что чем выше или глубже находится провод, тем он опасней (оттого его и задирают на высокие столбы или прячут в многометровые траншеи). Приблизены к человеку обычно сети в 220 вольт и реже (как правило, на производстве) в 380 вольт.

В отличие от многих других опасностей электрическую человек обнаружить не может, так как она не имеет ни цвета, ни запаха, ни звука, то есть зрение, слух, обоняние, вкус в данном случае не срабатывают. Пятое чувство – осязание – задействовать не рекомендуется, так как это может

стоять жизни. Не надо, если вы не считаете себя электролампочкой, тыкать в провода пальцем, чтобы проверить, включены ли они в сеть.

И еще одна аксиома электробезопасности:

! ЛЮБОЙ ПРОВОД ИЛИ ПРИБОР ЗАВЕДОМО СЧИТАЙТЕ НАХОДЯЩИМСЯ ПОД НАПРЯЖЕНИЕМ!

Более того, даже «мертвого» провода лучше опасаться, даже если до Вас его трогали два десятка человек. А вдруг именно в тот момент, когда Вы взяли его в руки, кто-то за несколько сотен метров от вас включил рубильник!

Известны случаи, когда «бельевая проволока», привязанная к водосточной трубе, оказывалась под напряжением в результате контакта трубы с оборванной электросетью. Точно так же под напряжением могут оказаться ведущие на крышу пожарные лестницы, сама крыша, металлические



НА СЫРОЙ ПОЧВЕ И ВО ВЛАЖНЫХ ПОМЕЩЕНИЯХ ЖЕЛАТЕЛЬНО ИЗОЛИРОВАТЬСЯ ОТ ЗЕМЛИ, НАДЕВ РЕЗИНОВЫЕ САПОГИ, КАЛОШИ ИЛИ ПОДСТАВИВ ПОД НОГИ ЛЮБОЙ НЕ ПРОВОДЯЩИЙ ЭЛЕКТРИЧЕСТВО МАТЕРИАЛ ВПЛОТЬ ДО СНЯТОЙ С СЕБЯ СУХОЙ ОДЕЖДЫ.

детали здания. И если стоящий на земле или на электропроводящих подставках человек коснется их, он получит электротравму.

Крайне опасно касаться оборванных висящих или лежащих на земле проводов или даже приближаться к ним. Электротравму возможно получить и в нескольких метрах от провода за счет шагового напряжения. Земля, являясь проводником электрического тока, становится как бы продолжением оборванного провода. Электрический ток, растекаясь по почве, может представлять угрозу для человека, приблизившегося ближе, чем на 6 - 8 метров. Достаточно сделать шаг внутрь этого невидимого круга, чтобы из-за разницы электрических потенциалов под правой и левой ногами получить электротравму.

Несколько заключающих слов о действиях при поражении электрическим током. При поражении током до 380В человек вследствие судорожного сокращения мышц крепко сжимает предмет, находящийся под напряжением,

! НЕДОПУСТИМО ПЫТАТЬСЯ ОТТАЩИТЬ ЧЕЛОВЕКА ОТ ИСТОЧНИКА ТОКА, ЭТО ПРИВЕДЕТ ЛИШЬ К ТОМУ, ЧТО ВМЕСТО ОДНОГО ТРАВМИРОВАННОГО ЭЛЕКТРОУДАРОМ ПОЯВЯТСЯ ДВОЕ, А ПРИ ПОДХОДЕ СЛЕДУЮЩЕГО - ТРОЕ, И ТАК ДО БЕСКОНЕЧНОСТИ!!!



и самостоятельно освободиться не может. Очень быстро человек теряет сознание и, продолжая оставаться под напряжением, погибает. Отсюда, в первую очередь для спасения пострадавшего, надо разомкнуть электрическую цепь, частью которой он стал.

Самое простое решение - разомкнуть цепь с помощью выключателя, рубильника или штепсельного разъема, вывертывания пробок или отключения на щитке автоматических выключателей. Если это невозможно, следует перерезать или перебить провод по одной жилке с помощью кусачек, ножниц или другого инструмента, имеющего рукоять из изолирующего материала. В крайнем случае, можно перерубить топором, Лопатой и тому подобным подручным инструментом, предварительно обернув рукоятку сухой тканью, резиной или другим, не проводящим электричество, материалом.

При невозможности отключения следует с помощью длинной сухой палки, предварительно обмотав ее диэлектрическим материалом, снять провод с потерпевшего, или оттолкнуть его от источника тока, или оттянуть пострадавшего к себе, ухватившись за одежду и не прикасаясь к открытым частям тела.

На сырой почве и во влажных помещениях желательно изолироваться от земли, надев резиновые сапоги, калоши или подстелив под ноги любой не проводящий электричество материал вплоть до снятой с себя сухой одежды.

!ПОМНИТЕ, ЕСЛИ ВЫ ПОСПЕШИТЕ, ТО НЕ ТОЛЬКО НЕ ПОМОЖЕТЕ ПОТЕРПЕВШЕМУ, НО И ПОСТРАДАЕТЕ САМИ. ЛУЧШЕ ЛИШНИХ НЕСКОЛЬКО СЕКУНД ПОТРАТИТЬ НА ПОДГОТОВКУ И ГАРАНТИРОВАННО СПАСТИ ЧЕЛОВЕКА, ЧЕМ ВЫИГРАТЬ МГНОВЕНИЕ И ПОТЕРЯТЬ ЕГО, А ВОЗМОЖНО, И СВОЮ ЖИЗНЬ!

После того как вы вытащили пострадавшего из опасной зоны, надо незамедлительно оказать ему первую ме-

**! НЕЛЬЗЯ ИСПОЛЬЗОВАТЬ
НЕИСПРАВНЫЕ, ИЗНОШЕННЫЕ
ЭЛЕКТРОПРИБОРЫ, УДЛИНИТЕЛИ!!!**



дицинскую помощь вплоть до искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. Далеко не каждое поражение электрическим током, даже превышающим 380 В, смертельно. Жизнь пострадавшего напрямую зависит от того, насколько быстро и квалифицированно вы окажете ему помощь.

Если под напряжение попали Вы сами, то надо любым способом постараться оторваться от «прилипшего» провода вплоть до сознательного падения с высоты нескольких метров. Жизнь важнее любых ушибов и переломов. Кроме того, можно рекомендовать, чтобы разорвать электрическую цепь, подпрыгнуть вверх и в момент отрыва от грунта отбросить находящийся под напряжением предмет. Точно так же можно помочь постороннему человеку, громко крикнув: «Подпрыгни!» Если он еще не потерял сознание, возможно, услышит Вас.

Чтобы избежать поражений электрическим током на улице, **НЕЛЬЗЯ**:

- Ходить по земле, держать в руках включенные в сеть электроприборы. Особенно опасно ходить босиком по влажной почве вблизи электрифицированных объектов.
- Привязывать бельевые веревки к водосточным трубам, расположенным под электролиниями.
- Работать с радио- и телевизионными антеннами, установленными на крыше вблизи электролинии.
- Использовать садовый инвентарь в местах, где электролинии приближены к деревьям.
- Снимать с линии электропередачи планеры, воздушных змеев и другие зацепившиеся за провода предметы.
- Вести строительные и другие работы под линиями электропередачи.
- Входить в электрощитовые и другие электротехнические помещения.
- Браться за оборванные висящие и лежащие на земле провода.

! НЕЛЬЗЯ ВБИВАТЬ ГВОЗДИ В СТЕНУ В МЕСТЕ, ГДЕ МОЖЕТ РАСПОЛАГАТЬСЯ СКРЫТАЯ ПРОВОДКА!!!



Дома:

- Вбивать гвозди в стену в месте, где может располагаться скрытая проводка. Смертельно опасно в этот момент заземляться на батареи центрального отопления, водопровод.
- Сверлить стены в местах возможной электропроводки.
- Красить, белить, мыть стены с наружной или скрытой проводкой, находящейся под напряжением.
- Работать с включенными электроприборами вблизи батарей или водопровода.
- Работать с электроприборами, менять лампочки, стоя на ванной.
- Работать с неисправными электроприборами.
- Ремонтировать необесточенные электроприборы.

Пожар в городе

Самая распространенная и тем самая опасная стихия, с которой приходится сталкиваться городскому жителю, - огонь. Даже самый грандиозный лесной пожар по своим трагическим последствиям не может конкурировать с самым средним, но случившимся в густонаселенном городском районе. В Ленинградской области ежегодно возникает около 4000 тысяч пожаров, в которых гибнет около 300 человек.

Замкнутость горящих помещений и связанные с этим чрезмерная скученность людей, паника, давка, вертикальное (вверх и вниз по этажам) распространение огня, ядовитые вещества, выделяющиеся при горении синтетических материалов, - вот далеко не все отличия лесного пожара от типичного городского.

Отчего возникают пожары?

ДЕТИ. Дети всегда любили жечь спички, бумагу, костры, а заодно квартиры, подъезды и целые кварталы городов. Каждый ребенок - это потенциальный пироман. Отучить их от игры с огнем невозможно. Но можно лишить

КАЖДЫЙ РЕБЕНОК -
ЭТО ПОТЕНЦИАЛЬНЫЙ ПИРОМАН.



«средств производства» - тех самых спичек, зажигалок, электронагревательных приборов. Все предметы, с помощью которых можно добыть огонь, необходимо убрать подальше и закрыть покрепче. Это особенно важно потому, что первыми от шалостей с огнем гибнут сами шалуны.

ПЬЯНЫЕ. Опасны даже в большей степени, чем дети. Потому что уровень сознания их в момент употребления равен детскому, но отобрать у них спички и спрятать их не удастся. Не дают. У пьяных людей значительно ослаблен, если не вовсе отсутствует самоконтроль. Они курят в постели, открывают вентили газовых плит, забывая поджечь огонь, оставляют на плите полные чайники и кастрюли, которые, кипя, гасят пламя.

Здесь есть два выхода из положения - либо не пить, либо, зная за собой такую слабость, заранее спрятать все сигареты, спички и зажигалки и перекрыть газ. Злоупотребляющих, равно как и детей, оставлять один на один с пожароопасными предметами нельзя.

РАССЕЯННЫЕ ЛЮДИ. Те, которые не закрывают, не выключают, не убирают, забывают и пр. И еще те жильцы, которые, не задумываясь о последствиях своих поступков, пододвигают электронагреватели вплотную к обоям или оконным шторам, сушат одежду над открытым огнем и еще тысячей и одним способом нарушают общеизвестные правила противопожарной безопасности.

ЭЛЕКТРИЧЕСТВО. Строго говоря, пожарную опасность представляет не само электричество, а люди, которые им пользуются. Именно они тащат в дом сварочные аппараты и другие приборы, для питания которых требуется электростанция средней мощности; оставляют работающие вхолостую электроприборы, на скорую руку соединяют электрические провода и эксплуатируют заведомо неисправные приборы, подмотав, подпаяв, подкрутив их; втыкают три тройника друг в друга и в каждый из них еще бог знает сколько электроприборов, вызывая перегрев проводки и замыкание; пробивают электропроводку гвоздями и обливают ее водой, надумав вымыть стены; закрывают лампы газетами; устанавливают телевизоры в тесные ниши стен, где они раскаляются как электроплитки... И много чего другого делают, что рано или поздно приводит к пожару.

Ситуация усложняется тем, что в современных высотных зданиях, пронизанных коммунальными сетями, огонь быстро находит себе путь на другие этажи, зачастую отрезая попавших в огненную ловушку людей от спасения. Любая вентиляция, лифтовая шахта или мусоропровод могут потянуть через себя пламя не хуже вытяжной трубы печки. Именно поэтому так важно, как выражаются пожарные, локализовать очаг пожара в самом начале. Это важнейшее, если не главное, правило при тушении пожара.

! ВОВРЕМЯ ЗАМЕТИТЬ ОГОНЬ И, НЕ ТЕРЯЯ НИ МИНУТЫ, ПОТУШИТЬ ЕГО, ЧТОБЫ ОН НЕ ПЕРЕРОС В БОЛЬШОЙ ПОЖАР!

Противопожарные средства

ГИДРАНТЫ. Обычно устанавливаются в общественных зданиях (кинотеатрах, школах, институтах и пр.). Предназначены для заливания очагов пожара сильной струёй воды. При их использовании следует заранее, до подачи воды, размотать пожарный рукав во всю длину и подтянуть поближе к очагу пожара. Потому что после наполнения водой он станет неподъемным.

ОГНЕТУШИТЕЛИ. Подразделяются на пенно-химические и воздушно-пенные, углекислотные и порошковые. Наиболее распространены огнетушители пенно-химические. Их мы видим каждый день на пожарных щитах или в специальных тумбочках на работе, в магазинах, театрах... Инструкция по использованию огнетушителей написана на их корпусе. Так что вам остается лишь повторить указанные там действия.

! ХИМИЧЕСКИМИ ПЕННЫМИ ОГНЕТУШИТЕЛЯМИ НЕЛЬЗЯ ЗАЛИВАТЬ ЭЛЕКТРОПРИБОРЫ И ПРОВОДКУ, НАХОДЯЩИЕСЯ ПОД НАПРЯЖЕНИЕМ. ИНАЧЕ К ПОЖАРУ И ВЗРЫВУ ДОБАВИТСЯ ЕЩЕ ЭЛЕКТРОТРАВМА. ВАМ ЭТО НАДО?!

В порошковых огнетушителях используется бикарбонат соды, «засыпающий» огонь, примерно как песок. Предназначены они для тушения бензина, керосина, дизтоплива, лаков, красок и пр. И в том числе электроприборов, напряжение которых не превышает тысячи вольт. Такие огнетушители используются в автомобилях.

Для тех же целей подойдут углекислотные огнетушители, содержащие сжиженный газ, углекислый ангидрид, который, испаряясь, сильно охлаждает (вплоть до образования сухого льда) горячие поверхности. Он наиболее безопасен при тушении горящих электропри-

боров.

А что делать, когда огнетушитель отработает свое? Снова бежать к пожарному щиту. И набрать воды в висящее там ведро. Или песок из стоящего здесь же красного ящика. Засыпая песком горящие поверхности, вы лишаете огонь кислорода. И тем сбиваете его. Особенно незаменим песок (только сухой песок!) при тушении электроприборов, находящихся под напряжением. Если нет песка, его можно заменить стиральными порошками и порошкообразными чистящими веществами. Тот же эффект достигается, если пламя закрыть любым толстым, негорючим материалом. Ну и, наконец, можно снять с пожарного щита багор и с его помощью оттащить горящий предмет в безопасное место. Например, поближе к воде.

Гораздо хуже обстоит дело, если противопожарных средств под рукой не оказалось. Например, дома. Где противопожарные щиты устанавливать не принято. Здесь малые очаги пожара можно гасить большой тряпкой, шваброй или даже метлой, обмотанными тряпками. Огонь сбивается мокрой тряпкой ударами сверху или размазыванием воды по горячей поверхности. Длинная ручка позволяет вам не обжечься.

Если огонь разрастается - открывайте на полную мощность краны и подставляйте под них ведра. Сливное отверстие обязательно заткните пробкой, чтобы в ванну набиралась вода, проливающаяся мимо ведер. Черпать воду ведром из наполненной ванны гораздо быстрее, чем ждать, пока она наполнится из-под крана.

Нет воды? Или за ней далеко бежать? Сгодится вода из стоящего поблизости аквариума. Или земля из цветочных горшков. Плотная ткань. Хоть даже старая кожаная куртка. При отсутствии ведер используйте для переноса воды полиэтиленовые пакеты, портфели, сумки и тому подобные импровизированные емкости.

!ПРИ ТУШЕНИИ ЗАГОРЕВШИХСЯ ЭЛЕКТРОПРИБОРОВ (ЧАЩЕ ВСЕГО ТЕЛЕВИЗОРА) ИЛИ ПРОВОДКИ НЕОБХОДИМО, ПРЕЖДЕ ЧЕМ ЛИТЬ НА НИХ ВОДУ, ВЫДЕРНУТЬ ИЗ РОЗЕТКИ ШНУР! ЕСЛИ К РОЗЕТКЕ НЕ ПОДОЙТИ ИЗ-ЗА ОГНЯ, НАДО ОБЕСТОЧИТЬ ЭЛЕКТРИЧЕСКУЮ СЕТЬ В КВАРТИРЕ, ВЫКРУТИВ ПРОБКИ. ИНАЧЕ ВАС МОЖЕТ УДАРИТЬ ТОКОМ!

И старайтесь, организуя тушение, не открывать форточки и окна, чтобы избавиться от дыма, - сквозняк может усилить горение. Вначале загасите огонь, потом проветрите помещение.

Спасти от пожара может Ваша бдительность и бдительность соседей! Любой даже самый незначительный запах гари на вашей лестничной клетке надо истолковывать как пожар. И не лениться понюхать двери на Вашей и соседних лестничных площадках. В подозрительно «пахнущую» квартиру надо позвонить, постучать, барабанить ногой, попробовать выбить дверь. А кто-нибудь из соседей пусть срочно вызывает пожарных и «Скорую помощь».

!ЕСЛИ ВЫ ВИДИТЕ, ЧТО НЕ СПРАВЛЯЕТЕСЬ С РАЗРАСТАЮЩИМСЯ ОГНЕМ, НЕ ЗАТЯГИВАЙТЕ ВРЕМЯ В НОВЫХ БЕСПЛОДНЫХ ПОПЫТКАХ - НЕМЕДЛЕННО ВЫЗЫВАЙТЕ ПОЖАРНУЮ КОМАНДУ!

После вызова необходимо предупредить о пожаре ближних соседей и уже с помощью их и тех, кто живет на верхних этажах, начать эвакуацию.

Эвакуация из горящего дома

Покидая горящую квартиру, имеет смысл брать с собой только самое необходимое. Затягивая уход в попыт-

ВОВРЕМЯ
ЗАМЕТИТЬ ОГОНЬ
И, НЕ ТЕРЯЯ НИ
МИНУТЫ,
ПОТУШИТЬ ЕГО,
ЧТОБЫ ОН НЕ
ПЕРЕРОС В
БОЛЬШОЙ ПОЖАР



ках спасти еще какую-нибудь дорогую сердцу вещь, и еще какую-нибудь, и еще... можно, не заметив того, отравиться продуктами горения.

! УХОДЯ, ПЛОТНО ЗАКРОЙТЕ ВХОДНУЮ ДВЕРЬ, ЧТОБЫ УМЕНЬШИТЬ ТЯГУ ВОЗДУХА, И ВСЕ ДВЕРИ, ОКНА И ФОРТОЧКИ ВНУТРИ КВАРТИРЫ. ПО ВОЗМОЖНОСТИ ЗАТКНИТЕ ВСЕ ЩЕЛИ. ОТКРОЙТЕ КРАНЫ И ПУСТИТЕ ВОДУ НА ПОЛ. И ОБЯЗАТЕЛЬНО ПЕРЕКРОЙТЕ ГАЗ. ЧТОБЫ НЕ ВЫПУСТИТЬ ОГОНЬ НА ЛЕСТНИЧНУЮ ПЛОЩАДКУ, ОБЛЕЙТЕ ДВЕРЬ ВОДОЙ!

Но самое главное - эвакуировать с горящего этажа и с верхних этажей всех детей, пожилых людей и вообще всех жильцов, не занятых непосредственно в противопожарных мероприятиях.

Огонь в высотных зданиях иногда распространяется самым замысловатым образом, и, почти победив пожар в



! ЕСЛИ ВЫ ВИДИТЕ, ЧТО НЕ СПРАВЛЯЕТЕСЬ С РАЗРАСТАЮЩИМСЯ ОГНЕМ, НЕ ЗАТЯГИВАЙТЕ ВРЕМЯ В НОВЫХ БЕСПЛОДНЫХ ПОПЫТКАХ – НЕМЕДЛЕННО ВЫЗЫВАЙТЕ ПОЖАРНУЮ КОМАНДУ!!!

месте возгорания, можно вдруг с удивлением обнаружить, что разгорелся расположенный выше этаж. Пусть лучше жильцы пересидят опасность во дворе, чем окажутся отрезанными огнем от путей эвакуации в своих высотных квартирах.

А чтобы они не скучали, им надо поручить организовать встречу прибывающих пожарных машин, провести их кратчайшим путем к подъезду, указать, где находится очаг пожара и располагаются гидранты, по возможности расчистить дорогу от оставленных на время легковушек. Сейчас это не представляет трудности: достаточно лишь тряхнуть машину, чтобы через минуту на звук сработавшей сирены выскочил ее хозяин и по общей просьбе освободил проезжую часть.

! ТОЛЬКО НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПОДЪЕМА ЛИФТ. ОН В ЛЮБУЮ СЕКУНДУ МОЖЕТ СТАТЬ СМЕРТЕЛЬНО ОПАСНОЙ ЛОВУШКОЙ!

Даже не очень сильный пожар часто приводит к замыканию электросетей, после чего лифт недвижимо замирает где-нибудь между этажами. Так вы и останетесь сидеть в нем, пока до вас не доберется огонь. Кроме того, лифтовая шахта, работая в режиме вытяжной трубы, быстро заполняется дымом, которым можно отравиться в считанные секунды. Лучше всего при первых признаках пожара заблокировать лифт, засунув между створок его дверей какой-нибудь предмет, чтобы им не смогли воспользоваться другие жильцы, не знающие данного простейшего правила противопожарной безопасности.

Неоценимую услугу погорельцам и пожарным можно оказать, опросив всех пострадавших и выяснив, в каких квартирах могли остаться нуждающиеся в помощи люди, посчитав по головам всех спасенных детей и стариков и сверив их число с составленным общими силами списком проживающих в подъезде жильцов. Во время пожаров нередко случаются случаи, когда находящиеся в состоянии стресса люди просто забывают об инвалидах, парализованных и

! ТОЛЬКО НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПОДЪЕМА ЛИФТ. ОН В ЛЮБУЮ СЕКУНДУ МОЖЕТ СТАТЬ СМЕРТЕЛЬНО ОПАСНОЙ ЛОВУШКОЙ!!!



старых людях, которые самостоятельно выбраться из своих квартир не могут. С той же целью следует организовать наблюдение за окнами горящего дома. И немедленно сообщать пожарным о любом движении, замеченном за стеклами.

При начале пожара в многоэтажном здании НАДО:

- Загасить малый очаг пожара с помощью подручных средств: огнетушителей, песка, брезента, воды и пр.;
- При усилении огня вызвать пожарных;
- Покинуть здание. При невозможности выхода через подъезд подняться на крышу;
- Защитить дыхательные пути мокрой тканью;
- При уходе из комнаты осмотреть шкафы, пространства под столами и кроватями, где часто прячутся дети;
- При прохождении через горящее помещение: снять плавящуюся и легковоспламеняющуюся одежду, облить водой, накрыться мокрым одеялом, отдышаться, задержать дыхание, преодолеть помещение бегом;
- При сильной задымленности передвигаться на четвер-

**! САМОЕ ГЛАВНОЕ
-ЗВАКУИРОВАТЬ С ГОРЯЩЕГО
ЭТАЖА И С ВЕРХНИХ ЭТАЖЕЙ
ВСЕХ ДЕТЕЙ, ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ
И ВООБЩЕ ВСЕХ ЖИЛЬЦОВ, НЕ
ЗАНЯТЫХ НЕПОСРЕДСТВЕННО В
ПРОТИВОПОЖАРНЫХ
МЕРОПРИЯТИЯХ!!!**



**! ПРИ ПОЖАРЕ
НЕОБХОДИМО
ЗАЩИТИТЬ
ДЫХАТЕЛЬНЫЕ ПУТИ
МОКРОЙ ТКАНЬЮ!!!**



реньках или ползком;

- Гасить загоревшуюся одежду, катаясь в ней по земле или закрывая огонь плотной тканью.

НЕЛЬЗЯ:

- Пользоваться во время пожара лифтом;
- Заходить в горящее помещение, если нет уверенности, что проскочить его можно за несколько десятков секунд.

Если пожар блокировал вас в комнате, НАДО:

- Открыть все краны, направив струи воды на пол;
- Смочить с двух сторон входные двери и повесить их мокрым одеялом;
- Заткнуть щели между косяком, дверью и полом. И только после этого приоткрыть окно;
- Выбросить из комнаты на улицу все легковоспламеняющиеся предметы обстановки;
- Смочить одежду;
- Набрать воду в любые подручные емкости;

- Встать у открытого окна, привлекая к себе внимание пожарных.
- В заключение несколько элементарных правил противопожарной безопасности, при выполнении которых умение выживать в зоне пожара Вам просто не понадобится.

НЕЛЬЗЯ:

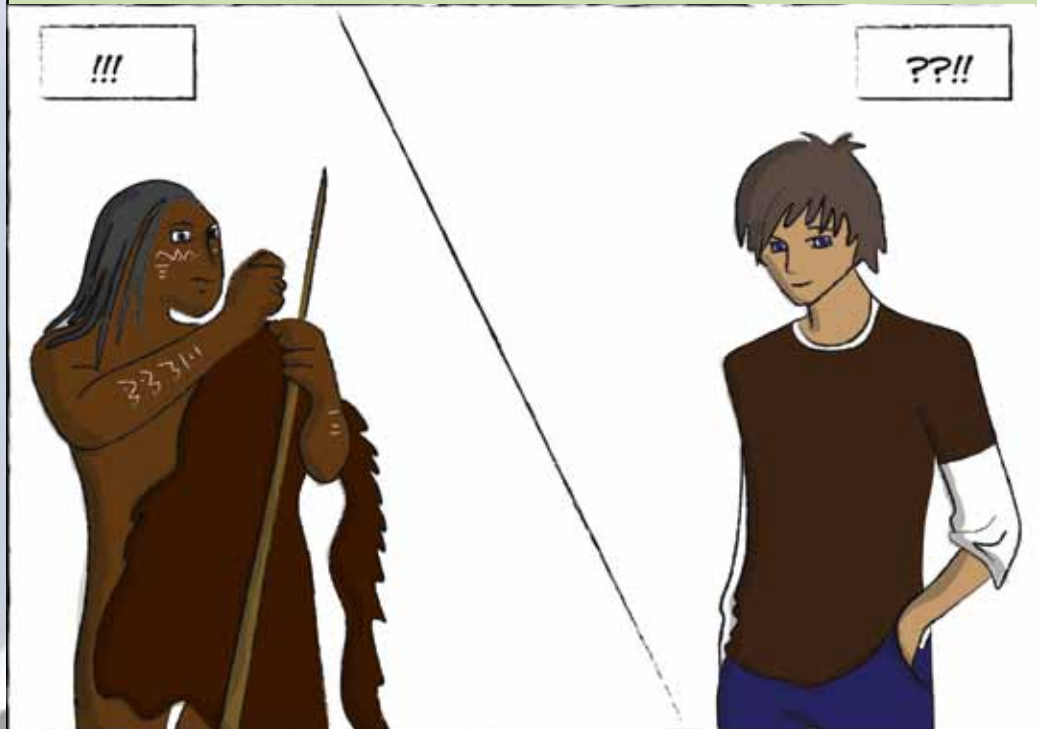
- Оставлять в доме, где есть дети, легковоспламеняющиеся предметы;
- Оставлять без присмотра горящие газовые плиты и электрические чайники и другие электрические приборы, служащие для приготовления пищи и кипячения воды;
- Использовать изношенные, перебитые и самодельные электроудлинители;
- Нагружать на одну розетку несколько электрических приборов, суммарная мощность которых превышает 1,5 киловатта;
- Применять в электропробках и предохранителях самодельные проволочные «жучки»;
- Использовать в пластиковых лампах и абажурах электролампочки большей, чем указано в техническом паспорте, мощности;
- Накрывать или оборачивать электролампы газетами или тканью;
- Располагать нагревательные приборы вблизи штор, накидок, развешанной одежды, стен, оклеенных обоями, и пр.;
- Курить, лежа в постели;
- Сушить белье, разогревать мастики и прочую бытовую химию над огнем, в любых других целях использовать в квартире открытый огонь;
- Загромождать пожарные выходы;
- Закрывать пожарные двери и люки в лоджиях и на балконах верхних этажей.

Поведение в естественной среде

Формирование навыков самоспасения

Мало кто отказывает себе в удовольствии бывать загородом. Вышел ли человек ли на небольшую прогулку или выбрался в длительный автономный поход, он оказывается в естественной среде, правилам поведения в которой современный человек должен специально учиться.

Знание приемов самоспасения приобретает наибольший КПД (коэффициент полезного действия) в случаях, когда теория смыкается с практикой. Иначе говоря, когда человек владеет навыками практического выживания, когда не только знает, что делать в той или иной ситуации, но знает, как это делать. Не однажды путешественникам приходилось удивляться приспособленности местных жителей к жизни в той или иной климато-географической зоне. То, что гостями расценивается как экстремальные условия



природной среды, для них не более чем нормальная погода.

Поколениями накапливаемые знания, закрепленные навыками практической жизнедеятельности, позволили людям приспособиться к самым неблагоприятным условиям внешней среды. Эскимос может позволить себе многосуточную прогулку по льдам Северного Ледовитого океана в сорокаградусный мороз, вооружившись одним лишь длинным ножом, с помощью которого в течение часа умеет обеспечить себя надежным жилищем. Для охотника-промысловика тайга - дом родной, что «накормит, напоит и спать уложит». Австралийские аборигены живут в пустынях, признанных абсолютно не пригодными для существования, благодаря тому, что научились находить и извлекать воду из клубневидных корней некоторых растений. Они знают, где в пустыне вода и пища, и умеют ее добыть, поэтому предел их долговременного выживания там, где европеец живет часы, исчисляется десятилетиями. Немало известно случаев, когда заблудившуюся, погибающую от голода группу, спасала счастливая встреча с местным жителем.

Никто не застрахован от попадания в чрезвычайные ситуации в естественной среде. Выйдя в лес за грибами, можно заблудиться на несколько дней. Можно подвернуть ногу, потерять способность передвигаться на некоторое время. Может сломаться транспорт, на котором Вы собирались выбраться из леса. Могут неожиданно ухудшиться погодные условия, особенно в горах, и люди, выбравшись на небольшой летний пикник, оказываются неподготовленными к суровым условиям. Транспортная авария может надолго задержать возвращение человека к обжитым местам. Как показывает практика, максимальные шансы на выживание оказываются у тех, кто хоть немного имеет представление о том, как нужно вести себя в подобных случаях.

Перед человеком, оказавшимся один на один со стихией, встают проблемы как физического, так и морального

плана. В одиночку сложнее оборудовать долговременный костровой бивак, труднее пробивать в снежной целине тропу, обеспечиваться продуктами питания, практически невозможно, не имея специального снаряжения, организовать надежную страховку при преодолении сложных участков местности и многое другое.

Человек, оказавшийся в одиночестве в чрезвычайных условиях, в большей степени подвержен эмоциональным стрессам. Для одиночного выживания характерны быстро развивающиеся реактивные психические состояния, нередко человек впадает в глубокую депрессию. При долгой изоляции от внешнего мира, от людей у потерпевших бедствие могут наблюдаться слуховые и зрительные галлюцинации. В подобной ситуации очень важно не давать волю своим эмоциям и больше полагаться на рассудок. Нужно стремиться каждую минуту заполнить какой-нибудь полезной работой, которая отвлечет от ненужных размышлений.

Пикники и походы

Семейные пикники, небольшие походы и вылазки в лес за грибами являются одним из самых любимых способов отдыха для огромного количества людей. Одной из их самых притягательных сторон похода является его некоторая степень непредсказуемости, которая создает атмосферу приключения. Для того чтобы ваши приключения были приятными, необходимо знать элементарные правила подготовки и выживания в естественной среде.

Успех всего мероприятия во многом зависит от того, как вы продумали и обеспечили безопасность Вашего похода. Не смотря на обещания гидрометеоцентра «тепло, ясно, сухо», непременно положите в рюкзак теплый плед, шерстяные носки, непромокаемую куртку. Небольшая кипа старых газет пригодится вам не только для разведения огня, но и поможет в случае, если дети промочат обувь.

Вам лишь нужно будет обернуть ноги газетой - так легче сохранить тепло.

Обязательное условие безопасности - наличие аптечки! И ее содержимое имеет большое значение. Йод, бинты, обезболивающее, активированный уголь и жаропонижающее средство, медицинский жгут, мазь от повреждений кожи, средство от укусов насекомых.

Если у Ваших детей предрасположенность клюбого вида аллергиям - антиаллергенное средство. Вот необходимый минимум, который должен быть у вас всегда под рукой.

ОТПРАВЛЯЯСЬ В ЛЕС ДАЖЕ НА НЕПРОДОЛЖИТЕЛЬНОЕ ВРЕМЯ, ОБЯЗАТЕЛЬНО ВОЗЬМИТЕ С СОБОЙ НОЖ И СПИЧКИ!



Огонь и многофункциональный инструмент - это тот минимум, который при необходимости поможет Вам справиться с различными непредвиденными трудностями, например, сделает вынужденную ночевку в лесу, намного более комфортной.

В лесах Ленинградской области за сезон теряются сот-

ни людей. Пик приходится на осенний период сбора грибов. «Потеряшек» ищут и профессиональные спасатели, и специально привлекаемые для поисков на местности волонтеры. Но для того, чтобы Вас начали искать, нужно обязательно как-то сообщить о том, что Вам нужна помощь и где Вы находитесь.

ОТПРАВЛЯЯСЬ В ЛЕС,
ОБЯЗАТЕЛЬНО ПРОСЛЕДИТЕ,
ЧТОБЫ ВАШ МОБИЛЬНЫЙ
ТЕЛЕФОН БЫЛ ПОЛНОСТЬЮ
ЗАРЯЖЕН!



- Перед выходом в лес предупредите родных, куда идете и, самое главное, зарядите полностью мобильный телефон и другие средства коммуникации.
- Не в сумке, а в кармане всегда имейте нож, спички в сухой коробочке и часы - они помогут и не паниковать, и ориентироваться, как по компасу.
- Одевайтесь ярко - в камуфляже вас могут не найти и с трех метров, предпочтительнее рыжие, красные, желтые, белые куртки, хорошо наклеить светоотражающие полосы или рисунки.

- Старайтесь не уходить далеко от знакомого маршрута, не «срезайте угол» по незнакомой местности, особенно по болоту.
- Если потерялся Ваш родственник, сразу же вызывайте спасателей. Нередко самостоятельные поиски приводят только к затаптыванию следов, по которым можно было отыскать человека.
- Если Вы пытаетесь, например, докричаться до потерявшегося, ждите его на одном месте достаточно долго.

**ОДЕВАЙТЕСЬ ЯРКО – В КАМУФЛЯЖЕ
ВАС МОГУТ НЕ НАЙТИ!**



Что делать, если вы все-таки заблудились в лесу?

Для того чтобы, будучи в одиночестве в лесу, остаться в живых, нужны элементарные первоначальные знания и огромное желание найти выход из ситуации. Специалисты рекомендуют заблудившемуся, прежде всего, крепко обнять дерево и успокоиться.

Не паникуйте, остановитесь и подумайте - откуда пришли, не слышно ли криков, шума машин, лая собак. Выйти к людям помогают различные звуки: работающий трактор (слышно за 3-4 километра), собачий лай (2-3 километра), проходящий поезд (до 10 километров). Трубы на крышах можно увидеть за 3 километра, заводские трубы — за 6 километров, колокольни и башни — за 15 километров.

При отсутствии подходящих ориентиров лучше всего «выходить на воду» и двигаться вниз по течению. Ручей обязательно выведет к реке, река - к людям.

Если точно знаете, что вас будут искать - оставайтесь на месте, разведите костер, пойте песни - подыму и голосу найти человека легко. Собираясь ночевать, сделайте постель из лапника, костер желательно поддерживать всю ночь - для этого киньте туда пару толстых веток. Если ищите дорогу сами - старайтесь не петлять, ориентируйтесь по солнцу, хорошо, если удалось выйти на линию электропередач, железную дорогу, газопровод, реку - идя вдоль этих объектов, всегда выйдете к людям, пусть и не там, где предполагали. Подавать звуковые сигналы можно ударами палки о деревья, звук от них далеко расходится по лесу.

При необходимости движения можно ориентироваться по сторонам света даже без компаса. Так, кора березы и сосны на северной стороне темнее, чем на южной, а стволы деревьев, камни, выступы скал гуще покрыты мхом и лишайниками. Смоляные капли на стволах хвойных деревьев выделяются с северной стороны

менее обильно, чем с южной. Все эти признаки бывают отчетливо выражены у отдельно стоящего дерева на поляне или опушке.

Не пытайтесь сокращать путь. Не паникуйте, если поймете, что начинаете кружить. Это обычное явление. Называется "фокусом правой ноги". Один шаг у людей всегда короче другого. Как бы вы ни старались идти прямо, вас обязательно будет заносить в сторону. В горах петля будет короче, на равнине - длиннее. Лучше всего, сделав один круг, не пытаться перехитрить судьбу и делать второй, третий. Чтобы выдержать намеченное направление, необходимо выбирать хорошо заметный ориентир через каждые 100-150 м маршрута. Это особенно важно, если путь преградил завал или густой кустарник, который вынуждает отклониться от прямого направления.

Наиболее коварные препятствия в лесу - это болота и трясины. Провалившись в болото, не нужно поддаваться панике, делать резкие движения. Необходимо осторожно, опираясь на лежащий поперек шест, принять горизонтальное положение, затем попытаться достать руками камыш, траву и, подтягиваясь, отползти от опасного места. Если по болоту передвигается несколько человек, надо держаться ближе друг к другу, чтобы иметь возможность в любую минуту оказать помощь товарищу.

Если необходимо организовать временную стоянку, это нужно сделать на сухом месте. Построить убежище из подручных материалов, развести костер, пополнить запасы пищи из кладовой природы и ожидать прихода помощи. Расположиться лучше всего поблизости от ручья или речушки, на открытом месте, чтобы всегда иметь под рукой запас воды. Кроме того, прохладный ветерок, постоянно дующий в ночные часы, будет лучшей защитой от нападения полчищ гнуса, чем дымокурные костры. Временным укрытием может служить навес, шалаш, землянка. В теплое время года можно ограничиться постройкой простейшего навеса.

**! ПОДАВАТЬ
ЗВУКОВЫЕ
СИГНАЛЫ
МОЖНО
УДАРАМИ
ПАЛКИ О
ДЕРЕВЬЯ,
ЗВУК ОТ НИХ
ДАЛЕКО
РАСХОДИТСЯ
ПО ЛЕСУ!!!**



Подача сигналов бедствия

После того, как решены первые задачи, связанные с выживанием, необходимо озаботиться тем, чтобы дать достаточно информации спасателям. Сделайте себя заметным для тех, кто Вас будет искать. В зависимости от выбранной стратегии – ждать помощи на месте или самостоятельно двигаться к жилью – будут отличаться и способы сигнализации.

На стоянке

Из чего можно сделать сигналы на стоянке? Практически из всего. Соорудите такие знаки, каких в обычной природе не существует, и, которые могут быть видны с вертолета. Можно, к примеру, повесить на елку украшения из мусора (бутылки, банки, пакетики от чипсов и т.п.).

Из разложенных на земле спальников, разрезанной палатки, запасной одежды, спасжилетов, кусков ткани, закрепленных с помощью вбитых в грунт кольшков или наложенных сверху камней. Из обломков транспортного средства, камней, лапника и веток деревьев. На берегу моря - из гальки или выброшенных прибоем морских водорослей.

Можно сигнал не выкладывать, а, например, выкапывать, для чего снять с помощью лопаты или ножа дерн и углубить полученную траншею. При этом сам дерн нужно аккуратно уложить вдоль траншеи на траву вну-

СООРУДИТЕ ТАКИЕ ЗНАКИ, КАКИХ В ОБЫЧНОЙ ПРИРОДЕ НЕ СУЩЕСТВУЕТ, И, КОТОРЫЕ МОГУТ БЫТЬ ВИДНЫ С ВЕРТОЛЕТА.



тренней, темной стороной вверх, что вдвое увеличит его ширину.

На снегу сигнал «рисует» с помощью золы от прогоревшего костра или вытаптывается. Дно вытопанных траншей желательно выстелить лапником, ветками и т.п. темным материалом. Только, вытаптывая траншеи на снегу, не надо топтаться рядом с ними, чтобы вместо четко читаемого сигнального знака не получить бессмысленный узор из десятков идущих в разные стороны дорожек и тропинок.

Во всех случаях надо стремиться обеспечить максимальный контраст цветового сигнала и фона, на котором он разложен. Иначе говоря, на светлой почве знаки должны быть по возможности более темными, на темной – светлыми.

Суть данного способа сигнализации заключается в том, что потерпевшие всеми доступными им способами стараются изменить естественный вид окружающей местности. Выжигают, вытаптывают на земле геометрические фигуры большого размера, вырубают в густолесье искусственные просеки. Конечно, удобнее не валить большие деревья, такая работа слишком трудоемка, а, например, подрезать низкий кустарник на опушках леса или берегах водоема. Размер знака (круга, треугольника и т. п.) должен быть 20 м и более, ширина полосы – 3 – 4 м. Вблизи такой знак почти не виден, а вот с высоты в несколько сот метров он сразу бросается в глаза.

Вообще надо заметить, что в аварийной ситуации нельзя ограничиваться установкой одного-двух сигналов. Сигнализация должна быть разнообразной и, если можно так выразиться, многоступенчатой, только тогда она действенна. Например, поймав на стекле кабины блик от сигнального зеркала, летчик более внимательно осмотрит местность, заметит вырезанную в кустарнике геометрическую фигуру.

В ходе движения

Если Вы решили выбираться самостоятельно по ходу движения необходимо как можно чаще помечать свой маршрут - обламывать ветки, делать затесы на стволах деревьев, складывать в заметных местах ненужные вещи и т. п. В труднопроходимой местности метки должны располагаться в пределах прямого обнаружения - от одной метки видно другую. В местах изменения направления движения следует ставить 2 - 3 большие метки - крупный затес на стволе дерева, полосы яркого материала, закрепленные на ветках дерева. Рядом с меткой выкладывать стрелку, указывающую направление движения. Раз в сутки необходимо оставлять в хорошо заметных местах, защитив от непогоды, записки с указанием своего маршрута и другой важной для спасателей информацией и датой оставления записки. Помните: часто поставленные метки облегчают поиск пропавшей группы.

С той же целью, особенно в зимнее время, желательно прокладывать свой путь по открытым пространствам, помня, что поисковые самолеты и вертолеты в первую очередь будут осматривать опушки, поляны, просеки, русла замерзших рек, на поверхности которых следы различимы гораздо лучше, чем в густом лесу. Для облегчения их задачи на открытых участках маршрута надо стараться оставлять как можно больше следов, например, идя не друг за другом, а развернутым фронтом. Как можно больше оставлять следов имеет смысл на поверхности линейных, доступных для осмотра с воздуха ориентиров: посередине широких просек, на заснеженном льду водоемов. Именно их авиаторы будут осматривать наиболее внимательно.

По тем же причинам при движении вдоль реки или переправе через водные преграды следует выбирать места открытыми широкими песчаными пляжами, на которых следы сохраняются довольно долго и хорошо заметны с воздуха.

! ХОРОШО, ЕСЛИ УДАЛОСЬ ВЫЙТИ НА ЛИНИЮ ЭЛЕКТРОПЕРЕДАЧ, ЖЕЛЕЗНУЮ ДОРОГУ, ГАЗОПРОВОД, РЕКУ – ИДЯ ВДОЛЬ ЭТИХ ОБЪЕКТОВ, ВСЕГДА ВЫЙДЕТЕ К ЛЮДЯМ!!!



Пожар в лесу

Человеческий фактор является одной из распространенных причин возникновения природных пожаров. Чтобы избежать случайного возгорания леса и развития стихийного пожара в лесу, следует соблюдать следующие меры безопасности.

- Никогда не поджигайте сухую траву на полях или полянах в лесу. Если вы увидите, как это делают другие, постарайтесь их остановить и объяснить, чем это опасно;
- Никогда не разводите костер в сухом лесу или на торфянике. Прежде всего, убедитесь, что кострище располагается на минеральной почве (песке или глине). Прежде чем развести костер, сгребите лесную подстилку с кострища и вокруг него в радиусе одного метра;
- Хорошо залейте костер перед уходом. После этого разгребите золу и убедитесь, что под ней не сохранилось

тлеющих углей, если сохранились - то залейте еще раз.
- Не уходите от залитого костра, пока от него идет дым или пар. О том, чем заливать костер, позаботьтесь заранее;

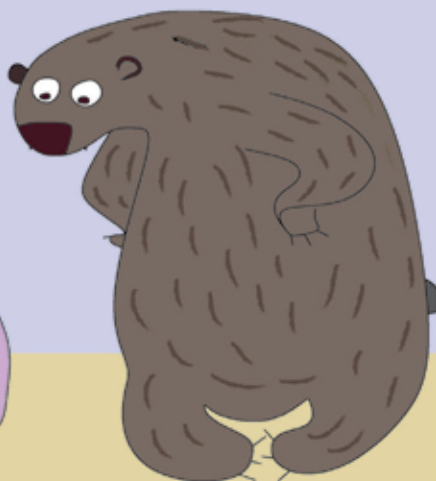
- Никогда не бросайте непотушенные спички или сигареты, не пользуйтесь в лесу различными пиротехническими изделиями: петардами, бенгальскими огнями, свечами и т.п.;

- Не заезжайте в лес на автомобилях и особенно мотоциклах. Искры из глушителя могут вызвать пожар, особенно в сухом лесу с лишайниковым покровом;

- Постарайтесь объяснить вашим друзьям и знакомым, что их неосторожность может послужить причиной пожаров;

- Если вы обнаружили начинающийся пожар - например, небольшой травяной пал или тлеющую лесную подстилку у брошенного кем-то костра, постарайтесь затушить его сами. Иногда достаточно просто затоптать пламя (правда, надо подождать и убедиться, что трава или подстилка действительно не тлеют, так как огонь может появиться вновь);

НИКОГДА НЕ ПОДЖИГАЙТЕ СУХУЮ ТРАВУ НА ПОЛЯХ ИЛИ ПОЛЯНАХ В ЛЕСУ. ЕСЛИ ВЫ УВИДИТЕ, КАК ЭТО ДЕЛАЮТ ДРУГИЕ, ПОСТАРАЙТЕСЬ ИХ ОСТАНОВИТЬ И ОБЪЯСНИТЬ, ЧЕМ ЭТО ОПАСНО.



ЕСЛИ ВЫ ОБНАРУЖИЛИ
НАЧИНАЮЩИЙСЯ ПОЖАР -
ПОСТАРАЙТЕСЬ ЗАТУШИТЬ ЕГО
САМИ.



- Если пожар достаточно сильный, и вы не можете потушить его своими силами - постарайтесь как можно быстрее оповестить о нем тех, кто должен этим заниматься.
- Позвоните в пожарную охрану (телефон 01) и сообщите о найденном очаге возгорания и как туда доехать.

Водоемы

Повышенную опасность для человека, если он, конечно, не живет в центре безводной песчаной пустыни, представляют водоемы: реки, озера, пруды, карьеры и пр. И даже строительные котлованы и траншеи, заполненные водой. Чаще всего несчастные случаи на воде бывают связаны с купанием в случайных, не приспособленных для этого местах, при переправах по льду через замерзшие водоемы, катаниях на лодках и других плавсредствах и пр. Каждый год в водоемах в Ленинградской области гибнут более 100 человек! Причем в большинстве случаев из-за игнорирова-



СОБИРАЯСЬ КУПАТЬСЯ НЕ
ПОЛЕНИТЕСЬ ЛИШНИЙ РАЗ
ПРОВЕРИТЬ СОСТОЯНИЕ ДНА.
ЭТО ОБЕРЕЖЕТ ВАС ОТ
МНОГИХ НЕПРИЯТНОСТЕЙ.

ния элементарных правил.

Главное из этих правил гласит: не зная броду - не суйся в воду! В городских водоемах, более чем где-либо, опасно купаться в непроверенных местах и особенно прыгать с обрывистых берегов и импровизированных вышек. Кто может поручиться, что водоем, который вы облюбовали для купания, не используется недобросовестными водителями, лентяйскими вывозить мусор на дальние свалки, в качестве выгребной ямы, на дне которой может быть все, что угодно. Прыгнуть сверху в такую воду - все равно, что нырнуть в мусорное ведро: запросто можно напороться на кучу битых кирпичей, вертикально торчащий прут металлической арматуры или запутаться в клубке колючей проволоки, которого еще вчера не было.

Что вы говорите? Что два дня назад здесь купались, и ничего? Так это было два дня назад!

! ПОСТОЯННОГО РЕЛЬЕФА ДНА В СЛУЧАЙНЫХ ГОРОДСКИХ ВОДОЕМАХ НЕ БЫВАЕТ. ВЧЕРАШНИЙ ОБЖИТОЙ ПЛЯЖ СЕГОДНЯ МОЖЕТ ПРЕДСТАВЛЯТЬ СМЕРТЕЛЬНУЮ ОПАСНОСТЬ. СОБИРАЯСЬ КУПАТЬСЯ, ОСОБЕННО ЕСЛИ СРЕДИ ВАС МАЛЕНЬКИЕ ДЕТИ, НЕ ПОЛЕНИТЕСЬ ЛИШНИЙ РАЗ ПРОВЕРИТЬ СОСТОЯНИЕ ДНА. ЭТО ОБЕРЕЖЕТ ВАС ОТ МНОГИХ НЕПРИЯТНОСТЕЙ!

Такую проверку бесполезно проводить даже на специально оборудованных пляжах, где проходящая веселая компания в пять минут ради баловства может усеять дно острыми осколками разбитых бутылок и банок.

Теперь о любителях марафонских заплывов. Крайне опасно переоценивать свои силы. Не стоит пытаться переплыть реки, озера и океаны на спор. Вы можете проспорить.

!НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ БЕЗ ПРИСМОТРА ВБЛИЗИ ОТКРЫТОЙ ВОДЫ МАЛОЛЕТНИХ ДЕТЕЙ! ОНИ МОГУТ УТОНУТЬ МГНОВЕННО! ДАЖЕ НА САМОМ МЕЛКОВОДЬЕ БУДЬТЕ С НИМИ ВСЕГДА РЯДОМ!

Если вы не умеете плавать - не следует чрезмерно доверять себя надувным матрасам, автомобильным камерам и прочим подручным плавсредствам. Во-первых, в самый неподходящий момент они могут лопнуть. Во-вторых, течением и ветром вас может отнести далеко от берега. А в море так очень далеко! Известен случай, когда уснувшую на надувном матрасе женщину унесло чуть ли не в центр Черного моря. Она умудрилась пересечь государственную границу и больше недели (!) дрейфовала на своем утлом суденышке без воды и пищи, пока ее не подобрала пограничники. Вот вам и матрас!

**ЕСЛИ ВЫ НЕ УМЕЕТЕ ПЛАВАТЬ
- НЕ СЛЕДУЕТ ЧРЕЗМЕРНО
ДОВЕРЯТЬ СЕБЯ НАДУВНЫМ
МАТРАСАМ, АВТОМОБИЛЬНЫМ
КАМЕРАМ И ПРОЧИМ
ПОДРУЧНЫМ ПЛАВСРЕДСТВАМ.**



Для того чтобы избежать несчастного случая на воде, НАДО:

- Пользоваться оборудованными пляжами. И, если их нет, определить постоянное место для купания, проверив его с точки зрения безопасности.
- Учиться плавать.

НЕЛЬЗЯ:

- Прыгать с обрывов и случайных вышек, не проверив дно.
- Заплывать за буйки или пытаться переплыть водоемы.
- Выплывать на судоходный фарватер.
- Купаться в нетрезвом виде.
- Устраивать в воде опасные игры.
- Долго купаться в холодной воде.
- Далеко отплывать от берега на надувных матрасах и кругах, если вы не умеете плавать.

- Находясь на лодках, ОПАСНО - пересаживаться, садиться на борта, перегружать лодку сверх установленной нормы, кататься возле шлюзов, плотин, дноуглубительных снарядов, посреди фарватера реки.

Отдельное НЕЛЬЗЯ, касающееся детей:

- Нельзя оставлять детей без присмотра возле воды.
- Разрешать купаться в незнакомых местах, тем более прыгать с обрывов.
- Разрешать далеко заплывать.
- Разрешать заходить в воду без надувных кругов, жилетов или нарукавников дальше, чем по пояс, даже если ребенок умеет плавать.

Чрезвычайные ситуации зимой

В наших широтах зима с ее морозами сама по себе является чрезвычайной ситуацией. Но даже небольшие минусовые температуры способны сильно осложнить жизнь неопытному или неподготовленному человеку, оказавшемуся в непредвиденной ситуации. Для Ленинградской области типичной зимней чрезвычайной ситуацией является пурга, из-за которой люди теряют возможность ориентироваться и вынуждены обустраивать стоянку в лесу, на льду или там, где застрял автомобиль.

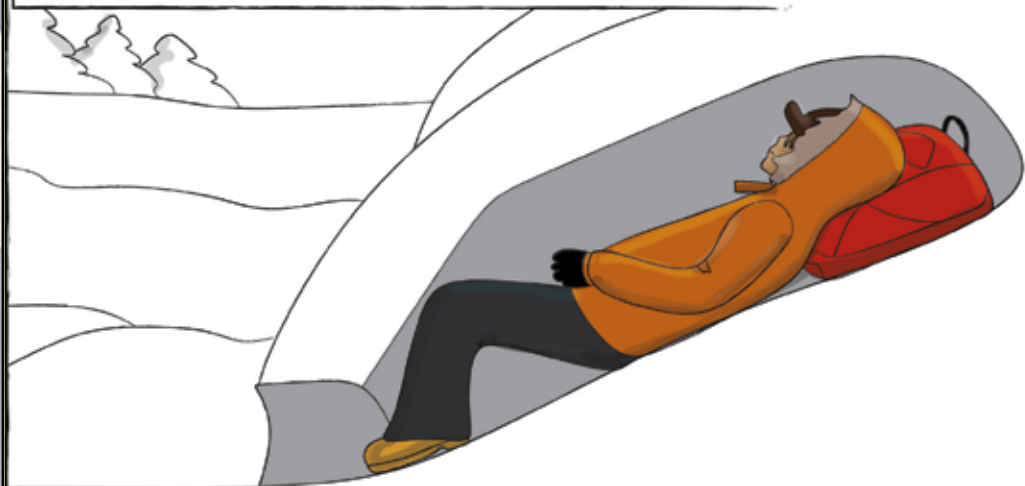
Необходимо помнить одежда, сколь бы теплой она ни была, может защитить человека от холода лишь на очень непродолжительный срок - часы, редко дни. И если не использовать это время с толком - на сооружение теплого убежища или на поиски ближайшего населенного пункта, никакая одежда человека от гибели не уберет.

Очень часто в аварийной ситуации люди предпочитают устанавливать матерчатые палатки, строить убежища из обломков транспортного средства, бревен. Традиционные материалы кажутся гораздо более надежными, чем, например, снег. Между тем это ошибка, за которую нередко при-

ходится расплачиваться собственной жизнью! При возведении убежищ из традиционных материалов практически невозможно добиться герметичной заделки швов и стыков строительных плит. Убежища «продуваются» ветром насквозь. Теплый воздух улетучивается через многочисленные щели, поэтому при отсутствии примусов, печек и тому подобных высокоэффективных нагревательных приборов температура в убежище почти всегда равна наружной. Кроме того, постройка таких убежищ очень трудоемка, нередко связана с риском повышенного травматизма. Нередки случаи, когда такое импровизированное убежище под давлением ветра или из-за неосторожного движения обрушивается и ставит группу в критические условия.

Меж тем отличный строительный материал находится у человека буквально под ногами. Это самый обыкновенный снег. Благодаря пористой структуре, снег обладает хорошими теплоизоляционными свойствами. Он легко поддается обработке. Снежные убежища - иглу, пещеры, до-

БОЛЬШИНСТВО СНЕЖНЫХ УБЕЖИЩ МОЖЕТ ПОСТРОИТЬ ЛЮБОЙ ЧЕЛОВЕК, НИ РАЗУ В ЖИЗНИ НЕ ДЕРЖАВШИЙ В РУКАХ СНЕГОВОЙ ЛОПАТЫ ИЛИ СНЕГОВОГО НОЖА.



мики, берлоги, возведенные за полтора-два часа, - надежно защищают человека от воздействия низких температур и ветра, а при наличии горючего обеспечивают тепловой комфорт. В правильно построенном снежном убежище температура воздуха только за счет тепла, выделяемого человеком, поднимается до минус 5-10°C при 30-40-градусном морозе на улице. С помощью свечи температуру в убежище можно поднять от 0 до плюс 4-5°C и более. Многие полярные исследователи, установив внутри пару примусов, нагревали воздух до +30° C! Таким образом, разница температур внутри убежища и снаружи может достигать 70°, а без использования теплоизлучающих приборов - 30—40°C! Но основное достоинство снежных убежищ - простота строительства. Большинство снежных убежищ может построить любой человек, ни разу в жизни не державший в руках снеговой лопаты или снегового ножа.

Решающее значение для длительного выживания внутри построенного снежного убежища и для поддержания активной жизнедеятельности имеет наличие запасов продовольствия. Снижение температуры окружающего воздуха даже на градус заметно стимулирует обменные процессы в организме. Поступившая пища начинает интенсивно сгорать, высвобождая при этом значительные количества тепловых калорий. Одновременно организм начинает всячески экономить внутреннее тепло. Сосуды на поверхности кожи сужаются, уменьшается частота дыхания и число ударов сердца в минуту, то есть осуществляется процесс, обратный происходящему при перегреве тела. Если во время жары важно избавиться от лишних тепловых калорий, то в холод их необходимо удержать внутри.

Срок сопротивляемости низким температурам в небольшой степени зависит от психологического состояния человека. Например, чувство страха многократно снижает срок выживания человека даже при околонулевых температурах. Паническая боязнь замерзнуть ускоряет замерзание. И, напротив, психологическая установка - «Я не боюсь

холода. Я имею реальные возможности защитить себя от его воздействия» - заметно увеличивает срок выживания, позволяет разумно распределять силы и время, вводить в свои действия элемент планирования.

Основы безопасного пребывания человека на льду

Чаще всего люди оказываются на льду, переходя водоемы, чтобы сократить свой путь. Или отправляясь на зимнюю рыбалку.

В устойчивую морозную погоду, когда температура не повышается больше минус пяти градусов, безопасным для движения одиночного пешехода считается лед толщиной четыре-пять сантиметров. Восьмисантиметровый лед может выдержать двух стоящих рядом людей, 12 - 14-сантиметровый - пять-семь человек. Осенний лед безопасен для одного человека при толщине не меньше 10 сантиметров.

Наиболее прочен прозрачный лед с синеватым или зеленоватым оттенком, без воздушных пузырьков, образовавшийся в морозную, безветренную и без осадков погоду. Во время оттепели, изморози, дождя лед становится более белым и матовым, иногда приобретает желтоватый оттенок. Такой лед очень ненадежен. Без крайней необходимости не следует выходить на весенний, пористый лед.

Очень опасен осенний, пористый лед, который представляет собой замерзший во время метели снег. На участки такого льда ступать нельзя ни в коем случае. Молочный, белого или матового цвета, лед вдвое слабее прозрачного. Он образуется в результате смерзания снежинок во время обильного снегопада. Такой лед может проломиться без предостерегающего потрескивания.

Если поверхность льда не покрыта снегом, можно увидеть, как под ногами образуются мелкие, расходящиеся во все стороны радиальные трещины. Одновременно слышно негромкое похрустывание, напоминающее треск рассо-

хшегося дерева. По такому льду можно идти лишь в самом крайнем случае. Если к радиальным трещинам добавляются еще и кольцевые, значит, прочность льда на пределе, и он может проломиться в любой момент.

Наиболее тонок и опасен лед под снежными сугробами, у обрывистых берегов, зарослей тростника, в местах впадения и вытекания из озер рек и ручьев, возле скал, вмороженных в лед коряг, поваленных деревьев, досок и другого мусора, в местах слияния нескольких потоков, то есть там, где вода беспокойна и поэтому замерзает гораздо позже, чем в местах с тихим, ровным течением.

Очень непрочным лед бывает в местах стоков в реку промышленных вод. Указать на них может возвышающаяся над берегом сливная труба, пятна открытой воды, пар, зеленая на фоне снега растительность, более обильные, чем в других местах, заросли камыша... От таких мест лучше держаться подальше, так как лед может быть подтоплен теплыми течениями на гораздо большей, чем видно, площади.

В холодную погоду полынью, скрытую под снегом, иногда можно распознать по характерному «парению». А темное пятно на ровном снежном покрове может означать, что в этом месте лед более тонок, чем вокруг.

В изгибах рек надо стараться держаться как можно дальше от обрывов: там течение быстрое, беспокойное, лед тоньше и промерзает неравномерно. Весной лед наиболее опасен на участках, густо заросших осокой, у затопленных кустов.

При выборе пути никогда не «вспахивайте целину», не ищите новых путей, идите по натоптанным до вас тропам и дорожкам. Люди лучше знают, где идти безопасней. А главное, на тропах лед толще, так как в этом месте его постоянно наращивали, утрамбовывая снег. Лучше всего двигаться по колее, пробитой прошедшей недавно автомашиной. Если лед выдержал несколько автомобильных тонн, то ваши десятки килограммов – уж как-нибудь.

По льду, прочность которого сомнительна, идти следует поодиночке, сохраняя интервал между людьми не менее пяти метров. Первым, налегке, прощупывая и простукивая лед палкой, должен идти наиболее опытный мужчина. Его желательно страховать с помощью длинной веревки, обвязанной вокруг груди.

Если у вас за спиной рюкзак, одну лямку следует снять, чтобы иметь возможность мгновенно избавиться от него. Или волочить в нескольких метрах за собой на веревке. Крепления на лыжах надо расстегнуть, руки из петель лыжных палок вытащить.

Нелишним будет переложить из карманов тяжелые предметы в сумку, чтобы при проваливании под лед они не потянули вас вниз.

Идти по льду следует осторожно, скользящим шагом, мягко ставя ногу на всю ступню.

Практика показывает, что лед довольно редко проламывается мгновенно. Обычно пролому предшествует треск, проседание льда, изменение его внешнего вида, может выступить вода.

! ПРИ ХАРАКТЕРНОМ ТРЕСКЕ ИЛИ ПРОСЕДАНИИ ЛЬДА ЛУЧШЕ СРАЗУ ЖЕ ВЕРНУТЬСЯ НАЗАД. ВОЗВРАЩАТЬСЯ В ПОДОБНЫХ СЛУЧАЯХ ДОПУСТИМО ТОЛЬКО ПО СОБСТВЕННЫМ СЛЕДАМ, НЕ ОТРЫВАЯ НОГ ОТ ПОВЕРХНОСТИ ЛЬДА. ЭТО САМЫЙ БЕЗОПАСНЫЙ ПУТЬ!

! ПРИ ПРОЛАМЫВАНИИ ЛЬДА НЕОБХОДИМО БЫСТРО ОСВОБОДИТЬСЯ ОТ СУМОК, ЛЕЧЬ НА ЖИВОТ, ШИРОКО РАСКИНУВ РУКИ, И ПОПЫТАТЬСЯ ВЫПОЛЗТИ ИЗ ОПАСНОЙ ЗОНЫ. ДВИГАТЬСЯ НУЖНО ТОЛЬКО В ТУ СТОРОНУ, ОТКУДА ВЫ ПРИШЛИ!

ПРИ ПРОЛАМЫВАНИИ ЛЬДА НАДО:
ВЫПОЛЗАТЬ НА ЛЕД МЕТОДОМ
«ВКРУЧИВАНИЯ», Т. Е. ПЕРЕКАТЫВАЯСЬ
СО СПИНЫ НА ЖИВОТ.



Если человек оказался в воде, он должен избавиться от всех тяжелых вещей и, удерживаясь на поверхности, постараться выползти на крепкий лед. Проще всего это сделать, втыкая в лед перочинный нож, острый ключ и пр. В идеале во время перехода через зимний водоем необходимо иметь под руками какой-нибудь острый предмет.

Из узкой полыньи надо «выкручиваться», перекатываясь с живота на спину и одновременно выползая на лед. В большой полынье взбираться на лед надо в том месте, где произошло падение. В реках с сильным течением надо стараться избегать навальной стороны (куда уходит вода), чтобы не оказаться втянутым под лед. Как бы ни было сложно выбраться из полыньи против течения, делать это следует именно там или сбоку. Если лед слабый, его надо подламывать до тех пор, пока не встретится твердый участок.

! САМОЕ ГЛАВНОЕ, КОГДА ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЕД, – СОХРАНЯТЬ СПОКОЙСТВИЕ И ХЛАДНОКРОВИЕ. ДАЖЕ ПЛОХО ПЛАВАЮЩИЙ ЧЕЛОВЕК НЕКОТОРОЕ (ИНОГДА ДОВОЛЬНО ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОЕ) ВРЕМЯ МОЖЕТ УДЕРЖИВАТЬСЯ НА ПОВЕРХНОСТИ ЗА СЧЕТ ВОЗДУШНОЙ ПОДУШКИ, ОБРАЗОВАВШЕЙСЯ ПОД ОДЕЖДОЙ. И ЛИШЬ ПО МЕРЕ НАМОКАНИЯ ОДЕЖДЫ ЧЕЛОВЕК ТЕРЯЕТ ДОПОЛНИТЕЛЬНУЮ ПЛАВУЧЕСТЬ. ЭТОГО ВРЕМЕНИ ОБЫЧНО ХВАТАЕТ, ЧТОБЫ ВЫБРАТЬСЯ ИЗ ПОЛЫНИ.

ПРИ ЭТОМ СЛЕДУЕТ ПОМНИТЬ, ЧТО НАИБОЛЕЕ ПРОДУКТИВНЫ ПЕРВЫЕ МИНУТЫ ПРЕБЫВАНИЯ В ХОЛОДНОЙ ВОДЕ, ПОКА ЕЩЕ НЕ НАМОКЛА ОДЕЖДА, НЕ ЗАМЕРЗЛИ РУКИ, НЕ РАЗВИЛИСЬ ХАРАКТЕРНЫЕ ДЛЯ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИЯ СЛАБОСТЬ И БЕЗРАЗЛИЧИЕ.

Оказывать помощь провалившемуся под лед человеку следует только одному, в крайнем случае, двум его товарищам. Скапливаться на краю полыньи всем не только бесполезно, но и опасно.

Оказывающий помощь человек должен лечь на живот, подползти к пролому во льду и подать пострадавшему конец веревки, длинную палку, ремень, связанные шарфы, куртки и т. п. При отсутствии всяких средств спасения допустимо нескольким людям лечь на лед цепочкой, удерживая друг друга за ноги, и так, ползком, подвинувшись к полынье, помочь пострадавшему.

! ВО ВСЕХ СЛУЧАЯХ ПРИ ПРИБЛИЖЕНИИ К КРАЮ ПОЛЫНИ НАДО СТАРАТЬСЯ ПЕРЕКРЫВАТЬ КАК МОЖНО БОЛЬШУЮ ПЛОЩАДЬ ЛЬДА, РАССТАВЛЯЯ В СТОРОНЫ РУКИ И НОГИ, И НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ СОЗДАВАТЬ ТОЧЕЧНЫЕ НАГРУЗКИ, УПИРАЯСЬ В НЕГО ЛОКТЯМИ ИЛИ КОЛЕНЯМИ!

Когда спасатель действует в одиночку, то приближаться к провалившемуся под лед человеку ему целесообразней ногами, втыкая в поверхность льда острые предметы. Если тянуть к потерпевшему руки, то он может стащить за них не имеющего опоры спасателя в воду. После того как пострадавший ухватится за ногу или за поданную ему веревку, надо, опираясь на импровизированные ледорубы, отползая от полыньи. Если есть длинная веревка, лучше заранее подвязать ее к стоящему на берегу дереву и, получив, таким образом, гарантированную опору, ползти к полынье.

Человека, вытасченного из воды, надо немедленно переодеть в сухую одежду и обувь, дать съесть что-нибудь сладкое и заставить активно двигаться до тех пор, пока он окончательно не согреется.

! ПОМОЩЬ ЧЕЛОВЕКУ, ПОПАВШЕМУ В ВОДУ, НАДО ОКАЗЫВАТЬ ОЧЕНЬ БЫСТРО, ТАК КАК ДАЖЕ 10 – 15-МИНУТНОЕ ПРЕБЫВАНИЕ В ЛЕДЯНОЙ ВОДЕ МОЖЕТ БЫТЬ ОПАСНО ДЛЯ ЖИЗНИ!

При проламывании льда НАДО:

- Избавиться от тяжелых, сковывающих движения вещей.
- Не терять времени на освобождение от одежды, так как в первые минуты, до полного намокания, она удерживает человека на поверхности.
- Выбираться на лед в месте, где произошло падение.
- Выползая на лед методом «вкручивания», т. е. перекатываясь со спины на живот.
- Втыкать в лед острые предметы, подтягиваясь к ним.
- Удаляться от полыньи ползком, по собственным следам.

Психологическая подготовка к действию в чрезвычайных ситуациях

Ни один человек на Земле не застрахован от чрезвычайных ситуаций. Статистика утверждает, что подавляющее большинство людей (около 70 %), оказавшись в экстремальной ситуации, впадают в ступор, около 20 % устраивают истерику и лишь 10 % сохраняют самообладание и способны решительно, быстро, а главное, эффективно реагировать на происходящее. Именно эти 10 % способны выжить, оказавшись даже в самом безвыходном положении, и, разумеется, любой хотел бы оказаться в их числе.

Первое, что должен сделать человек, попавший в беду, - это постараться успокоиться и здраво оценить обстановку. Многочисленные случаи аварий показывают, что очень часто наибольшую угрозу для потерпевших представляет не само происшествие, а его ближайшие

СТАРАЙТЕСЬ НЕ ПОДДАВАТЬСЯ ПАНИКЕ, ЧТО БЫ НИ ПРОИЗОШЛО!



и отдаленные последствия, запрограммированные неправильными действиями самих потерпевших. Даже самые быстрые, но бездумные действия и поступки могут не только не облегчить, но и усугубить создавшееся положение. Например, люди, попавшие в лавину и чудом выбравшиеся из снега, суетой и шумом могут вызвать еще большую лавину. Паническое бегство из очага лесного пожара может спровоцировать травмы и, как следствие, снижение двигательной активности.

Любую опасность надо воспринимать не в целом, а постараться расчленить на составные части: что угрожает людям в первую очередь, что во вторую, что в ближайшем будущем? После этого нередко становится очевидным - делать то, что собирались потерпевшие, не только бесполезно, но и вредно.

Эвакуацию из зоны бедствия следует проводить поэтапно. Вначале возможно более быстро достичь условно-безопасного места, где в течение нескольких минут отдышаться, обсудить положение, определить наиболее безопасные зоны, наметить маршрут движения, проверить наличие снаряжения и имущества. Затем совершить переход в гарантированно безопасную зону.

Для пресечения возможной паники и неразберихи в зоне аварии ответственные решения на себя берет руководитель группы. Он должен ставить конкретные и понятные для всех задачи, приказы отдавать короткими, однозначно толкуемыми фразами. Затевать дискуссии в зоне бедствия, как это часто делают неопытные люди, недопустимо.

После того как непосредственная угроза для жизни людей миновала, следует внимательно осмотреть своих товарищей и себя. Всем нуждающимся оказать немедленную медицинскую помощь. Следует помнить, что в аварийной ситуации к трагическим результатам могут привести не только серьезные раны, кровотечения, но и запущенные легкие телесные повреждения.

Одновременно с оказанием первой медицинской помощи необходимо построить простейшее убежище, которое защитит потерпевших от ветра, снега, осадков, брызг прибоя, в пустыне - от прямого солнца и других неблагоприятных факторов. В аварийных условиях переохлаждение, равно как и перегрев организма, может развиваться со стремительным нарастанием. Если вовремя не защитить нуждающихся от воздействия неблагоприятных климатических факторов, то через 30 - 40 мин, возможно, придется заниматься устранением последствий переохлаждения или перегрева (отморожении, общего переохлаждения, тепловых, солнечных ударов), что потребует значительных трудовых затрат и времени. Кроме того, может случиться так, что запоздалая помощь уже не спасет людей.

Особенно важно защитить от непогоды ослабевших участников группы, раненых, детей, женщин. Очень распространена ошибка, когда крепкие, сильные, хорошо экипированные мужчины, недооценивая климатические опасности, слишком поздно вспоминают о нуждающихся в их помощи и опеке людях.

Следующий шаг попавших в беду людей - осмотр и, как говорят в армии, оправка одежды. В тот момент, когда произошла авария, важнейшей задачей потерпевших становится сохранение теплоресурсов своих организмов в холодную погоду и внутренних водных запасов - в жаркую. Поэтому абсурдная на первый взгляд рекомендация - привести в порядок свой внешний вид - диктуется жесткой необходимостью.

Если одежда сильно пострадала, ее, не откладывая, надо переменить или починить на скорую руку, используя любые подручные материалы - нитки, проволоку, тонкую веревку, ткань, клей, смолу, соскобленную со стволов деревьев хвойных пород. При этом руководитель должен лично проверить, чтобы каждый человек в группе был обеспечен теплой одеждой в равной мере. Экипировка руководителя не должна отличаться (по крайней мере, в

лучшую сторону) от экипировки остальных потерпевших, в противном случае он не сможет реально оценивать состояние людей.

В холодную погоду необходимо самым тщательным образом заправить одежду «по-штормовому»: застегнуть все «молнии», манжеты, воротники и любые другие «отверстия», сквозь которые холодный воздух может добраться до тела; закрыть карманы, чтобы туда не попал снег, накинуть, затянуть капюшон. Шею обмотать шарфом или, в крайнем случае, попробовать заменить его запасными штанами, полотенцем или другой, по возможности шерстяной, тканью. Обязательно надеть сухие варежки, при их отсутствии натянуть на руки запасные шерстяные носки или отрезанные от свитера, куртки рукава.

При минусовых температурах все перечисленные действия должны быть обязательными даже в случае кажущегося температурного комфорта. Необходимо стремиться защитить как можно большую площадь тела от воздействия холодного воздуха и ветра. Обогревание открытых и продуваемых участков тела требует дополнительных энергозатрат, а значит, и дополнительных пищевых калорий, восстановить потерю которых в аварийных условиях бывает невозможно. Сохраняя внутреннее тепло, человек в первую очередь экономит запасы продовольствия!

В месте, где произошла авария, следует провести тщательный поиск. Необходимо собрать потерянное снаряжение и случайные предметы, которые могут пригодиться в аварийной ситуации. Все вещи собрать в одно место и рассортировать. Ненужные предметы разложить на хорошо просматриваемом с воздуха и земли месте для подачи сигнала спасателям. Прочее имущество упаковать в рюкзаки или сложить в безопасном, легкодоступном месте, где его не могут уничтожить лавины, камнепады, прибой, приливы, хищные животные.

Все вещи, одежда, снаряжение и другое личное имущество, вплоть до предметов личной гигиены, в условиях аварийной ситуации переходят в разряд общественного достояния и используются согласно нуждам группы, а не желаниям владельцев. Их следует передать руководителю, даже если представляется, что в аварийной ситуации они пригодиться не могут. Кажущаяся бесполезность вещи чаще всего бывает ошибочна. Любая карманная мелочь в критической ситуации может найти применение и даже сыграть решающую роль в спасении людей.

ПОТЕРПЕВШИЕ БЕДСТВИЕ ДОЛЖНЫ:

- Оценить обстановку с точки зрения реальной угрозы и как можно быстрее покинуть опасную зону;
- Оказать первую медпомощь нуждающимся;
- Переменить, отремонтировать одежду, в холодную погоду утеплиться;
- Защититься от неблагоприятных климатических воздействий, соорудив временное убежище;
- Провести инвентаризацию и поиск снаряжения и вещей;
- Перераспределить теплую одежду;
- Сформировать продуктовый и вещевой НЗ;
- Определить тактику дальнейших действий.

В ПЕРВЫЕ МИНУТЫ АВАРИИ НЕДОПУСТИМО:

- Действовать, подчиняясь эмоциональной оценке событий;
- Уходить с места аварии, не убедившись, что опасную зону покинули все участники группы;
- Предпринимать попытки индивидуальной эвакуации;
- Заниматься второстепенными делами до оказания первой помощи пострадавшим и сооружения убежища.

Нормативно-правовая база безопасности жизнедеятельности

Конституция Российской Федерации

Статья 2. Человек, его права и свободы являются высшей ценностью. Признание, соблюдение и защита прав и свобод человека и гражданина - обязанность государства.

Статья 42. Каждый имеет право на благоприятную окружающую среду, достоверную информацию о ее состоянии.

Закон Российской Федерации «О безопасности» от 05.03.1992 г. №2446

Статья 1. Понятие безопасности и ее объекты.

Безопасность — состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внутренних и внешних угроз.

Жизненно важные интересы - совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности прогрессивного развития личности, общества и государства.

К основным объектам безопасности относятся: *ЛИЧНОСТЬ* - ее права и свободы; *ОБЩЕСТВО* - его материальные и духовные ценности; *ГОСУДАРСТВО* - его конституционный строй, суверенитет и территориальная целостность.

Статья 4. Обеспечение безопасности.

Безопасность достигается проведением единой государственной политики в области обеспечения безопасности, системой мер экономического, политического, организационного и иного характера, адекватных угрозам жизненно важным интересам личности, общества и государства.

Закон Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21.12.1994 г. №68-ФЗ

Статья 18. Права граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

«Граждане РФ имеют право:

... быть информированными о риске, которому они могут подвергнуться в определенных местах пребывания на территории страны, и о мерах необходимой безопасности;

... на возмещение ущерба, причиненного их здоровью и имуществу вследствие чрезвычайных ситуаций».

Статья 19. Обязанности граждан РФ в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

«Граждане РФ обязаны:

- соблюдать меры безопасности в быту и повседневной трудовой деятельности, не допускать нарушений производственной и технологической дисциплины, требований экологической безопасности, которые могут привести к возникновению чрезвычайных ситуаций;

- изучать основные способы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, приемы оказания первой медицинской помощи пострадавшим, правила пользования коллективными и индивидуальными средствами защиты, постоянно совершенствовать свои знания и практические навыки в указанной области;

- выполнять установленные правила поведения при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций;

- при необходимости оказать содействие в проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ».

Статья 20. Подготовка населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

«Подготовка населения к действиям в чрезвычайных ситуациях осуществляется в организациях, в том числе в образовательных учреждениях, а также по месту жительства».



По заказу комитета по печати и связям с общественностью Ленинградской области