ПАМ'ЯТКА про використання продуктів побутової хімії :

- Засоби побутової хімії, навіть звичайний пральний порошок чи сода, повинні зберігатись таким чином, щоб до них не могли дістатися діти.
- Зберігати їх необхідно окремо від будь-яких харчових продуктів у відповідних ємностях з чіткими написами.
- Не варто зберігати в квартирі невідомі хімічні речовини або такі, у яких вийшов термін використання.
- При роботі з хімічними речовинами потрібно надягати гумові рукавички, халати, а після закінчення роботи необхідно добре вимити теплою водою з милом і рукавички, і руки.
- Засоби, небезпечні в пожежному відношенні (бензин, ацетон, гас, деякі засоби для виведення плям та ін.) повинні стояти в щільно закритих ємностях, бажано в таких, що не б'ються, подалі від джерел тепла та вогню.
- При роботі з пожежонебезпечними засобами забороняється палити цигарки, запалювати сірники, включати електронагрівальні прилади. Найбільш небезпечні випари горючих та легкозаймистих рідин. Тому краще всього працювати з такими речовинами (бензин, ацетон) на повітрі, поза помешканням.
- Перед тим, як застосовувати будь-який засіб, необхідно уважно прочитати всі вимоги та рекомендації, наведені на упаковці чи в інструкції щодо використання і суворо дотримуватися їх (особливо ретельно - при роботі з отрутохімікатами).
- Хімічні засоби необхідно застосовувати лише в таких кількостях, які вказані в інструкції.
- Не можна нахилятися низько над ємностями з хімічними речовинами (а тим більше нюхати їх, сильно втягуючи повітря) та над рідиною, що кипить, особливо при вливанні в неї нової порції рідини чи всипання порошку. Гарячі рідини не можна виливати в скляний посуд.
- Всі роботи з отрутохімікатами (боротьба зі шкідниками) рекомендується здійснювати з використанням захисних окулярів та з марлевою пов'язкою чи респіратором для захисту органів дихання (особливо при сприскуванні рослин). Після роботи необхідно вимити руки і лице з милом, прополоскати ротову порожнину. Робочий одяг необхідно випрати.
- Якщо після роботи залишилися невикористані розчини отрутохімікатів, то їх ні в якому випадку не можна зливати у каналізацію, водоймище чи річку; їх необхідно закопати в землю у віддаленому від помешкання місці.
- Не варто створювати значні запаси побутових хімічних препаратів, оскільки це призводить до збільшення концентрації токсичних випарів у жилих приміщеннях.

Ознаки отруєння токсичними речовинами: постійний кашель, головний біль, подразнення кон'юнктиви, втомленість, запаморочення, алергічні реакції шкіри, слабкість, носова кровотеча, галюцинації, нудота, блювання, порушення координації рухів, блідість шкіри, у тяжких випадках - втрата свідомості.

Перша долікарська допомога:

Передусім треба якнайшвидше припинити подальше надходження отруйної речовини в організм. Якщо вона надходила з повітрям, слід вивести постраждалого з приміщення на свіже повітря або щонайшвидше провітрити приміщення. Розстібнути одяг, що ускладнює дихання, зняти пасок; дати прополоскати рот і горло розчином питної соди (1 чайна ложка на склянку теплої води).

Дати понюхати нашатирний спирт на ваті (у жодному разі не з пляшечки, щоб уникнути опіку слизових оболонок верхніх дихальних шляхів).

Якщо речовина потрапила на шкіру, необхідно якнайшвидше зняти її ватним або марлевим тампоном, добре обмити уражені місця теплою водою з милом. При появі на шкірі набряклості, почервоніння, пухирів або виразок, закрити уражене місце чистим бинтом. При попаданні речовини в очі слід промивати їх великою кількістю теплої води протягом 15-20 хв., після чого накласти суху пов'язку.

Якщо речовина потрапила в шлунок, то в першу чергу слід промити його - дати випити 5-6 склянок теплої води, потім, подразнюючи пальцями задню стінку глотки та корінь язика, викликати блювання. Таке промивання проводиться повторно доти, поки промивні води не стануть чистими. При будь-якому отруєнні - навіть у легких випадках - слід викликати лікаря.

ПРАВИЛА БЕЗПЕЧНОГО ВІДПОЧИНКУ В ЛІСІ

Для безпечного відпочинку у лісі потрібно:

- Правильно одягнутися. Одяг повинен щільно прилягати до тіла, залишати якомога менше відкритих ділянок. На голову краще одягнути кепку або панаму.
- Заздалегідь вибрати місце відпочинку. Це по-можливості відкрита ділянка лісу, сонячна, без зайвих кущів та високої трави.
- Подбати про захисні засоби від укусів комах: комарів, мошок, кліщів. Пам'ятайте, кліщ сидить на кінчику гілки куща або на високій травинці. Коли повз нього проходить людина або тварина, він передніми лапками чіпляється до жертви, і тільки потім відчіплюється від місця, на якому сидів. Періодично уважно перевіряйте відкриті ділянки тіла на наявність кліщів.
- Бажано придбати мангал. Розводити багаття у лісі дуже небезпечно. Краще придбати мангал та насолоджуватися смаженими стравами. Якщо ж ви вирішили розвести багаття, то потрібно розчистити місце для вогню радіусом один метр від центру багаття. У вітряну погоду захистити вогонь від розповсюдження. Після відпочинку ретельно загасіть вогонь. Дрова бажано придбати у магазині, адже ліс вирубувати заборонено, або використовуйте сухостій.
- Потурбуватися про засоби першої медичної допомоги. Обов'язково візьміть з собою аптечку, у яку покладіть засоби для зупинки кровотечі, антисептичні, знеболюючі та серцеві засоби.

Не смітіть у лісі! Із собою візьміть пакети для сміття та ретельно приберіть за собою. Смітити у лісі заборонено.

Не кидайте недопалки від сигарет та тліючі сірники на землю. Ретельно загасіть недопалок, тліючий недопалок може призвести до лісової пожежі.

Ліс — наш друг!
Поважайте ліс і він віддячить Вам щирою гостинністю!

ОБЕРЕЖНО, КЛІЩІ!

У весняно-літні дні зростає активність кліщів. Так звані „енцефалітні кліщі” – це кліщі з родини іксодових, що зустрічаються в лісі, на луках, пасовищах території України, а в останні роки, перемістились у паркові зони відпочинку міст, сквери.

Кліщі є переносниками збудників вірусних, риккетсіозних, бактеріальних захворювань людей і тварин. В умовах міста Києва вони поширюють іксодовий кліщовий бореліоз серед людей, піроплазмоз серед собак; в умовах України – ще й кліщовий енцефаліт, туляремію, хворобу Лайма тощо. Живляться кліщі кров’ю людей і тварин.

Голодні кліщі найактивніші з другої половини квітня до середини липня.

Якщо вам вдалось своєчасно помітити на шкірі кліща, що присмоктався, радимо не відривати його відразу. Тому що ви можете відділити його черевце, а кінцівки паразита залишаться глибоко в шкірі, що може потім викликати нагноєння ранки.

Пропонуємо вам такі ***методи видалення кліща***:

- Візьміть кільце (перстень,) з високими стінками (за типом обручки). Притисніть його щільно до шкіри так, щоб кліщ знаходився в центрі, і наповніть олією. В результаті такої обробки кліщ не зможе дихати, так як органи дихання у нього знаходяться у черевці. І він починає послаблювати хватку і може навіть самостійно звільнити вашу шкіру. Або ж ви витягнете його за допомогою пінцету (поступово розхитуючи).

- Також ви можете спробувати витягнути кліща за допомогою нитки. Зробіть петлю з товстої нитки, накиньте її на кліща. Потім поступово, без різких рухів, повертаючи паразита за годинниковою стрілкою, видаліть паразита. Потім ретельно вимийте руки з милом, кліща спаліть. Місце, де був кліщ змастити 3% розчином йоду, спиртом або одеколоном. Але якщо всі вище перераховані заходи були безуспішними, не гайте часу і зверніться до лікаря.

Самого ж кліща бажано перевірити в найближчій лабораторії на інфікованість вірусом кліщового енцефаліту.

Пам’ятайте, щоб уникнути цих неприємностей, треба ***захищатися від паразитів***:

Збираючись до лісу, радимо одягтися так, щоб не залишати відкритими руки, а особливо ноги;

Одяг повинен щільно прилягати до тіла (сорочка з глухим комірцем і довгими рукавами, які закінчуються манжетами, заправлена у брюки, а брюки – у шкарпетки, взуття);

В зонах розповсюдження кліщів застосовують спеціальні проти кліщові комбінезони з міцно затягнутими манжетами на рукавах і знизу брюк, застібки типу „блискавка”, з каптуром, пришитим до комірця. Таким чином відкритим залишається тільки обличчя;

Краще, якщо одяг світлий, однотонний, щільний (тоді на ньому легко можна помітити кліща);

Через 2-3 години перебування у лісі і після виходу з нього обов’язково огляньте одяг і тіло (само - і взаємо огляд). Особливо ті місця, де кліщі найчастіше присмоктуються: голову, тіло, груди, згини рук, ніг. В одязі перевірте всі шви, складки. Якщо з вами собака – огляньте і її. Букет лісових квітів, трав – також.

Присмоктування кліщів частіш за все відбувається під час зупинок для відпочинку. Тому для стоянок у лісі потрібно вибирати сухі, добре освітлені галявини, подалі від кущів, дерев. На ділянці лісу, де буде розташований туристичний табір для відпочинку, потрібно організувати розчищення місцевості від трави, кущів. Тут також не можна створювати звалище побутових відходів, тому що це приверне до вас гризунів, які можуть занести кліщів на житлову територію;

Для попередження зараження кліщовим енцефалітом не слід пити сире козине молоко. Тому що кози є носіями вірусу цього захворювання.

Будьте обережні і тоді відпочинок на природі залишить Вам тільки приємні спогади!

Нагадайте дітям про електробезпеку!

У часи технічного прогресу, нових наукових технологій зросла кількість небезпек, що чатують на малечу. Поява великої кількості електричного обладнання викликає чималий інтерес у підростаючого покоління.

Для запобігання ураження електричним струмом та попередження нещасних випадків звертаємося до батьків з проханням:

Не залишайте дітей без нагляду.

Інформуйте їх про правила поводження з електричними приладами та правила поведінки поблизу електрообладнання.

Постійно нагадуйте дітям, як себе поводити в критичній ситуації, коли в біду потрапляють вони або хтось з їхніх друзів.

Зокрема зверніть їх увагу на те, що:

- Перш ніж увімкнути побутовий прилад у штепсельну розетку, необхідно оглянути, чи не пошкоджена вилка та перевірити неушкодженість ізоляції електричного проводу.
- Для того, щоб вимкнути побутовий прилад зі штепсельної розетки, потрібно триматись за вилку, а не за шнур.
- Не вставляти у штепсельну розетку цвяхи, шпильки та інші предмети.
- Не ремонтувати пошкоджені вимикачі, лампові патрони, штепсельні розетки, які знаходяться під напругою.
- Не проводити заміну перегорілих або пошкоджених електричних лампочок, які ввімкнуті в освітлювальну мережу.
- Не вбивати цвяхи в стіни у місцях можливого знаходження електропроводки.
- Не підніматись по опорах ліній електропередач до електропроводів та на дахи споруд, над якими проходять електричні проводи.
- Не проводити ігри поблизу ліній електропередач.
- У разі виявлення обірваного проводу лінії електропередач, ні в якому разі не наближатись до нього і негайно повідомити про це дорослих.
- Не влізати на територію загороджених трансформаторних підстанцій та в їх приміщення.

Пам’ятайте!

Ваша уважність та серйозне ставлення до електробезпеки є запорукою життя та здоров’я ваших дітей! Ваше нагадування може врятувати дитину від ураження електричним струмом і зберегти її життя.

Обережно! Діти на дорозі!

У XXI столітті важко уявити своє повсякденне життя без автомобілів, які набагато полегшують наше буття, але тим самим несуть із собою величезну небезпеку для життя дорослих і особливо дітей.

Кожен день вулицями свого міста ти та твої однолітки йдуть до школи чи на прогулянку. Одначе вулиця великого міста – не найліпше місце навіть для дорослої людини. Тим більше вона не пристосована для дитини. Щодня дорогою додому зі школи чи навпаки дитина наражається на ризик потрапити в екстремальну ситуацію. Найчастіше через неуважність або незнання Правил дорожнього руху діти гинуть на вулицях в дорожньо-транспортних пригодах, а травми ДТП – найтяжчі. Тому, щоб попередити дорожньо-транспортні пригоди, небезпеку для здоров'я, життя, треба знати ці Правила і застосовувати їх:

не вибігати на проїзну частину з тротуару, можна лише спокійно зійти, попередньо оцінивши ситуацію;

ходити лише тротуарами, дотримуючись правої сторони, а якщо вони відсутні — по узбіччю, обов'язково повернувшись обличчям до транспорту, що рухається, — тоді не тільки водій бачитиме пішохода, а й пішохід — водія;

не переходити дорогу на червоне світло незалежно від наявності на ній автомобілів;

переходити дорогу можна лише у дозволених місцях – «зебра», підземних та надземний переходи;

зібравшись переходити вулицю, спочатку подивитися ліворуч, а, дійшовши до середини, — праворуч;

пам'ятайте, що причиною ДТП може стати не тільки наїзд автомобіля або мотоцикла, але й велосипеда. Нерідко саме велосипедисти є джерелом напруженості на вулицях, у дворах;

чітко визначте для себе межі території для прогулянок, вулиці переходьте тільки в групі з іншими пішоходами;

у разі дорожньо-транспортної пригоди надавати можливу допомогу потерпілим і повідомити про пригоду міліцію.

На жаль, не всі добре знають ці Правила й іноді нехтують ними. А тому щорічно на наших дорогах гинуть сотні дітей і дорослих. Трапляються дорожньо-транспортні пригоди дуже часто у таких випадках, коли нібито нічого не загрожувало.

Пам'ятайте! Порушник Правил дорожнього руху не тільки наражає на небезпеку себе, а й ставить під загрозу життя інших людей.

Близько 70% вуличних травм, як свідчить статистика, відбуваються зі школярами на шляху зі школи додому, бо дорогу після занять дітлахи вважають початком відпочинку. Щоб такий відпочинок не перетворювався на трагедію, мав певні межі, необхідно зустрічати та супроводжувати дитину, або суворо обмежувати час та маршрут додому: нікуди не звертати, не бавитись, не заходити.

Підготовка до «професії пішохід» починається в дитячому садочку, продовжується в школі, а потім все життя кожного дня надає нові уроки. Тому надзвичайно важливо, щоб отримані дітьми знання правил безпечної поведінки на дорозі закріпили ще й батьки.

Водночас закликаємо вихователів ще раз повторити з дітьми правила безпечної поведінки на вулицях та дорогах. Особливо це стосується учнів молодших класів. Розробіть на уроках безпечний маршрут руху дитини додому зі школи. Наголосіть дітям про необхідність неухильного дотримання правил дорожнього руху, обов'язково перевірте засвоєні знання. І запам'ятайте, що найкращим взірцем поведінки на вулицях та автошляхах для дитини є безпосередньо приклад батьків.

Лише спільними зусиллями можна вирішити таку гостру проблему сьогодення, як дитячий дорожньо-транспортний травматизм.

КОРИСТУВАННЯ ГРОМАДСЬКИМ ТРАНСПОРТОМ
(Для школярів)

1.Посадка в громадський транспорт здійснюється лише з посадочної площадки, або узбіччя тротуару.

2. До транспорту слід підходити після повної його зупинки.

3. Посадка на громадський транспорт відбувається дисципліновано, в порядку черги.

4. Зайшовши в салон, необхідно пройти вперед, не створюючи натовп біля дверей.

5. Забороняється висовуватись з вікон.

6. Не можна ходити по салону під час руху автотранспорту – це небезпечно.

7. Під час руху не можна відволікати водія розмовами і заважати водієві керувати транспортним засобом.

8. Не можна відчиняти двері, не дочекавшись зупинки.

9. Не можна перешкоджати зачиненню дверей.

10. На зупинках виходять у сторону тротуару чи узбіччя.

11. Заборонено їздити на підніжках транспорту або чіплятись за борти машин.

12. Дітей слід перевозити лише в сидячому положенні.

13. Малюків під час руху транспорту необхідно тримати на руках, або у спеціальних кріслах.

14. Проїзд дітей в кузові транспортного автомобіля дозволяється лише тоді, коли кузов обладнаний сидіннями, а заднє сидіння має спинку. У кузові повинно знаходитись не менше двох дорослих. Висадка і посадка здійснюється через правий або задній борт.

15. На мотоциклах дітей перевозять у колясках, з надітим шоломом. Посадка і висадка здійснюється лише на праву сторону.

Попередьте злочин.

Щоб не стати жертвою на вулиці:

1. Побачивши попереду групу людей, п’яного чи автомобіль із пасажирами, що стоїть біля тротуару, перейдіть на іншу сторону дороги, або змініть маршрут.

2. Не вступайте в розмову, зробіть вигляд, що ви дуже поспішаєте. Ідіть у напрямку добре освітленого та багатолюдного місця.

3. Помітивши, що вас переслідують, перевірте підозри. Швидше йдіть, або перейдіть на інший бік вулиці. Якщо переслідування не припиняється – визначте відстань до найближчого безпечного місця, і якщо наважились бігти – зробіть це несподівано.

4. Кличте на допомогу, зніміть взуття на високих підборах і використовуйте його як засіб для самозахисту.

5. Опинившись під вікнами найближчого будинку, розбийте скло. Не обмежуйтесь вигуками про допомогу, вигукуйте: «Пожежа!», або щось подібне.

6. Рятуючись від переслідування, не забігайте у під’їзди, глухі двори.

7. Якщо вас обхопили ззаду, намагайтеся з усієї сили вдарити нападника потилицею в обличчя або п’яткою по нозі. Вирвавшись з його рук, вибігайте на проїжджу частину вулиці, намагаючись привернути увагу водіїв. Якщо ви все таки опинились у безлюдному місці на одинці з нападником, намагайтеся вступити в розмову, щоб виграти час. Говоріть голосно, впевнено.

Рекомендації населенню щодо дій під час загрози зсувів та селевих потоків.

Одними із найнебезпечніших природних катаклізмів є зсуви і селі. На Україні загроза зсувів і селевих потоків існує на Закарпатті - це 12 районів, більше 150 населених пунктів, 1500 житлових будинків. У найбільш небезпечні зоні сходження зсувів та селевих потоків знаходиться Тячівський та Міжгірський райони, менш інтенсивно відбуваються у Рахівському і Хустському районах, помірне сходження зсувів і селевих потоків спостерігається у Іршавському, Свалявському, Воловецькому, Виноградівському, Великоберезнянському, Ужгородському, Перечінському, Берегівському районах.

Зсув – це рух гірських порід, земляних мас донизу схилами під дією власної ваги. Зсуви виникають при порушенні рівноваги порід через розмивання схилу водою, при ослабленні міцності, вивітрюванні або перезволоженні опадами і підземними водами. Зсуви відбуваються на схилах з кутом більше 19º, на глинистих ґрунтах при надлишковому зволоженні. Обвали і зсуви не починаються раптово. Спочатку з'являються тріщини в гірській породі або ґрунті. Важливо вчасно помітити перші ознаки, скласти правильний прогноз розвитку стихійного лиха і подбати про власну безпеку.

Селевий потік (сель) – це тимчасовий потік води з великим вмістом бруду, каменів, піску та інших твердих матеріалів, що раптово виникає в річищах гірських рік. Сель є результатом злив, швидкого танення снігу і льоду. Він може відбутися і при обвалі в русла рік великої кількості пухкого ґрунту. На відміну від звичайних потоків, сель рухається окремими хвилями.

Сель несе в собі мільйони кубічних метрів грузлої маси. Розміри окремих валунів у селевому потоці можуть досягати упоперек 3-4 м. володіючи великою масою і швидкістю в 15-20 км/год., сель призводить до великих руйнувань, знищень посівів, загибелі людей і тварин.

Дії населення при загрозі зсуву, селю:

Уважно слухайте інформацію по телевізору та радіоприймачу про обстановку, рекомендації про порядок дій.

Зберігайте спокій, попередьте сусідів, надайте допомогу інвалідам, дітям та людям похилого віку.

Запам'ятайте, що від селів можна врятуватися лише уникнувши її. При наявності часу завчасно організовується завчасна запобіжна евакуація населення.

Підготуйте документи, одяг та зберіть найбільш необхідні й цінні речі, невеликий запас продуктів харчування на декілька днів, питну воду, медикаменти, кишеньковий ліхтарик, приймач на батарейках.

Вимкніть електро-, газо-, та водопостачання, загасіть вогонь у грубах.

Закрийте щільно вікна, двері, вентиляційні та інші отвори.

Винесіть із будинку легкозаймисті та отруйні речовини і по можливості заховайте в ямах чи погребах.

Шановні мандрівники, запам'ятайте ці попередження:

не виходьте у гори в у негоду;

вивчайте перед мандрівкою у горах маршрут свого руху;

стежте у горах за зміною погоди;

Дії населення у разі сходження зсувів, селевих потоків:

Зберігайте спокій, уникайте паніки, при необхідності надайте допомогу інвалідам, дітям, людям похилого віку та сусідам.

Почувши шум потоку, що наближається, негайно підніміться з дна лощини вгору по стоку не менше, ніж на 50-100 метрів. Тому, кого застава селевий потік, врятуватися, як провило, не вдається.

Дії населення після сходження селевого потоку.

Повідомте, по можливості, про лихо органи місцевої влади найближчого населеного пункту, якщо ви опинилися поза зоною сходу селевого потоку.

Зберігайте спокій, заспокойте дітей та тих, хто отримав психічну травму в результаті лавини, оцініть ситуацію.

Допоможіть, по можливості, постраждалим, викличте медичну допомогу тим, хто її потребує.

Допоможіть, при потребі, рятувальникам у пошуку і рятуванні потерпілих.

Повідомте своїх родичів про свій стан та місцеперебування. Не користуйтеся довго телефоном, окрім як для повідомлення про серйозну небезпеку.

Переконайтесь, що ваше житло не отримало ушкоджень. Перевірте зовнішнім оглядом стан мереж електро-, газо-, та водопостачання. Не користуйтеся відкритим вогнем, освітленням, нагрівальними приладами, газовими плитами і не вмикайте їх до того часу, доки не будете впевнені, що немає витоку газу.

Тримайтеся подалі від будинків, стовпів електромереж, високих парканів.

Не поспішайте з оглядом населеного пункту, не відвідуйте зони руйнувань, якщо та не потрібна ваша допомога.

Дізнайтеся у місцевих органів державної влади та місцевого самоврядування адреси організацій, які відповідають за надання допомоги потерпілому населенню.

ПРАВИЛА БЕЗПЕКИ НА ЛЬОДУ
ЩО ПОТРІБНО ЗНАТИ ТА РОБИТИ, ЩОБ НЕ ПОТРАПИТИ ПІД ЛІД:

- лід може бути неміцним біля стоку води (з ферми, фабрики тощо);
- тонкий лід там, де б'ють джерала, де швидка течія або струмок впадає в річку;
- ні в якому разі не перевіряйте міцність льоду ударом ноги;
- якщо Ви на лижах і Вам треба прокладати лижню, кріплення лиж відстебніть, палиці тримайте в руках, а петлі лижних палиць не накладайте на кисті рук. Наплічник повісьте лише на одне плече, а краще волочіть його на мотузці на 2-3 м позаду. Якщо Ви йдете групою, відстань між лижниками та пішоходами не скорочуйте менше 5 м;
- виміряти точну товщину можна лише, знявши верхній (мутний) прошарок від снігового, зовсім уже неміцного льоду;
- безпечним для пішохода вважається лід - зеленуватого відтінку, товщиною не менше 7 см; для облаштування ковзанки - не менше 10-12 см (для масового катання - 25 см); пішохідна масова переправа може бути організована при товщині льоду не менше 15 см;
- якщо лід почав тріщати, не біжіть, а відходьте повільно, не відриваючи ступні ніг від льоду.

ЗАПАМ'ЯТАЙТЕ:

- вирушати на водойми поодинці - НЕБЕЗПЕЧНО;
- не можна виходити на лід в період льодоходу та льодоставу, в місцях скидання промислових вод, в районі джерел, швидкої течії, заростей очерету, під час та після тривалих відлиг;
- ополонки для ловлі риби послаблюють льодове поле, тому відстань між ними повинна бути не менше 5-6 м;
- не залишайте на льоду дітей без догляду;
- не збирайтесь на льоду великими групами.

ЯКЩО ВИ ПРОВАЛИЛИСЯ ПІД ЛІД:

- широко розкиньте руки по краях льодового пролому та утримуйтеся від повного занурення у воду;
- намагайтеся, не обламуючи краю пролому, без різких рухів вибиратися на лід, наповзаючи грудьми і почергово витягуючи ноги;
- вибравшись із льодового полону, відкотіться в протилежний бік, а потім повзіть у той бік, звідки Ви прийшли.

Просуваючись до берега, будьте обережні, не зупиняйтеся, поки не опинитесь в безпечному місці.

Якщо на ваших очах людина провалилася під лід, негайно оповістить їй, що йдете на допомогу. Візьміть лижі, дошку, фанеру (це збільшить площу опори) і повзіть на них, широко розкидаючи при цьому руки. До самого краю ополонки не підповзайте. Паси, шарфи, міцна мотузка, дошка, жердина, санки або лижі допоможуть врятувати людину. Кидати їх потрібно з відстані 3-4 м.;

- подавши постраждалому підручний засіб порятунку, витягайте його на лід і повзіть з небезпечної зони. Потім доставте його в безпечне і тепле місце.

ГРИП

Основи профілактики

Грип – гостре вірусне захворювання, що передається через повітря й уражає дихальні шляхи. Здебільшого від зараження до прояву симптомів минає 1-2 доби, а інколи – й кілька годин. Вірус, що потрапив у слизову оболонку носоглотки, швидко розмножується, паразитуючи на здорових клітинах.

Ознаки захворювання

Швидке підвищення температури, ломота, слабкість, пітливість, сильний головний біль у ділянці лоба і скронь, біль у суглобах та кистях, нудота, зникнення апетиту, запаморочення свідомості й судоми – це ознаки інтоксикації організму, який ніби отруюється вірусом грипу. Дещо пізніше з'являється сухий кашель, біль за грудиною, охриплість голосу. Без ускладнень грип триває близько 7 днів.

На грип найчастіше хворіють діти та люди похилого віку, люди зі слабким імунітетом, у крові яких відсутні протигрипозні антитіла.

Можливі ускладнення грипу

Це, насамперед, бронхіт, пневмонія, плеврит, синусит, загострення хронічних захворювань. Найтяжчим з них є токсичний набряк легенів та мозку, гостра серцево – судинна недостатність, енцефаліт та менінгоенцефаліт, неврит тощо. Найбільш вразливі до ускладнень – це особи, що страждають на хронічні захворювання або в минулому перенесли черепно-мозкові травми, а також ті, хто зловживає спиртним.

Попередження захворювання на грип

Найефективнішим методом запобігання грипу в усьому світі вважається вакцинація.

Щеплення здійснюються у спеціально обладнаних кабінетах поліклінік і лікарень.

Вакцинуватись бажано щороку, особливо людям із групи ризику: тим, кому за 65; особам із хронічними захворюваннями (серцево-судинної системи, легенів, печінки, нирок, з анемією, бронхіальною астмою, цукровим діабетом) та зниженою імунною захищеністю – (ВІЛ – інфіковані).

Пам'ятайте: вакцинація протипоказана людям у період загострення хронічних захворювань та тим, хто має алергію на курячий білок!

Профілактичні заходи в передепідемічний період

Хорошим бар'єром для вірусів грипу є змазування слизової оболонки носа оксаліновою маззю, закапування в ніс соку алоє.

Серед заходів неспецифічної профілактики грипу та ГРВІ, спрямованих на підвищення захисних сил організму, важливе місце мають різні загартовуючі процедури, вживання природних фітонцидів – цибулі, часнику, хрону, повноцінне харчування, особливо споживання продуктів багатих на вітамін С, ін.

При грипі не можна:

- збивати температуру тіла нижче 38ºС, бо при температурі вище 37ºС в організмі утворюється власний противірусний білок – інтерферон. Жарознижувальні засоби давати тільки при температурі 38ºС і вище (особливо малим дітям, щоб запобігти розвитку судом);

- при температурі нижче 38ºС застосовувати засоби швидкої допомоги, на зразок флюколду, колдфлю: вони лише ліквідовують симптоми і знижують температуру, а тому вірус продовжує розмножуватися в організмі, внаслідок чого розвивається ускладнення;
- самовільно приймати антибіотики.

Для запобігання зараженню вірусом грипу намагайтеся дотримуватися таких правил:

- регулярно провітрюйте приміщення, в якому Ви знаходитеся впродовж значного часу – це зменшує концентрацію вірусів в повітрі кімнати;
- не відвідуйте поліклініку самостійно у разі підвищення температури тіла – викликайте лікаря додому;
- при ознаках подразнення верхніх дихальних шляхів, під час кашлю і чхання прикривайте рот і ніс хустинкою;
- уникайте місць масового скупчення людей, не користуйтеся громадським транспортом;
- завчасно (до початку епідемії) зробіть вакцинацію собі і дітям.

Чадний газ – правила безпеки!

Зимовий період традиційно вважається небезпечним у плані пожежної безпеки. Саме пік пожеж та інших нещасних випадків припадає на цю пору. Причини бувають різні, але в основну роль відіграє людський фактор. Вже з початку 2009 року на Волині трапилося 648 пожеж. І що саме неприємне, це те, що гинуть люди та діти. І від сьогодні зима вступає в свої законні права, тому не зайве нагадати правила безпеки. Хоча нема ще морозів, снігу та тонкого льоду люди опалюють свої помешкання, адже потреба в теплі є життєвою та необхідною. Тому не зайве нагадати правила безпеки та оновити в пам'яті інформацію про чадний газ.

Причини нещасних випадків різні: хтось не встиг прочистити димохід та перевірити тягу, інші – придбали нові колонки та пічки. Погода ще не стабілізувалася – то холодно, то тепло, тож адаптуватися до опалення зазвичай населення не встигає. Отруєння може статись під час роботи бензинових двигунів, при згорянні природного газу, при пожежах та на деяких промислових об'єктах. Велика кількість смертельних випадків відбувається у закритих приміщеннях з відсутньою вентиляцією, наприклад, в гаражах.

Варто пам'ятати, що чадний газ дуже підступний, адже отруює організм непомітно, запаморочує свідомість, викликає млявість, слабість. Людина не відчуває моменту, коли потрібно бити на сполох, втікати на свіже повітря.

Чадний газ CO — безбарвний, дуже отруйний газ без запаху. Утворюється внаслідок неповного згоряння пального в автомобільних двигунах чи опалюваних приладах, які працюють на вугіллі або на інших видах природного палива. У воді майже не розчиняється і не вступає з нею в хімічну взаємодію.

Через свою отруйність монооксид вуглецю є дуже небезпечним для організму людини. Ця небезпека збільшується тим, що він не має запаху і отруєння може настати непомітно. Навіть незначні його кількості, що потрапляють у повітря і вдихаються людиною, викликають запаморочення і нудоту, а вдихання повітря, в якому міститься 0,3% CO за об'ємом, може швидко привести до смерті.

Отруйна дія цього газу обумовлюється тим, що він утворює з гемоглобіном крові порівняно стійку сполуку — карбогемоглобін, внаслідок чого кров втрачає здатність передавати кисень тканинам організму. Отруєння цим газом наступає в результаті критичної нестачі кисню в організмі.

Ознаки та симптоми отруєння чадним газом: головний біль, нудота; задуха; сплутаність свідомості; м'язова слабість; червоний колір обличчя; тривала дія чадного газу може привести до смерті.

Перша допомога при отруєнні чадним газом: слідуйте принципам надання медичної допомоги при інгаляційних отруєннях. Негайно викличте машину «швидкої медичної допомоги». Постраждалого необхідно винести на свіже повітря. Рятівники не повинні знаходитися під дією чадного газу тривалий час, пам'ятаючи, що звичайний протигаз не захищає від цього газу. Для надійного захисту потрібний гопкалітовий патрон або ізолюючий протигаз. Кращим засобом лікування є тривале дихання киснем. При зупинці дихання та кровообігу — серцево-легенева реанімація. Будьте уважні до свого життя та здоров'я.

На вулиці сніг стелиться , зима прийшла, метелиця.

Цьогорічна зима порадувала українців справжнім снігом, навіть і більше. Снігові кучугури завдають клопоту не лише комунальникам, але і всім мешканцям міст та сіл. Радіє лише дітвора, яка отримала змогу вволю натішитися зимовими розвагами. Проте слід пам’ятати, що сильна хуртовина з випаданням великої кількості снігу може викликати:

• замети на автошляхах, вулицях населених пунктів, деяких ділянках залізниці та на аеродромах з частковим або повним припиненням руху автомобільного, залізничного та авіаційного транспорту;

• утворення кучугур у низовинах, місцях, які розташовані з підвітряного боку будівель, споруд та інших перешкод, занесення ярів, котлованів, ям , що становить небезпеку при пересуванні цими ділянками;

• накопичення на окремих ділянках покрівель будівель великої (критичної) маси снігу з можливим руйнуванням нестійких конструкцій;

• пошкодження у системі електромереж та лініях електрозв'язку зі знеструмленням (частковим або повним) населених пунктів, припиненням водо- та теплопостачання, телефонного та телеграфного зв'язку;

• руйнування опор, дерев, рекламних щитів та інше, що є небезпечним для людей, які в цей момент знаходяться поруч з ними;

• накопичення великої кількості снігу у горах з заметами на перевалах та припинення руху через них, а також можливим сходженням снігових лавин.

Про можливість великих снігопадів та снігових заметів людина дізнається з прогнозу погоди Гідрометеоцентру та з попереджень територіальних органів цивільного захисту через засоби масової інформації.

З отриманням попередження доцільно дотримуватися певних рекомендацій.

Рекомендації до дій при великих снігопадах та снігових заметах:

• повідомити про це родичів, сусідів та колег по роботі;

• зробити необхідні запаси хліба, води та інших продуктів харчування, а для хронічних хворих - необхідних ліків;

• підготуватись до аварійного освітлення квартири (будинку), для чого запастись відповідними засобами (свічками, лампами, ліхтарями), та підготувати їх до використання;

• в міських будинках з електроплитами підготувати до роботи примуси або інші засоби для приготування їжі в умовах відсутності електропостачання;

• за герметизувати житлові приміщення - це допоможе зберегти тепло і зменшити витрати палива.

В умовах непогоди необхідно:

• обмежити пересування, особливо в сільській місцевості;

• при можливості відмовитись на період стихійного лиха від виїздів на власному автомобілі, а при необхідності користуватись громадським транспортом;

• виходити з будинку (квартири) тільки якщо це вкрай необхідно, використовуючи при цьому відповідні взуття та одяг (взуття повинно бути у справному стані, сухим та не стискати ногу, одяг щільним, легким, не заважати рухові), змастіть лице і руки несолоним салом, риб'ячим жиром, або жирним кремом, відмовтесь на цей період від прогулянок, полювання, риболовлі, туристичних походів та ін.;

• при пересуванні пішки рухатись розчищеними доріжками, не наближатись впритул до будинків та споруд, з даху яких може впасти велика маса снігу, а також до рекламних щитів та інших небезпечних конструкцій;

• переходити вулицю тільки у місцях пішохідних переходів у встановленому порядку і бути при цьому дуже уважним, враховуючи, що в складних погодних умовах значно збільшується ймовірність дорожньо-транспортних пригод;

• бути обережним в зоні роботи дорожньої техніки, яка здійснює снігоочисні роботи (найкраще цю ділянку вулиці перейти в іншому місці);

• вдома під час використання аварійних засобів освітлення, опалення, приготування їжі дотримуватись відповідних правил безпеки;

• при необхідності користування власним автомобілем провести його відповідну підготовку (замінити воду в системі охолодження двигуна на антифриз, перевірити наявність автомобільного та шанцевого інструменту, буксирного тросу, засобів запобігання ковзанню машини на слизьких ділянках дороги та ін.);

• у випадку затору на дорозі і неможливості рухатись вперед, розвертатись (якщо це можливо) тільки в такому місці, де машина гарантовано не застрягне;

• якщо машина застрягла - виставити сигнал допомоги, для чого повісити на жердину (антену) яскравий шматок тканини, не виходити з автомобіля, якщо не впевнені, що поряд знайдете допомогу;

• з початком робіт дорожніх підрозділів чи аварійно – рятувальних підрозділів МНС з ліквідації наслідків заметів виконувати розпорядження організатора робіт та діяти за його вказівками. Все працездатне населення зобов'язане брати активну участь у виконанні робіт з розчистки снігу;

• якщо ви залишились на холоді і найближчим часом не в змозі дістатись до населеного пункту або теплого приміщення, розпаліть вогнище, уникайте відмороження та замерзання! Для цього - рухайтесь! Рухи на холоді посилюють кровообіг і сприяють зігріванню тіла. Не торкайтесь оголеною шкірою до металевих предметів у морозну погоду, це може викликати швидке відмороження;

• якщо ви не самі, слідкуйте за тими, хто поряд з вами (перш за все за дітьми, людьми похилого віку та хворими), при необхідності допоможіть їм.

• В разі потреби телефонуйте до рятувальної служби за номером 101.

Урагани (буревії, смерчі)

Урагани, буревії, смерчі за своєю руйнівною силою можуть зрівнятись із землетрусами. Фактори їх небезпеки: травмування, а інколи і загибель людей; руйнування інженерних споруд та систем життєзабезпечення, доріг та мостів, промислових і житлових будівель, особливо їх верхніх поверхів і дахів; перекидання телеграфних стовпів, виривання дерев та утворення завалів; знищення садів та посівів на полях.

Сильні вітри, як правило, супроводжуються зливами, що призводять до затоплень місцевості.

Урагани, бурі, смерчі синоптики відносять до надзвичайних подій із помірною швидкістю поширення, тому частіше всього вдається оголосити штормове попередження.

Дії при штормовому попередженні

При отриманні штормового попередження:

- уважно слухайте подальшу інформацію по телевізору та радіоприймачу про метеоситуацію (час, напрямок руху та силу вітру), рекомендації про порядок дій;
- підготуйтесь до відключення електромережі, закрийте газові крани, загасіть вогонь у грубах;
- обріжте сухі гілки і дерева, що можуть завдати шкоди вашому житлу, машину поставте у гараж;
- щільно зачиніть вікна, двері, горищні люки і вентиляційні отвори;
- навчіть дітей, як діяти під час стихійного лиха. Не відправляйте їх у такі дні у дитячий садок та школу;
- перейдіть у більш стійку капітальну будівлю, сховайтеся в підвалі або віддаленому від дерев і будинків погребі;
- худобу поставте у капітальному хліві, двері та ворота міцно зачиніть;
- якщо ви у човні та отримали штормове попередження або бачите наближення поганої погоди, негайно пливіть до берега;
- великі вікна і вітрини забийте дошками. Віконне скло заклейте смугами паперу або тканини, по можливості, захистіть віконницями або щитами;
- з дахів, балконів, лоджій, шаф необхідно прибрати предмети, які при падінні можуть травмувати людей;
- потрібно створити невеликі запаси води, харчових продуктів, перев'язувальних і лікарських засобів.

Дії під час стихійного лиха

Під час стихійного лиха:

- зберігайте спокій, уникайте паніки, дійте свідомо, утримуйте інших від

нераціональних дій, при необхідності надайте допомогу інвалідам, дітям, людям похилого віку;

- загасіть вогонь у грубах, відключіть системи електро- та газопостачання;
- перейдіть у безпечне місце. Сховайтеся у внутрішніх приміщеннях - коридорі, ванній кімнаті, коморі або у підвалі. Ввімкніть приймач, щоб отримувати інформацію;
- не користуйтеся ліфтами. Електромережу можуть раптово вимкнути;
- якщо лихо застало вас на вулиці, обминайте хиткі будівлі та будинки з хитким дахом. По можливості заховайтеся в підвал найближчого будинку;
- якщо ви на відкритій місцевості, притисніться до землі на дні будь-якого заглиблення (яру, канави, кювету), захищаючи голову одягом чи гілками дерев;
- уникайте різноманітних споруд підвищеного ризику, мостів, естакад, трубопроводів, ліній електропередач, водойм, потенційно небезпечних промислових об'єктів та дерев;
- якщо ви їдете автомобілем, зупиніться. Не ховайтеся у ньому, а виходьте і швидко ховайтеся у міцній будівлі або на дні будь-якого заглиблення.

Дії після стихійного лиха

Після стихійного лиха:

- зберігайте спокій, заспокойте дітей та тих, хто отримав психічну травму в результаті лиха, оцініть ситуацію. Допоможіть, по можливості, постраждалим, викличте медичну допомогу тим, хто її потребує;

- не можна виходити на вулицю відразу після ослаблення вітру, тому що через декілька хвилин пориви вітру можуть повторитися;
- переконайтеся, що ваше житло не отримало ушкоджень. Перевірте зовнішнім оглядом стан мереж електро-, газо- та водопостачання;
- не користуйтеся відкритим вогнем, освітленням, нагрівальними приладами, газовими плитами і не вмикайте їх до того часу, доки не будете впевнені, що немає витоку газу;
- будьте дуже обережні, виходячи з будинку. Остерігайтеся: частин конструкцій та предметів, які нависають на будівлях; обірваних дротів від ліній електромереж; розбитого скла та інших джерел небезпеки;
- не відвідуйте зони руйнувань, якщо там не потрібна ваша допомога.

Землетруси

Найбільш небезпечними природними явищами є землетруси, підземні поштовхи у земній корі чи верхній частині мантії, які викликають коливання земної поверхні, спричиняють деформацію земної кори. Виникнення землетрусів, особливо з інтенсивністю від 6 балів за шкалою Ріхтера і більше, приносять значні руйнування будівель і споруд і велику кількість людських жертв.

Як правило, населення, яке мешкає в сейсмоактивних зонах, знає про можливість виникнення землетрусів і може заздалегідь проводити цілий ряд заходів, які значною мірою можуть зменшити негативні його наслідки.

До таких заходів можна віднести:

- закріплення шаф, полиць, стелажів, розміщення меблів таким чином, щоб у випадку падіння вони не загороджували вихід, не блокували двері, не наносили травми;
- у квартирі не повинно бути легко займистих або отруйних рідин;
- спальні місця розміщують на достатній відстані від великих вікон, скляних перегородок. Над ліжками і диванами не повинно бути важких полиць, масивних картин або інших предметів;
- завчасно створюють запас консервованих харчових продуктів і питної води, розрахований на перші 3-5 днів. Все це складають у рюкзак або господарську сумку і зберігають на видному місці;
- аптечку першої допомоги з набором перев'язувальних і лікарських засобів, особливо тих, які ви приймаєте, документи, гроші, електричний ліхтарик, сірники, відро з піском, вогнегасник зберігають постійно під руками;
- потрібно знати де і як вимикається електроживлення, водопостачання і газ у квартирі, під'їзді, будинку;
- заздалегідь готують для тимчасового перебування садовий будиночок, гараж або інше пристосоване приміщення, де створюється запас необхідних речей, одягу, взуття, води, продуктів харчування, обладнуються спальні місця;
- репродуктор радіотрансляції повинен бути постійно ввімкненим, щоб чути інформацію про землетрус, можливість виникнення якого прогнозується, та інші повідомлення і розпорядження місцевих органів.

Відчувши підземні поштовхи або отримавши сигнал, що сповіщає про виникнення землетрусу, населення повинне діяти відповідно до інформації, що надходить. При цьому надто важливо Не піддатися паніці, своєчасно та ретельно виконувати всі отримані вказівки.

Дії під час землетрусу

Якщо землетрус виник під час перебування у будинку, найкраще за все протягом перших 20-30 секунд при можливості, вибігти із нього на відкрите місце (у

більшості випадків, з моменту, коли починають відчуватися коливання, і до того, як їх сила зросте до 7-8 балів і з'явиться небезпека руйнування будівель, споруд проходить 20-30 сек.). При цьому, не можна користуватись ліфтом - він може зупинитись, а при виході з будинку не можна створювати тисняву в дверях.

Опинившись на вулиці, треба відбігти від будинку або іншої споруди на середину вулиці або до будь-якого іншого вільного від забудови місця, оскільки найчастіше травми та поранення можуть бути нанесені уламками скла, шиферу, черепиці, шматками дахового заліза, дошками, вивісками та іншими предметами. Особливу небезпеку становлять обірвані та обвислі дроти електричної мережі.

Якщо не вдалось вибігти на вулицю, потрібно розкрити вхідні двері квартири і стати в них. Можна сховатись під стіл, у шафу і закрити обличчя рукам, щоб не поранитись битим склом, картинами, світильниками. У всіх випадках потрібно остерігатися падіння штукатурки, арматури, плит перекриття, полиць з посудом та інших предметів, триматися подалі від вікон, скляних перегородок тощо. Не варто стрибати у вікно, перебуваючи вище першого поверху.

Найбільш безпечне місце у приміщенні - дверні отвори в капітальних несучих стінах, кути утворені капітальними стінами, місця під несучими колонами і балками каркасу будівлі.

Під час перебування в автомобілі, автобусі або іншому транспорті краще зупинитись і залишатись на місці до закінчення поштовхів. В автобусі не потрібно бити вікна і кидатися до дверей, створюючи тим самим паніку і можливість травм. Водії автобусів, трамваїв, тролейбусів самі зупинять транспортний засіб і відкриють двері.

Дії після землетрусу

Зусилля усіх людей, які не потерпіли від землетрусу і не мають ушкоджень, повинні бути зосереджені, насамперед, на розшук, вивільнення з-під завалів та наданні першої медичної допомоги потерпілим. Необхідно насамперед потурбуватися про дітей, хворих, вагітних жінок людей літнього віку. Перевірити, чи є пошкодження ліній електро-, водо- і газопостачання. ***Категорично заборонено користуватись відкритим вогнем!*** Спускаючись сходами з верхніх поверхів, потрібно бути обережним - можуть бути пошкоджені не тільки сходинки, а й цілі елементи сходових прольотів. Не можна заходити у напівзруйновані будинки або бути близько біля них. Потрібно бути готовим до повторних поштовхів, вони можуть виникнути через декілька годин, а інколи і діб. Як правило, повторні поштовхи дещо слабші за перші.

Повені

Повені - досить часте явище в Україні. Катастрофічне затоплення населених пунктів бурхливим підйомом рівня води, навіть в невеликих річках, виникає в результаті швидкого танення снігу, утворення льодових запруд, тривалих дощів.

Під час повеней створюється реальна загроза життю та здоров'ю людей, тварин, руйнування споруд і комунікацій, гинуть посіви та матеріальні цінності. Особливу небезпеку становлять руйнування гребель великих водосховищ та інших гідроспоруд, у результаті чого виникають катастрофічні затоплення.

Велике значення під час повеней має своєчасне прогнозування, оповіщення населення та евакуація його з районів імовірного затоплення.

Дії після попередження про можливість повені

Після попередження про можливість повені:

- уважно слухайте подальшу інформацію про НС та інструкції про порядок дій, не користуйтеся без потреби телефоном, щоб він був вільним для зв'язку з вами;
- зберігайте спокій, попередьте сусідів;
- зберіть документи, одяг, найбільш необхідні речі, запас продуктів харчування на декілька днів, медикаменти. Складіть все це у валізу. Документи зберігайте у водонепроникному пакеті;
- від'єднайте всі споживачі електричного струму від електромережі, перекрийте воду, вимкніть газ;
- перенесіть більш цінні речі та продовольство на верхні поверхи або підніміть на верхні полиці;
- необхідно привести у належну готовність плавзасоби. За їх відсутності слід узяти участь у виготовленні найпростіших таких засобів із матеріалів, які є під рукою: колод, дошок, автомобільних камер, бочок тощо;
- переженіть худобу, яка є у вашому господарстві, на підвищену місцевість.

При загрозі катастрофічного затоплення проводиться евакуація населення.

Громадяни, які підлягають евакуації, повинні прибути згідно з указаним часом на місце збору і мати особисті документи, речі першої необхідності, невеликий запас продуктів харчування та питної води.

Евакуація проводиться, зазвичай, у найближчі населені пункти, що перебувають поза зоною затоплення. Евакуйованих розташовують у громадських будівлях, а також у помешканнях жителів цього населеного пункту.

Окремі групи людей через певні обставини, що склалися, можуть залишитися на затопленій території. У такому випадку, насамперед, необхідно:

- переміститися у безпечне місце (це можуть бути верхні поверхи будівель та споруд) і дотримуватися таких правил безпеки:
- не вживати продукти харчування, які забруднені повеневою водою;
- пити воду тільки після її кип'ятіння;
- не користуватися електроприладами, що намокли;
- перебуваючи у воді або у своєму приміщенні, не торкатися до електричних дротів та включених у електромережу приладів;
- обмежити пересування у затопленому місці;
- у разі необхідності пересування і відсутності плавзасобів пливти слід не проти течії, а під кутом до неї, остерігаючись предметів, що плавають або затоплені.

Дії під час повені

Перш ніж покинути дім, необхідно переконатися, що газ і електроенергія вимкнені. З собою потрібно взяти документи, гроші, найнеобхідніші речі, невеликий запас харчових продуктів і води. Затоплені місця глибиною до 1 м можна переходити вбрід, від 0,6 до 1,2 м - переправлятись на автомобілях з переднім і заднім приводом, на тракторах. Переправу можна організувати за допомогою човнів та інших плаваючих засобів, або підручних засобів - заздалегідь приготовлених плотів.

При перебуванні під час повені у полі, лісі необхідно виходити на підвищені місця. Якщо такої можливості немає, потрібно залазити на дерево, використовувати всі предмети, здатні утримувати людину на воді - дошки, дерев'яні двері, бочки тощо.

Під час повені найважливіший обов'язок усіх громадян - надання допомоги та рятування потопаючих.

Дії в зоні раптового затоплення

Якщо ви опинилися в зоні раптового затоплення:

- зберігайте спокій, уникайте паніки, утримуйте від неї оточуючих;
- швидко зберіть необхідні документи, цінності, ліки, продукти та інші необхідні речі;
- надайте допомогу дітям, інвалідам та людям похилого віку;
- по можливості негайно залишіть зону затоплення;
- перед виходом з будинку вимкніть електро- та газопостачання, загасіть вогонь у грубах;
- відчиніть хлів - дайте худобі можливість рятуватися;
- підніміться на верхні поверхи. Якщо будинок одноповерховий - займіть горішні приміщення;
- до прибуття допомоги залишайтеся на верхніх поверхах, дахах, деревах чи інших підвищеннях, сигналізуйте рятівникам, щоб вони мали змогу швидко вас знайти;
- перевірте, чи немає поблизу постраждалих, надайте їм, по можливості, допомогу;
- потрапивши у воду, зніміть з себе важкий одяг і взуття, відшукайте поблизу предмети, якими можна скористатися, щоб залишитися на плаву до одержання допомоги.

Не переповнюйте рятувальні засоби (катери, човни, плоти та інше).

Дії після повені

Дії після повені зводяться до такого:

- переконайтеся, що ваше житло не отримало внаслідок повені ніяких ушкоджень та не загрожує заваленням (відсутні провалини в будинку і навколо нього, не розбите скло, немає небезпечних уламків та сміття);
- не користуйтесь електромережею до повного висихання будинку;
- обов'язково кип'ятіть питну воду, особливо з джерел водопостачання, які були підтоплені;
- просушіть будинок, проведіть ретельне очищення та дезінфекцію забрудненого посуду і домашніх речей та прилеглої до будинку території;
- здійснюйте осушення затоплених підвальних приміщень поетапно, з розрахунку 1/3 об'єму води на добу;
- заборонено вживати продукти, які були підтоплені водою під час повені. Позбавтеся від них та від консервації, що була затоплена водою і отримала ушкодження.

Все майно, що було затопленим, підлягає дезінфекції.

Дізнайтеся у місцевих органах державної влади та місцевого самоврядування адреси організацій, що відповідають за надання допомоги потерпілому населенню.