

Ахмедзянов С.А.



МАРИЙ ЭЛ РЕСПУБЛИКЫН  
ГРАЖДАН ОБОРОНО ДА  
КАЛЫКЫМ АРАЛЫМЕ  
ШОТЫШТО КОМИТЕТШЕ

КОМИТЕТ ГРАЖДАНСКОЙ  
ОБОРОНЫ И ЗАЩИТЫ  
НАСЕЛЕНИЯ  
РЕСПУБЛИКИ МАРИЙ ЭЛ

ЕШАРТЫШ ПРОФЕССИОНАЛ  
ШИНЫМАНЫМ ПУЫШО  
«ЭКОЛОГИЙ  
ЛУДЫКНЫДЫМЫЛЫК ДА  
КАЛЫКЫМ АРАЛЫМЕ ТУНЕММЕ  
ДА МЕТОДИКЕ РҮДЕР»  
РЕСПУБЛИКЫСЕ КУГЫЖАНЫШ  
КАЗНА ТОНЕЖ

РЕСПУБЛИКАНСКОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «УЧЕБНО-  
МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР  
ЭКОЛОГИЧЕСКОЙ  
БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ  
НАСЕЛЕНИЯ»

Ломоносов ур., 6-шо п., Йошкар-Ола, 424006  
Тел.(8362) 38-13-47, тел. факс 38-13-46  
E-mail: umc\_mariel@mail.ru

ул. Ломоносова, д.6, г.Йошкар-Ола, 424006  
Тел.(8362) 38-13-47, тел. факс 38-13-46  
E-mail: umc\_mariel@mail.ru

ОКПО 72513596, ОГРН 1041200455141, ИНН КПП 1215099577/121501001

12.07.2018 г. № 126-01-08

На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

Руководителям органов  
исполнительной власти, главам  
администраций муниципальных  
образований Республики  
Марий Эл

Направляем в Ваш адрес памятки на темы: «Действие населения во время жары», «Чтобы избежать неприятностей на воде», «Дорожно - транспортные происшествия», «Действия работников организаций при возникновении угрозы терактов».

Прошу памятки распространить в организациях и предприятиях (электронной почтой), разместить в местных СМИ и на сайтах.

О проделанной работе прошу проинформировать РГКУ ДПО «УМЦ экологической безопасности и защиты населения».

Приложение: Памятки на 26 л. в 1 экз.

С уважением

Начальник

В.А.Коломиец

16 ИЮЛ 2018

№ 126-01-08  
07.08.18

1

**РГКУ ДПО**  
**«Учебно – методический центр экологической**  
**безопасности**  
**и защиты населения»**



**Методические рекомендации**  
**«Чтобы избежать неприятностей на воде...»**



**Йошкар-Ола**  
**2018**

**Чтобы избежать неприятностей на воде...**

Каждый гражданин обязан оказывать посильную помощь людям, терпящим бедствие на воде.

Повышенную опасность для человека, если он, конечно, не живет в центре безводной песчаной пустыни, представляют водоемы: побережье морей, 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, катаниях на лодках и других плавсредствах и пр. Кто может поручиться, что водоем, который вы облюбовали для купания, не используется недобросовестными водителями, лениющимися вывозить мусор на дальние свалки, в качестве выгребной ямы, на дне которой может быть все, что

удовно. 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.



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!

Открытые водоемы, безусловно, источник опасности, и поэтому осторожность при купании и плавании вполне оправдана. Купание полезно только здоровым людям, поэтому проконсультируйтесь с врачом, можно ли вам купаться. Лучшее время суток для купания — 8–10 часов утра и 17–19 часов вечера. Не следует купаться раньше чем через час-полтора после приема пищи.

Взрослые должны ознакомить детей с правилами безопасности на водных объектах, прежде чем дети отправятся в лагеря, туристические походы, пикники.

**Умение хорошо плавать** — одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде.

Находясь на пляже рядом с водой нужно помнить о неприятностях, которые могут произойти.

#### **Опасности на воде**

1. Опасность для купающихся представляют катера, скутера, яхты. Отдыхающие на яхте недалеко от пляжа, могут попросту не заметить человека, купающегося вблизи. Поэтому нельзя выплывать за буйки и плавать в судоходной зоне.

2. Не только на диких, но и на централизованных пляжах, подстерегает такая опасность, как стекла в песке. Нужно быть очень внимательным выбирая место для отдыха, особенно если с вами отдыхают маленькие дети.

3. В воде содержится бактерии, которые могут вызвать различные кишечные заболевания, инфекцию слизистой, ушей и кожи, особенно в водоемах с непрогочной водой. Не стоит рисковать и купаться там, где установлена стоит табличка: "Купаться запрещено".

4. Опасно купаться рядом с дамбой, и ни в коем случае нельзя прыгать с неё.

5. Невидимую опасность представляют подводные течения, можно недооценить его силу, и тогда будет сложно

**Несколько правил для любителей гребли на прогулочных лодках**



**ОПАСНО** перегружать лодку сверх установленной нормы.

Купаться или нырять с лодки.

Пересаживаться или пытаться сидеть на ее борту.

Кататься возле шлюзов, плотин, дноуглубительных снарядов, посреди фарватера реки.



Останавливать лодку под мостами и около мостов, где фарватер сильно сужается. Ведь если ваша лодка перевернется и затонет где-нибудь посредине реки, вам придется добираться до берега вплавь! А это уже совсем другие, чем до буйка, расстояния!

#### **Если тонет человек:**

1. Сразу громко зовите на помощь: «Человек тонет!»
2. Попросите вызвать спасателей и «скорую помощь».
3. Бросьте тонущему спасательный круг, длинную веревку с узлом на конце.



**СОБЛЮДАЯ ЭТИ ПРАВИЛА, МОЖНО С  
УДОВОЛЬСТВИЕМ И БЕЗОПАСНО  
ОТДЫХАТЬ НА ВОДЕ**



**РГКУ ДПО**  
**«Учебно – методический центр экологической**  
**безопасности**  
**и защиты населения»**



**ПАМЯТКА**  
**«Действия населения во время жары»**



**Йошкар-Ола**  
**2018**  
**Действия населения при засухе**  
**и сильной жаре**

**Засуха** - продолжительный и значительный недостаток осадков, чаще при повышенной температуре и пониженной влажности воздуха.

**Сильная жара** – характеризуется превышением средне плюсовой температуры окружающего воздуха на 10 и более градусов в течение нескольких дней.

**Засуха и сильная жара могут привести:**

- к увеличению опасности возникновения массовых, лесных и торфяных пожаров, инфекционных болезней среди населения, массовых заболеваний среди животных, гибели растений и т.п.;
- к перегреву организма человека.

**Различают три стадии теплового поражения человека:**

- тепловое перегревание - когда жара и ее проявление угрожает повышению температуры тела выше 37,1°C;

- тепловое нарушение - когда температура тела, приближается к 38,8°C, создавая ненормальное внутреннее состояние, при котором нарушаются физические и умственные функции организма;
- тепловые критические состояния, такие как коллапс (резкий упадок сил), от обезвоживания, тепловой удар и коронарный сердечный удар, наступают при сильном и длительном перегревании тела человека.

В зависимости от возникшей ситуации необходимо уметь действовать:

### Наступила засуха

(в теплое время года, в течение длительного периода не выпадают дожди).



#### Необходимо:

##### 1. Создать запасы воды:

в домах (используя ванны, любые эмалированные емкости большой вместимости);

на садовых участках (наполнив водой все имеющиеся емкости, поместив их в тени, а лучше заглубив в землю).

##### 2. Экономно расходовать воду.

3. Определить наличие вблизи домов и садовых участков озер, болот, ручьев, как дополнительных источников воды.
4. Домашних животных содержать в помещениях (сарай, хлев), создать в них 2-3-х дневный запас воды.
5. Не разводить открытый огонь вблизи жилых домов, хозяйственных построек и на садовых участках.
6. Внимательно прослушивать информацию местных органов исполнительной власти об обстановке и выполнять рекомендуемые действия в этих условиях.

### Наступила сильная жара

(в течение нескольких суток температура воздуха превышает среднюю плюсовую на 10°C и более).

#### Необходимо:

1. Носить воздухопроницаемую одежду и головной убор из дышащих натуральных тканей светлых цветов (в синтетике можно свариться моментально).

2. Закрывать как можно большую поверхность кожи (типичная ошибка - надевать в жару самые короткие и открытые наряды). Солнечные лучи сильно нагревают тело и могут вызвать ожог. Недаром в восточных странах люди с головы до ног укутывают себя слоями ткани.



3. Не стоит надевать облегающую и тесную одежду - это мешает кровообращению, а при высокой температуре сердечно-сосудистая система и так работает с дополнительной нагрузкой.

4. При выполнении работ следует начинать их с небольшой скоростью и постепенно увеличивать до достижения нормального ритма. Необходимо регулярно отдыхать хотя бы по несколько минут, чтобы восстановить физическую и умственную энергию.

4. Периодически употреблять воду для возмещения потери жидкости, выделяемой потом, принимая ее небольшими дозами (80-100мл), подолгу задерживая во рту.



5. Алкогольные напитки не употреблять, они вызывают обезвоживание организма.

6. Без крайней необходимости не пользоваться личным автотранспортом и не применять бензоагрегаты на садовых участках.

### Жажда

**Человек на 2/3 состоит из воды. При водопотере 3-5 % от массы тела жажда становится полным хозяином психики.**

**10-процентная потеря воды вызывает глубокие необратимые изменения в организме и человека.**

Защищаясь от жары, важно помнить, главное - не сколько выпить воды, а сколько сохранить ее в организме.

Например, в тени водопотери уменьшаются в 1,5 раза.

При недостатке воды в экстремальных ситуациях можно пользоваться для утоления жажды водой из реки, ручья, озера, но предварительно необходимо обеззараживать ее (одним из способов):

- прокипятить (после 3-х минут кипячения микробы начинают погибать, после 10 минут кипячения воду можно считать чистой от микроорганизмов);
- бросить в воду несколько кристалликов марганцовки, чтобы она окрасилась в слабо-розовый цвет и пить через 10-15 минут;
- размешать две чайные ложки 5% спиртового раствора йода на ведро, добавить две-три щепотки соли (для быстрого оседания мути), пить через 20 минут.

Самый надежный способ обеззараживания - кипячение, но воду из болота или озера перед кипячением необходимо процедить через несколько слоев марли или бинта.

### Появились признаки теплового поражения

**(общая усталость, головная боль, нарушение сознания, покраснение или побледнение лица, ненормальный пульс).**



1. Медленно выпить много воды (слегка подсоленную).
2. Охладить тело (погружение рук и ног в холодную воду способствует снижению температуры тела).
3. Отдохнуть в тени.

### Солнечный удар -

**- результат действия прямых солнечных лучей на голову (общая разбитость, головная боль, тошнота, рвота, потливость, сердцебиение).**

**В тяжелых случаях нарушается дыхание, наступает помутнение сознания, вплоть до развития комы и остановки дыхания.**

**ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ** - это устранение перегревания, для чего:

- поместить больного в тень или прохладное помещение;
- раздеть, обернуть влажной холодной простыней, напоить холодной водой.

В случае остановки дыхания провести искусственное дыхание "рот в рот".



В тяжелых случаях необходима госпитализация в реанимационное отделение.

**По природе близок к солнечному:  
Тепловой удар - результат общего перегревания.**



Он может произойти и в холодное время года, и в теплом помещении

и - при условии высокой температуры воздуха в нем в сочетании с большой влажностью и плохой вентиляцией, и необходимости работать в специальной, иногда тяжелой и громоздкой одежде.

#### Легкий случай теплового удара

(тошнота, общее недомогание, головная боль, покраснение кожи, состояние некоторой оглушенности. У детей добавочно - рвота, понос).

Первая помощь:

- обеспечить доступ свежего воздуха;
- освободить больного от теплой или тугой одежды;
- обложить больного холодными компрессами (влажная простыня, полотенце).

#### Тяжелый случай теплового удара

(потеря сознания или начинаются судороги).



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ:

- срочно вызвать неотложную помощь;
- дать пострадавшему сердечно-сосудистые средства (коргликон, кордиамин), что иногда нормализует состояние.

#### Солнечные ожоги

(результат длительного пребывания на солнце без одежды).

Различают ожоги:

**I степени** - повреждение клеток рогового слоя кожи (покраснение обожженных участков кожи), их отек, жгучие боли.

**II степени** - полное повреждение рогового слоя кожи (резкое покраснение обожженной кожи, пузырьки), резкая боль.

Первая помощь:

- пострадавшего обтереть, облить холодной водой;



**РГКУ ДПО**  
**«Учебно – методический центр экологической**  
**безопасности**  
**и защиты населения»**



**«Действия работников организации при возникновении угрозы**  
**террористического акта»**



**Йошкар-Ола**  
**2018**

6

**Действия сотрудников организации  
в здании организации или на его территории.**

Сигналом для немедленных действий по предотвращению террористического акта в здании и на ее территории может стать обнаружение кем-либо из сотрудников подозрительного предмета (сумка, пакет, ящик, коробка, игрушка) с торчащими проводами, веревкой, изоляцией, издающего подозрительные звуки (щелчки, тиканье часов), от которого исходит необычный запах, например, миндаля, хлора, аммиака. Такой предмет может оказаться взрывным устройством или быть начиненным отравляющими химическими веществами (ОХВ), или биологическими агентами (возбудителями опасных инфекций, типа сибирской язвы, натуральной оспы, туляремии и др.). Сигналом для немедленных действий может стать также поступление в учреждение угрозы по телефону или в письменном виде, захват террористами в заложники обучающихся и (или) сотрудников в здании организации или на его территории.

**При обнаружении подозрительного предмета:**

- **сотрудникам** находиться на безопасном расстоянии от этого предмета (не ближе 100 м), не приближаться, не трогать, не вскрывать и не перемещать находку;

- **руководителю** обеспечить возможность беспрепятственного подъезда к месту обнаружения опасного или подозрительного предмета автомашины правоохранительных органов, медицинской помощи, пожарной охраны и других служб МЧС;

№ п/п	Наименование учреждения	телефон
1	Единая дежурно-диспетчерская служба	112
2	Полиция	02
3	Станция скорой медицинской помощи	03
4	Аварийная газовая служба	04

Рекомендация разработана

студенткой ПГТУ Кочергиной А.О.

под руководством преподавателя

Илдаркиной Е.П.

-лицам, обнаружившим опасный или подозрительный предмет, до прибытия оперативно-следственной группы находиться на безопасном расстоянии от этого предмета в готовности дать показания, касающиеся случившегося;



В случае необходимости или по указанию правоохранительных органов и спецслужб руководитель или лицо, его заменяющее, подает команду для осуществления эвакуации сотрудников и посетителей

согласно плану эвакуации.

### Инструкция по предупреждению террористических актов при ведении телефонных переговоров



При сообщении по телефону о том, что здание заминировано (заложено взрывное устройство и т.д.), необходимо:

- а) при наличии автоматического определителя номера на вашем телефоне (АОН) зафиксировать номер аппарата звонящего,
- б) попытаться узнать время и место такого взрыва. Все остальное не имеет значения до тех пор, пока не будет получен ответ на эти вопросы,
- в) если звонящий отказывается сообщить эту информацию, необходимо постараться разговорить этого человека. (Можно сказать звонившему, что его плохо слышно из-за шума в помещении или в результате плохой связи. Ободряя его в разговоре, желательно «развязать ему язык» и получить больше информации, чем звонящий хотел бы передать),
- г) если это не срабатывает, попытайтесь просто отказаться верить звонящему до тех пор, пока он не предоставит более веские доказательства (сказать, что вы посторонний, случайно взяли трубку и сейчас пригласите постоянного сотрудника).
- д) во время разговора желательно попытаться прослушать шум или звуки, слышимые по телефону, определить

7



### Действия при получении информации об эвакуации

- а) Получив сообщение о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте мероприятия, предусмотренные планом эвакуации обучающихся и работников.
  - б) Возьмите личные документы, деньги и ценности.
  - в) Окажите помощь в эвакуации тем, кому это необходимо.
  - г) Обязательно закройте на замок двери кабинетов, в которых находится ценная документация и дорогостоящее имущество — это защитит кабинет от возможного проникновения мародеров.
  - д) Не допускайте паники, истерики и спешки.
  - е) Помещение покидайте организованно, согласно схеме путей эвакуации.
  - ж) Возвращайтесь в покинутое помещение только после разрешения ответственных лиц.
- з) Помните, что от согласованности и четкости ваших действий будет зависеть жизнь и здоровье многих людей.

8

### II. Действия при установлении фактов применения химических веществ.

1. Немедленно сообщить о происшедшем УМВД по Гатчинскому району, в ЕДДС.
2. Использовать средства индивидуальной защиты, если нет подручные средства защиты органов дыхания (платок, шарф, полотенце и др.), быстро покинуть зону заражения или воздействия химических веществ.
3. Плотнo закрыть и герметизировать окна и двери тканью, смоченной содовым раствором (водой).
4. Выключить нагревательные приборы и кондиционеры.
5. В случае реального поражения химическим веществом немедленно вывести (вынести) пострадавших на свежий воздух и оказать первую медицинскую помощь (обеспечить покой и тепло, провести искусственное дыхание и т.д.). По возможности направить пострадавших в медицинское учреждение.

**Сотрудникам, которым стало известно о готовящемся или совершенном террористическом акте или ином преступлении, ДОЛЖНЫ немедленно сообщить об этом руководителю и в правоохранительные органы.**

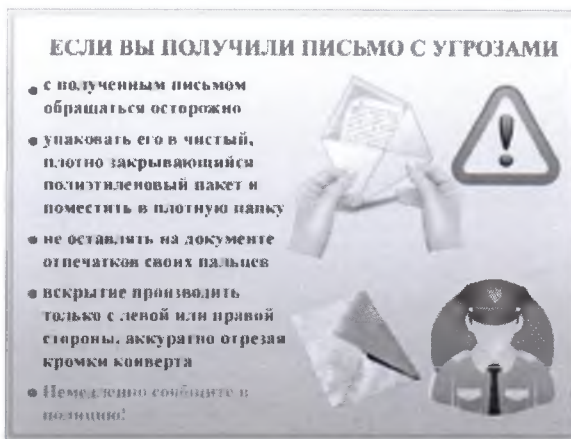
характ / признаки, которые могут быть использованы в дальнейшем для того, чтобы опознать звонившего,

е) если звонивший прекратил разговор и положил трубку, то трубку вашего аппарата, не нажимая на рычаг, положите рядом с телефонным аппаратом,

ж) сообщить о случившемся, используя другой телефонный аппарат в службу спасения 01, в дежурную часть УМВД 2-25-70, в ЕДДС 9-60-74.

з) доложите своему руководителю и действуйте по его указанию.

## При получении угрозы в письменном виде:



Оказавши

4

в помещениях учреждения, сотрудники должны:



- помнить: ваша цель - остаться в живых;
- сохранять выдержку и спрашивать разрешения у бандитов;
- при возможности, например, если есть мобильный телефон, сообщить о случившемся в полицию, руководству учреждения, родственникам;



не допускать никаких действий, которые могут спровоцировать террористов к применению оружия и

привести к человеческим жертвам;

- самообладание;
- не пререкаться с террористами, выполнять их требования;
- помнить, что получив сообщение о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимое для вашего освобождения;
- при проведении операции по вашему освобождению, ни в коем случае не бежать навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять вас за преступников;

5

по возможности держаться дальше от проемов двери и окон, лежать лицом вниз, закрыв голову руками и не двигаться.

**О мерах безопасности при обнаружении фактов применения химических веществ и возникновения опасности эпидемии или воздействия биологического агента.**

### I. Общие сведения.

Учитывая многообразие внешних признаков применения химических веществ и биологических агентов, необходимо помнить, что важнейшим условием их своевременного обнаружения является Ваша наблюдательность.

Установить факты применения химических веществ и биологических агентов можно лишь по внешним признакам:

- изменению цвета и запаха (вкуса) воздуха, воды, продуктов питания;
- отклонений в поведении людей, животных, птиц;