Правила поведения при ЧС природного характера

**УРАГАН – это атмосферный вихрь больших размеров со скоростью ветра до 120 км/ч, а в приземном слое – до 200 км/ч.**

**БУРЯ – длительный, очень сильный ветер со скоростью более 20 м/с,** наблюдается обычно при прохождении циклона и сопровождается сильным волнением на море и разрушениями на суше.

**СМЕРЧ – атмосферный вихрь, возникающий в грозовом облаке и распространяющийся вниз, часто до самой поверхности Земли в виде темного облачного рукава или хобота диаметром в десятки и сотни метров.** Существует недолго, перемещаясь вместе с облаком.

Опасность для людей при таких природных явлениях заключается в разрушении дорожных и мостовых покрытий, сооружений, воздушных линий электропередачи и связи, наземных трубопроводов, а также поражении людей обломками разрушенных сооружений, осколками стекол, летящими с большой скоростью. Кроме того, люди могут погибнуть и получить травмы в случае полного разрушения зданий. При снежных и пыльных бурях опасны снежные заносы и скопления пыли («черные бури») на полях, дорогах и населенных пунктах, а также загрязнение воды.

Основными признаками возникновения ураганов, бурь и смерчей являются: усиление скорости ветра и резкое падение атмосферного давления; ливневые дожди и штормовой нагон воды; бурное выпадение снега и грунтовой пыли.

Если Вы проживаете в районе, подверженном воздействию ураганов, бурь и смерчей ознакомьтесь с:

сигналами оповещения о приближающемся данном стихийном бедствии;

способами защиты людей и повышения устойчивости зданий (сооружений) к воздействию ураганного ветра и штормового нагона воды;

правилами поведения людей при наступлении ураганов, снежных и песчаных бурь, смерчей;

способами и средствами ликвидации последствий ураганов, смерчей, штормового нагона воды, снежных и песчаных бурь, а также приемами оказания помощи пострадавшим, оказавшимся в завалах разрушенных зданий и сооружений;

местами укрытия в ближайших подвалах, убежищах или наиболее прочных и устойчивых зданиях членов вашей семьи, родственников и соседей;

путями выхода и районами размещения при организованной эвакуации из зон повышенной опасности;

адресами и телефонами управления ГО и ЧС, администрации и комиссии по чрезвычайным ситуациям Вашего населенного пункта.

После получения сигнала о штормовом предупреждении приступайте к:

укреплению крыши, печных и вентиляционных труб;

заделыванию окон в чердачных помещениях (ставнями, щитами из досок или фанеры);

освобождению балконов и территории двора от пожароопасных предметов;

к сбору запасов продуктов и воды на 2-3 суток на случай эвакуации в безопасный район, а также автономных источников освещения (фонарей, керосиновых ламп, свечей);

переходите из легких построек в более прочные здания или в защитные сооружения гражданской обороны.

**КАК ДЕЙСТВОВАТЬ ВО ВРЕМЯ УРАГАНА, БУРИ, СМЕРЧА**

Если ураган (буря, смерч) застал Вас в здании, отойдите от окон и займите безопасное место у стен внутренних помещений, в коридоре, у встроенных шкафов, в ванных комнатах, туалете, кладовых, в прочных шкафах, под столами. Погасите огонь в печах, отключите электроэнергию, закройте краны на газовых сетях.

В темное время суток используйте фонари, лампы, свечи; включите радиоприемник для получения информации управления ГО и ЧС и комиссии по чрезвычайным ситуациям; по возможности, находитесь в заглубленном укрытии, в убежищах, погребах и т.п. Если ураган, буря или смерч застали Вас на улицах населенного пункта, держитесь как можно дальше от легких построек, зданий, мостов, эстакад, линий электропередачи, мачт, деревьев, рек, озер и промышленных объектов. Для защиты от летящих обломков и осколков стекла используйте листы фанеры, картонные и пластмассовые ящики, доски и другие подручные средства. Старайтесь быстрее укрыться в подвалах, погребах и противорадиационных укрытиях, имеющихся в населенных пунктах. Не заходите в поврежденные здания, так как они могут обрушиться при новых порывах ветра.

При снежной буре укрывайтесь в зданиях. Если Вы оказались в поле или на проселочной дороге, выходите на магистральные дороги, которые периодически расчищаются и где большая вероятность оказания Вам помощи.

При пыльной буре закройте лицо марлевой повязкой, платком, куском ткани, а глаза очками. При поступлении сигнала о приближении смерча необходимо немедленно спуститься в укрытие, подвал дома или погреб, либо укрыться под кроватью и другой прочной мебелью. Если смерч застает Вас на открытой местности, укрывайтесь на дне дорожного кювета, в ямах, рвах, узких оврагах, плотно прижимаясь к земле, закрыв голову одеждой или ветками деревьев. Не оставайтесь в автомобиле, выходите из него и укрывайтесь, как указано выше.

**Правила поведения во время грозы**

Поздней весной и летом люди стараются больше времени проводить на природе. Но не следует забывать, что в это время года погода весьма изменчива, и ясный день быстро может превратиться в пасмурный и дождливый. Наиболее опасным погодным явлением в это время считается гроза. Гроза - уникальное природное явление. Относиться к нему как к завораживающему зрелищу было бы глупо, ведь во время грозы на землю обрушивается мощный электрический заряд, называемый молнией. Люди издавна боялись удара молний, и не случайно. По количеству смертельных случаев она уступает только наводнениям и ежегодно разряды «небесного электричества» уносят тысячи человеческих жизней. Поэтому всегда надо соблюдать осторожность во время грозы, ведь ничего не может быть важнее Вашей собственной безопасности.

1. Если появились признаки приближения грозы, переждите ее в помещении.

2. Закройте окна, двери, дымоходы. Выключите телевизор, радио, электроприборы, телефон. 3. Держитесь дальше от электропроводки, антенны, окон, дверей.

4. Если гроза застала вас на улице, укройтесь в ближайшем здании.

5. Если гроза застала вас в парке, лесу, не укрывайтесь вблизи высоких деревьев, особенно таких, как дуб, тополь.

6. Если вы находитесь на возвышении, скале, в горах, немедленно спускайтесь вниз или ищите убежища в углублениях среди нагромождения камней.

7. Нельзя находиться на открытых незащищенных местах, вблизи металлических оград, крупных металлических объектов, влажных стен, заземления молниеотвода и других объектов, которые с большой степенью вероятности могут быть поражены молнией.

8. Если гроза застала вас в водоеме, немедленно выбирайтесь на берег и отходите подальше от воды.

9. Почувствовав щекотание кожи, а также то, что у вас волосы поднимаются дыбом, знайте, что молния ударит поблизости от вас. Не раздумывая, бросайтесь ничком на землю – это уменьшит риск вашего поражения.

10. Если вы застигнуты грозой, будучи на велосипеде или мотоцикле, прекратите движение, покиньте их и переждите грозу на расстоянии примерно 30 метров от них.

11. Если вы едете в машине, оставайтесь в ней. Закройте окна, опустите автомобильную антенну и остановитесь.

12. При отсутствии укрытия нужно лечь на землю, лучше на сухом песчаном грунте, удаленном от водоема. Если вам удобнее сидеть, то постарайтесь сжать колени вместе, обхватите их руками, опустите голову пониже.

13. Во время грозы не бегайте.

14. При встрече с шаровой молнией сохраняйте спокойствие и не двигайтесь. Не приближайтесь к ней, не касайтесь ее чем-либо, не убегайте от нее.

**Правила поведения при ливневом дожде**

* Постарайтесь по возможности оставаться дома или в укрытии.
* Используйте средства индивидуальной защиты: зонт, плащ, сапоги.
* В случае намокания одежды и обуви незамедлительно снимите их и согрейтесь.
* Постоянно слушайте сообщения служб ГО и ЧС.
* Перед выходом на природу узнайте прогноз погоды на ближайшие дни.
* Если вы попали в ливень на природе, постарайтесь быстро разбить лагерь в безопасном месте, надежно закрепите палатки, накройте их непромокаемой тканью, обустройте водосточные канавки вокруг палаток.
* В дождливую погоду не разбивайте лагерь в русле или на берегу горной реки.

**Правила поведения при граде**

* Защита от града в надежном укрытии (дом, квартира, навес, пещера, автомобиль).
* Укрытие животных и птиц в специальных помещениях.
* Укрытие легковых автомобилей в гаражах или под кроной деревьев.
* Предупредить несчастный случай всегда легче, чем исправить.

**Сильная жара**

Солнце – это не только гарант жизни на Земле, но и источник повышенной опасности для человека.

Сильная жара – характеризуется превышением среднеплюсовой температуры воздуха на 10 и более градусов в течение нескольких дней. Опасность заключается в тепловом перегревании человека, т.е. угрозе повышения температуры тела выше 37,1ºС или теплонарушении – приближении температуры тела к 38,8ºС. Тепловое критическое состояние наступает при длительном и (или) сильном перегревании, способном привести к тепловому удару или нарушению функции сердечной деятельности. Солнечный удар - наступает при действии прямых солнечных лучей на непокрытую голову.

**Признаки теплового и солнечного удара:**

* вялость, разбитость, тошнота, головокружение;
* появление рвоты, судорог или обморока.

Наиболее подвержены тепловым и солнечным ударам дети, подростки, пожилые люди, а также люди находящиеся в состоянии алкогольного опьянения. У них по разным причинам хуже работает система терморегуляции организма. (Терморегуляция - процессы, направленные на поддержание стабильной температуры организма).

**В целях предотвращения теплового и солнечного ударов рекомендуем соблюдать следующие правила:**

* не заниматься физическими упражнениями в жаркое время суток и под палящим солнцем;
* одежда в жаркую погоду должна быть легкой и пропускать воздух (лучше, если она будет из натуральных тканей - хлопка или льна), по возможности носить головной убор;
* питье слабого чая, кваса и минеральной воды поддерживает правильный водно-солевой баланс организма и способствует правильной терморегуляции;
* прием алкоголя в жару ускоряет наступление теплового удара, так как алкоголь нарушает терморегуляцию организма (при расщеплении алкоголя выделяется большое количество тепла).

**В случае, когда теплового или солнечного удара не удалось избежать необходимо:**

* уложить пострадавшего в тени, на сквозняке;
* к голове, а также к боковой поверхности тела, в подмышечные и паховые области приложить холод (можно облить голову водой);
* периодически обтирать тело пострадавшего прохладной водой;
* поить слабым чаем или минеральной водой комнатной температуры;
* вызвать «Скорую помощь» (если появилась рвота, судороги и человек потерял сознание).

***ПОМНИТЕ!!! В условиях жары, вода является главным источником выживания!!!***

***БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ И ВНИМАТЕЛЬНЫ!!!***

