

- кататься следует сидя, не пытайтесь встать или прыгать на «ватрушке»;
- не привязывайте «надувные санки» к транспортным средствам: снегоходам, автомобилям и т.д.

При катании на сноуборде:

- выберите правильный склон для своего уровня катания;
- используйте защиту для запястий, наколенники и шлем;
- проверьте исправность креплений;
- не переоценивайте свои силы и учитывайте погодные условия, например, лед и туман;
- выбирайте безопасную скорость спуска;
- перед сменой направления движения убедитесь, что вы не мешаете движению других отдыхающих.



При катании на горных лыжах:

- реально оценивайте свои силы: скорость спуска и маневры на трассе должны отвечать вашей физической и технической подготовке, а также погодным условиям;
- объезжать стоящего ниже лыжника или того, кто медленно двигается, следует на расстоянии не менее 5 метров, предупреждая о своем приближении голосом. Лыжника, который движется справа, следует объезжать слева и наоборот;
- двигаясь вниз по склону, выбирайте направление движения так, чтобы не создавать опасность лыжникам, которые находятся перед вами;
- помните, что во время столкновения всегда виноват тот, кто находится выше на склоне, а значит, он должен контролировать ситуацию;
- если Вас объезжают, когда Вы не двигаетесь, оставайтесь на месте; если же Вы двигаетесь, не меняйте направления движения;
- подниматься по трассе без использования горнолыжного подъемника необходимо справа по краю склона, не мешая лыжникам, которые спускаются;
- прежде чем пересекать склон, убедитесь, что сверху никто не спускается. При пересечении склона контролируйте верхнюю от себя его часть. Спортивные трассы во время соревнований пересекать запрещается;
- запрещается подрезать лыжников и сноубордистов, так как это может привести к травмам;
- не останавливайтесь на узких участках трасс и тех отрезках, которые плохо просматриваются - на виражах и за холмами.



Пребывание на трассе в состоянии опьянения категорически запрещается.

БЕЗОПАСНЫЙ НОВЫЙ ГОД

Нарядим ёлку правильно!

Ёлка и яркие огоньки электрогирлянд – неизменный атрибут Нового года и Рождества. Чтобы не омрачить праздник себе и соседям, следуйте простым советам:

- прочно укрепите елку на устойчивой подставке подальше от отопительных приборов;
- не украшайте елку игрушками из легковоспламеняющихся материалов;
- для иллюминации используйте только сертифицированные заводские электрогирлянды;
- при выборе гирлянды отдавайте предпочтение менее мощным: чем меньше мощность лампочек, тем меньше создаваемый ими нагрев, а значит и риск возгорания;
- проверьте целостность изоляции и исправность розетки электрогирлянды;
- никогда не оставляйте гирлянды включенными, если уходите из дома или ложитесь спать;
- не используйте на улице гирлянды и удлинители, предназначенные для работы внутри помещений;
- не разрешайте детям самостоятельно без присмотра взрослых зажигать бенгальские огни и пользоваться хлопушками.



Как правильно запускать пиротехнику:

- прочитайте инструкцию по применению пиротехнического изделия. Помните, что каждое из них имеет свои особенности;
- выберите безопасное место для запуска петарды или салюта в зависимости от дальности разлета его элементов, которая указана в инструкции;
- зрители должны находиться за пределами опасной зоны;
- фитиль следует поджигать на расстоянии вытянутой руки.



Категорически запрещается:

- держать работающие пиротехнические изделия в руках;
- наклоняться над работающим фейерверком, после окончания его работы, а также в случае его несрабатывания;
- производить запуск салютов в направлении людей, а также в место их возможного появления;
- применять пиротехнические изделия в помещении;
- использовать салюты и фейерверки вблизи зданий, сооружений, деревьев, линий электропередач и на расстоянии менее радиуса опасной зоны.



Главное управление МЧС России по Нижегородской области



ЗИМА ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ

Если Вы стали очевидцем чрезвычайной ситуации, пожара или аварии, сообщите по телефону «112» или «101»
Телефон доверия 8 (831) 296-07-08

ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ

Большинство пожаров происходит в жилых домах. Их основные причины – неосторожное обращение с огнем, неисправность или нарушения правил эксплуатации электрооборудования, печное отопление.

Чтобы избежать пожара при использовании электроприборов:

- помните, что нельзя использовать самодельные электронагревательные приборы;
- не оставляйте включенные электроприборы без присмотра;
- эксплуатируйте электропровода и кабели только с целой изоляцией;
- используйте исправные розетки и рубильники;
- электроплитки и электрочайники должны находиться на подставках из негорючих материалов;
- чтобы не допустить перегрузки сети, не включайте в электрическую розетку одновременно несколько электрических приборов большой мощности;
- откажитесь от применения некалиброванных плавких вставок («жучков») в аппаратах защиты от перегрузки и короткого замыкания;
- помните, что монтаж электропроводки должен выполнять только специалист.



Чтобы избежать пожара при использовании печей:

- заблаговременно проверяйте исправность печи и дымохода;
- кладка печи должна быть без трещин и щелей, а в дымоходе должна быть хорошая тяга;
- дымоход должен быть выполнен таким образом, чтобы исключить возможность загорания конструкций межэтажных перекрытий или стен;
- во избежание перекала печи топите её несколько раз в день;
- не используйте легковоспламеняющиеся жидкости при разжигании печи;
- не оставляйте топящуюся печь без присмотра;
- топку печи должен осуществлять только взрослый человек.



Правильные действия в случае пожара:

- вызовите пожарную охрану по телефону «112» или «101»;
- оповестите о пожаре всех находящихся в здании людей и о необходимости срочной эвакуации;
- если пожар небольшой, попытайтесь его ликвидировать своими силами. Помните, что горящий электроприбор тушить водой нельзя. Его необходимо обесточить и накрыть плотной тканью, чтобы прекратить доступ кислорода;



- если вы видите, что ликвидировать возгорание своими силами не удается, немедленно уходите. Возьмите документы, деньги и покиньте квартиру;
- эвакуируясь из горячей квартиры, не забудьте плотно закрыть все двери – это не даст огню быстро распространиться.

Если из-за сильного задымления в коридорах или на лестничной клетке покинуть здание не удастся:

- укройтесь в безопасном помещении, уплотните дверь мокрой тканью, чтобы дым туда не проникал;
- в задымленном пространстве нужно пригнуться, при этом дышать через влажную ткань, чтобы избежать отравления продуктами горения.

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ЛЬДУ

Правила безопасного поведения на льду:

- помните, что прочным считается прозрачный лед толщиной от 15 см;
- избегайте выхода на лед в темное время суток, при плохой видимости и в одиночку;
- особенно осторожным нужно быть в местах, покрытых толстым слоем снега, в местах быстрого течения, впадения ручьев, вблизи выступающей над поверхностью растительности;
- если есть рюкзак, следует повесить его на одно плечо, что позволит легко освободиться от груза в случае, если лед провалится;
- при движении по льду группой нужно соблюдать дистанцию между идущими 5-6 метров;
- проверяйте прочность льда подручными средствами (шестом или палкой). Категорически запрещается пробовать прочность льда сильным ударом ноги;
- в случае потрескивания льда следует вернуться назад тем же путем, делая скользящие движения ногами, не отрывая их от поверхности льда;
- при рыбной ловле на льду не рекомендуется делать лунки на расстоянии менее 5-6 метров одна от другой. Чтобы избежать беды, у рыбака должны быть спасательный жилет и веревка – 15-20 м длиной с петлей на одном конце и грузом 400-500 г на другом;
- запрещается выходить на лед в состоянии алкогольного опьянения, прыгать и бегать по замерзшей поверхности водоема.



Что делать, если Вы провалились под лед:

- не поддавайтесь панике, позовите помощь;
- выбирайтесь с той стороны, где лед наиболее крепок. Наползайте на лед грудью, широко раскинув руки, чтобы увеличить площадь опоры и уменьшить давление на кромку льда;



- не прекращайте попытки выбраться, даже если лед проламывается;
- выбравшись из воды на лед, не спешите вставать на ноги, чтобы не провалиться снова. Осторожно отползите, широко раскинув руки и ноги, или откатитесь как можно дальше от полыньи. Убедившись, что лед прочный, встаньте на ноги.

Если Вы увидели провалившегося в полынью человека:

- вызовите помощь по телефону «112» или «101»;
- реально оцените свои способности;
- в качестве подручных спасательных средств используйте лыжи, доски, палки, веревки, связанные брючные ремни;
- двигаться к полынье следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собой спасательные средства;
- не приближайтесь к месту провала ближе, чем на 3-4 метра. Бросьте человеку, находящемуся в воде, средство спасения;
- осторожно вытащите пострадавшего на лед и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны;
- доставьте пострадавшего в теплое место. До прибытия медиков окажите пострадавшему первую помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело до покраснения кожи, напоите горячим чаем.



ЛЮБИТЕЛЯМ ЗИМНИХ ВИДОВ АКТИВНОГО ОТДЫХА...

Зимой многие любят проводить время на природе, выбирая активный отдых – катание с горок на «ватрушках», санках-ледянках, сноуборде и горнолыжный спорт.

При катании на «ватрушках» (тюбинг) и санках-ледянках:

- помните, что «ватрушка» рассчитана на одного человека. Ее не следует перегружать – в характеристиках каждой модели указан максимально допустимый для нее вес;
- нельзя прикреплять «ватрушки» друг к другу паровозиком – они могут перевернуться;
- внизу склона должно быть достаточно места для торможения;
- прежде чем начать спуск по трассе, осмотрите ее: на ней не должно быть ям, бугров, торчащих камней, а также деревьев и кустов. Встреча на скорости с одним из таких препятствий представляет серьезную опасность;
- перед началом спуска убедитесь, что перед вами нет никого из катающихся, особенно детей;

