

# РЕКОМЕНДАЦИИ НАСЕЛЕНИЮ о правилах поведения в экстремальных погодных условиях в летний период

[belgidromet.by/ru/info-ru/view/rekomendatsii-naseleniju-o-pravilax-povedenija-v-ekstremalnyx-pogodnyx-](http://belgidromet.by/ru/info-ru/view/rekomendatsii-naseleniju-o-pravilax-povedenija-v-ekstremalnyx-pogodnyx-)

28 марта 2018

г.

28.03.2018



## **ЖАРА**

### **При жаре рекомендуется:**

- днём закрывать окна ставнями и шторами, и открывать их только на ночь. По возможности, в часы наибольшего повышения температуры, необходимо оставаться дома и пользоваться кондиционером;
- ежедневно выпивать 1,5 – 2 литра воды, избегать употребления алкоголя, а также напитков, содержащих кофеин и большое количество сахара;
- носить головной убор и одежду светлых тонов, ограничить пребывание на солнце;
- ежедневный рацион питания изменить в пользу летних салатов, минеральной воды, соков и холодных супов.
- Водителям не рекомендуется садиться за руль в солнцепёк, если автомобиль не оборудован кондиционером.

## **СИЛЬНЫЙ ВЕТЕР**

Если предупреждение о сильном ветре застало вас на улице, стоит немедленно укрыться в подъезде или любом другом помещении.

### **Находясь в дачном доме или в квартире:**

- закройте все окна, проверьте надёжность их закрытия;
- включите радио или другие средства, позволяющие вам быть в курсе событий;
- по возможности выключите электричество и газ, перекройте водопровод.

## **Помните:**

- подходить к розеткам, трубам и проводам крайне нежелательно;
- самые безопасные места – места удалённые от окон, коридоры, встроенные шкафы;
- при выходе на улицу после прекращения бури будьте внимательными, не подходите к оборванным проводам, к раскачивающимся вывескам, к косо стоящим столбам и другим сооружениям, вызывающим у вас сомнения.

## **ЗОНА ЛЕСНОГО ПОЖАРА**

- Не разводите костёр в сухом лесу или на торфянике. Не поджигайте сухую траву на полях или полянах в лесу.
- Никогда не оставляйте костёр без присмотра! Приготовленное про запас топливо держите метрах в трёх-пяти от горящего костра.
- Если пожар только-только начинает разгораться, попытайтесь сбить пламя веником из зелёных веток или забросать его землёй. Сообщите о произошедшем в ближайший населённый пункт или лесничество.
- Если пожар сильный, ваша задача – как можно быстрее покинуть опасное место.
- Избегайте бурелома: сухие деревья и трава вспыхивают мгновенно.
- Относительно безопасными местами являются вспаханное поле, большой пустырь или каменистая гряда.

## **ТУМАН**

- Туман представляет опасность для участников дорожного движения. Для начала следует подумать: а стоит ли вообще ехать в непроглядной мгле на автомобиле? Если есть возможность подождать или воспользоваться другими видами транспорта, то лучше так и сделать.
- При движении в тумане скорость следует выбирать исходя из видимости, необходимо включать габаритные огни или противотуманные фары, нельзя включать дальний свет.
- При движении на автомобиле в тумане следует отказаться от лишних перестроений и обгонов.
- Важно учитывать, что туман скрадывает расстояние – целесообразно увеличить обычную дистанцию.
- Скорость движения в тумане должна быть значительно ниже скорости при ясной погоде.
- Следует избегать внезапных торможений: при необходимости остановки скорость нужно снижать плавно.

## **ГРОЗА**

### **Если гроза застала вас врасплох:**

- избегайте отдельно стоящих деревьев;
- работая в поле, оставьте металлические орудия труда;
- не стойте под раскрытым зонтом;
- не прикасайтесь к электрическим предметам и выньте их из карманов;

- отключите сотовый телефон (были случаи, когда входящий звонок был причиной попадания молнии);
- если есть возможность, переждите грозу в автомобиле;
- держитесь подальше от высоких металлических конструкций;
- не купайтесь, не переходите вброд реку, отойдите подальше от водоёма;
- ложиться на землю нельзя, так как земля является хорошим проводником электричества и молния может попасть в неё;
- старайтесь не оказаться самой высокой точкой на местности.

## **СИЛЬНЫЙ ДОЖДЬ**

- Если сильный дождь застал вас в движущемся автомобиле, снизьте скорость или остановитесь.
- Проявляйте особую осмотрительность при подъезде к перекрёсткам с грунтовыми дорогами, а также при съезде на обочину.
- При сильном дожде следует перемещаться с включёнными фарами. Если из-за слоя воды на лобовом стекле видимость недостаточна, остановитесь и переждите дождь.
- Отслеживайте информацию в СМИ об участках дорог, наиболее подверженных затоплению в вашем населённом пункте. В сильный дождь корректируйте маршрут своего движения, чтобы избежать мест с большим скоплением воды.
- Пешеходам также следует проявлять особую осторожность. Помните, что вас очень плохо видно во время дождя. Перебегая улицу в неустановленном месте, вы не только подвергаете свою жизнь опасности, но и создаёте дополнительные трудности водителю. Лучше промокнуть под дождём, добираясь до ближайшего пешеходного перехода или регулируемого перекрёстка, чем спровоцировать аварийную ситуацию на дороге.

## **ГРАД**

### **Как себя вести во время крупного града?**

- Если вы перемещаетесь на автомобиле, то необходимо прекратить движение. Если поблизости нет подходящего укрытия (мост, эстакада, крытая стоянка), то убедитесь, что вы не находитесь посреди проезжей части и, по возможности, прижмитесь ближе к её краю. Ни в коем случае не покидайте автомобиль во время града.
- Если вы находитесь в автомобиле, то желательно развернуться к окну спиной и прикрыть глаза руками или одеждой.
- Если град застал вас в помещении, то держитесь как можно дальше от окон и не выходите из дома. Не пользуйтесь электроприборами, так как град обычно сопровождается грозовой деятельностью.
- Если град застал вас на улице, то постарайтесь выбрать укрытие, в противном случае защитите голову от ударов градин.
- Не пытайтесь найти укрытие под деревьями.

## **НАВОДНЕНИЕ**

### **Как действовать во время наводнения:**

- по сигналу оповещения об угрозе наводнения и об эвакуации безотлагательно выходите (выезжайте) из опасной зоны возможного катастрофического затопления в назначенный безопасный район или на возвышенные участки местности, захватив с собой документы, ценности, необходимые вещи и двухсуточный запас непортящихся продуктов питания;
- перед уходом из дома выключите электричество и газ, погасите огонь в отопительных печах, закрепите все плавающие предметы, находящиеся вне зданий, или разместите их в подсобных помещениях;
- если позволяет время, ценные домашние вещи переместите на верхние этажи или на чердак жилого дома;
- при отсутствии организованной эвакуации до прибытия помощи или спада уровня воды, находитесь на верхних этажах и крышах зданий, на деревьях или других возвышающихся предметах;
- при подходе спасателей спокойно, без паники и суеты, с соблюдением мер предосторожности, переходите в плавательное средство. При этом неукоснительно соблюдайте требования спасателей, не допускайте перегрузки плавательных средств;
- самостоятельно выбираться из затопленного района рекомендуется только при наличии таких серьёзных причин, как необходимость оказания медицинской помощи пострадавшим, продолжающийся подъём уровня воды, при угрозе затопления верхних этажей (чердака). При этом необходимо иметь надёжное плавательное средство и знать направление движения.