



В связи с сохраняющимися низкими температурами следует ожидать увеличения числа чрезвычайных ситуаций, связанных с сильными морозами:

обрывы линий электропередач, их перегрузка;  
гидроудары в системах теплоснабжения;  
пожары в домах, где используется печное отопление;  
аварии в системах домашнего газового оборудования.

Соблюдайте следующие меры предосторожности.

Во время сильных морозов во избежание переохлаждения и обморожений не рекомендуется выходить на улицу, если для этого нет особой необходимости. Не выпускайте на улицу детей и домашних животных. Чтобы избежать обморожения, избегайте находиться на улице во влажной одежде и обуви. Не выходите на улицу, если у вас есть проблемы с сосудами, вы находитесь в состоянии алкогольного опьянения, у вас наблюдается слабость или переутомление.

Для того чтобы на улице чувствовать себя комфортно, старайтесь одеваться многослойно. Прослойки воздуха между слоями вашей одежды будут удерживать тепло. Возьмите за правило носить утепленные стельки и шерстяные носки. Они будут впитывать влагу, при этом оставляя ноги сухими. Нельзя выходить на мороз без теплых рукавиц, шапки и шарфа. На морозе необходимо постоянно и активно двигаться.

Если вы все-таки переохладились или у вас обморожение, необходимо обратиться за

медицинской помощью. В первую очередь нужно согреть обмороженные участки тела, чтобы восстановить нормальное кровообращение. Помогут массаж кожи до красна, при условии, что обморожение пока не наступило. Согреться можно горячими напитками, необходимо оставаться в тепле.

Кроме того, помните: избегайте перегружать электросети нагревательными приборами. Необходимо убедиться в том, что все обогревающее оборудование находится в исправном состоянии.

При среднесуточной температуре ниже  $-20 -25$  °С резко увеличивается число пожаров. При этом по статистике МЧС большинство возгораний отмечается в частном секторе. В основном пожары возникают из-за пренебрежения правилами пожарной безопасности. МЧС по Самарской области рекомендует в этот период не оставлять без присмотра печи и прекращать отопление за два часа до сна. В эти дни необходимо быть более внимательными и соблюдать меры пожарной безопасности. К морозу нужно отнестись без всякого страха, но с высокой мерой ответственности. Каждый человек должен заботиться о себе. Как отмечают в МЧС, все пожары, связанные с гибелью людей, происходят из-за злоупотребления крепкими напитками, алкоголь и мороз несовместимы.

Берегите себя и своих близких.

Отдел ГО и ЧС Администрации м.р. Шенталинский