



# СОСНОВОБОРСКИЙ ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНЫЙ ГАРНИЗОН

83 ПСЧ 3 ПСО ФПС ГПС ГУ МЧС России по Красноярскому краю

## ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ №5

*о состоянии противопожарной защиты на территории  
муниципального образования город Сосновоборск*

### ОБРАЩЕНИЕ НАЧАЛЬНИКА СОСНОВОБОРСКОГО ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНОГО ГАРНИЗОНА К ЖИТЕЛЯМ И ГОСТЯМ ГОРОДА.



**Уважаемые жители и гости нашего города,  
уважаемые граждане!**

Ежегодно, весенние месяцы становятся началом пожароопасного периода.

Открылся дачный сезон и вместе с ним неизбежно начались пожары, вызванные бесконтрольным выжиганием сухой травы и мусора. Как показывает практика, основными причинами таких пожаров является нарушение правил пожарной безопасности владельцами садовых и дачных участков при уборке территории, детская шалость с огнём, а также осознанные действия граждан, которые «помогают» вырасти новой зелёной траве.

В начале мая происходит большое количество ландшафтных пожаров, приводящих к серьёзным последствиям – сгорают целые дачные общества, деревни, гибнут лбди.

Хочу напомнить, что разведение костров вблизи дачных построек, а также выжигание сухой травы - грубейшие нарушения правил пожарной безопасности, которое в случае причинения материального ущерба попадает под действие уголовного кодекса РФ.

Поэтому садоводам необходимо не только знать, но и соблюдать следующие правила и требования пожарной безопасности:

- своевременно очищать свой участок и прилегающую к нему территорию от сухой травы и горючего мусора;
- не сжигать мусор и сухую траву не только на своём участке, но и на стихийно организованных свалках вблизи дачных и садовых обществ;
- на территориях населённых пунктов и дачных участков запрещается устраивать свалки горючих отходов;
- не загромождать проезды улиц, ведущих к садовым участкам, ветками деревьев и мусором, т.к. все это будет препятствовать проезду пожарных автомобилей;
- у каждого жилого строения необходимо устанавливать ёмкость с водой или иметь огнетушитель;

- на территориях СНТ и ДНТ запрещается хранить на открытых площадках и во дворах ёмкости с легковоспламеняющимися и горючими жидкостями, а также баллоны с газом.

Но не только дачники, но и отдыхающие создают насущную проблему для пожарно-спасательной службы!

При отдыхе на природе разведение костров запрещено на расстоянии менее 50 метров от зданий и сооружений, а также в пределах минерализованных полос.

Перед разведением костра для приготовления пищи необходимо обязательно подготовить площадку для костра, а при ветре лучше вообще его не разводить. Кроме того, одной из причин многих пожаров и возгораний сухой травы является не затушенные сигареты, оброненные окурки.

Сотрудники пожарно-спасательной службы города Сосновоборска призывают жителей города соблюдать элементарные меры пожарной безопасности, а при возникновении пожара немедленно сообщить о нем в пожарную охрану по телефону 101 или 112.

**Помните! Соблюдение правил пожарной безопасности - долг каждого гражданина.  
Пожар легче предупредить, чем тушить!**

## **МЧС РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ !** **Памятка дачникам и отдыхающим о ПШБ.**

**Отдыхая или просто находясь на дачном или садовом участке, соблюдайте правила пожарной безопасности:**

1. Своевременно ремонтируйте печи;
2. Очищайте дымоходы от сажи не реже одного раза в 2 месяца;
3. Своевременно заделывайте трещины в кладке печи и дымовой трубе песчано-глинистым раствором, с оштукатуриванием и побелкой;
4. На полу перед топочной дверкой должен быть металлический лист размером 50\*70 см.;
5. Не допускайте перекала печи;
6. Не растапливайте печь легко воспламеняющимися жидкостями;
7. Своевременно ремонтируйте электропроводку, неисправные выключатели, розетки;
8. Отопительные электрические приборы, плиты содержите в исправном состоянии подальше от штор и мебели на несгораемых подставках;
9. Не допускайте включение в одну сеть электроприборов повышенной мощности, это приводит к перегрузке в электросети;
10. Не применяйте самодельные электронагревательные приборы;
11. Не допускайте эксплуатацию ветхой электропроводки, заклеивания электропроводов обоями, не вешайте на провода различные предметы
12. Перед отъездом с дачи проверяйте выключение газового и электрического оборудования, убедитесь что печи затушены;
13. Будьте внимательны к детям, не оставляйте детей, особенно малышей без присмотра;
14. Курить необходимо в строго отведённых местах. Напоминаем, что курение в постели, особенно в нетрезвом виде, часто приводит к пожару, причина которого – непотушенный окурок;
15. Не складывайте около печей горючие материалы;
16. Не складывайте горючий материал (сено, солому, дрова и т.д.) в непосредственной близости от строений и линий электропередач;
17. Не пользуйтесь открытым огнём на чердаках, в кладовых, сараях;
18. Желательно иметь в доме средства первичного пожаротушения (огнетушитель), запас воды;
19. Не загромождайте проезды и подъезды к зданиям и участкам, а также к пожарным гидрантам и водоёмам;
20. Установите в тёплый период года около дома ёмкость с водой.

**Каждый должен знать, что при возникновении пожара необходимо в первую очередь сообщить в пожарно-спасательную службу(пожарную охрану).**

Если вы позвонили в пожарно-спасательную службу, увидев или просто заподозрив, что возник пожар, нужно сообщить:

- точный адрес;**
- что горит;**
- фамилию и контактный телефон для возможного уточнения информации в пути следования пожарной машины;**

После вызова пожарно-спасательной службы необходимо (если это возможно) отправить встречающего пожарные машины, организовать спасание людей и приступить к тушению пожара имеющимися средствами.

**Запомните**, что даже при небольшом очаге загорания нужно сообщать в пожарно-спасательную службу. Бывает, что люди, переоценив свои возможности, пытаются погасить пожар своими силами, не привлекая пожарных, не справляются с огнём и в результате неумелых или неправильных действий огонь распространяется на огромные площади.

Поэтому твёрдо запомните: в первую очередь нужно сообщить в пожарно-спасательную службу. А ещё лучше - соблюдайте правила пожарной безопасности и предупреждайте возникновение пожара.

## **МЧС РОССИИ ИНФОРМИРУЕТ !**

### **Памятка населению о мерах пожарной безопасности в лесах и правилах поведения в пожароопасный период.**

Лес – это одно из ценнейших богатств нашей планеты. Около 60 % кислорода поставляет он в земную атмосферу. Но у леса есть злейший враг – огонь.

В большинстве случаев причиной лесных пожаров является беспечность тех, кто приходит в лес не рачительным и бережливым хозяином, а равнодушным человеком, пренебрегающим правилами пожарной безопасности в лесу. В 90% случаев возникновения лесных пожаров — нарушение правил пожарной безопасности и неосторожное обращение граждан с огнем.

Наиболее часто в лесных массивах возникают низовые пожары, при которых выгорают лесная подстилка, подрост и подлесок, травянисто-кустарничковый покров, валежник, корневища деревьев и т.п. В засушливый период при ветре могут возникать верховые пожары, при которых огонь распространяется также и по кронам деревьев, преимущественно хвойных пород. Скорость распространения низового пожара от 0,1 до 3 метров в минуту, а верхового – до 100 метров в минуту по направлению ветра.

### **МЕРЫ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ЛЕСУ.**

В соответствии с «Правилами пожарной безопасности в лесах РФ» в пожароопасный сезон, то есть в период с момента схода снегового покрова в лесу до наступления устойчивой дождливой осенней погоды или образования снегового покрова, запрещается:

- разводить костры в хвойных молодняках, на горячих, на участках поврежденного леса, торфяниках, в местах рубок (на лесосеках), не очищенных от порубочных остатков и заготовленной древесины, в местах с подсохшей травой, а также под кронами деревьев. В других местах разведение костров допускается на площадках, окаймленных минерализованной (то есть очищенной до минерального слоя почвы) полосой шириной не менее 0,5 метра. После завершения сжигания порубочных остатков или использования с иной целью костер должен быть тщательно засыпан землей или залит водой до полного прекращения тления;

- бросать горящие спички, окурки и горячую золу из курительных трубок, стекло (стеклянные бутылки, банки и др.);

- употреблять при охоте пыжи из горючих или тлеющих материалов;

- оставлять промасленные или пропитанные бензином, керосином или иными горючими веществами материалы (бумагу, ткань, паклю, вату и др.) в не предусмотренных специально для этого местах;

- заправлять горючим топливные баки двигателей внутреннего сгорания при работе двигателя, использовать машины с неисправной системой питания двигателя, а также курить или пользоваться открытым огнем вблизи машин, заправляемых горючим.

Запрещается засорение леса бытовыми, строительными, промышленными и иными отходами и мусором.

Запрещается выжигание травы на земельных участках, непосредственно примыкающих к лесам, защитным и озеленительным лесным насаждениям, без постоянного наблюдения.

### **ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА НАРУШЕНИЕ ПРАВИЛ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ЛЕСАХ.**

Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях от 30.12.2001 N 195-ФЗ (ред. от 03.11.2015):

- Нарушение правил пожарной безопасности в лесах – влечет предупреждение или наложение административного штрафа на граждан в размере от одной тысячи пятисот до

трех тысяч рублей; на должностных лиц – от десяти тысяч до двадцати тысяч рублей; на юридических лиц – от пятидесяти тысяч до двухсот тысяч рублей;

- Выжигание хвороста, лесной подстилки, сухой травы и других лесных горючих материалов с нарушением требований правил пожарной безопасности на земельных участках, непосредственно примыкающих к лесам, защитным и лесным насаждениям и не отделенных противопожарной минерализованной полосой шириной не менее 0,5 метра – влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от трех тысяч до четырех тысяч рублей; на должностных лиц – от пятнадцати тысяч до двадцати пяти тысяч рублей; на юридических лиц – от ста пятидесяти тысяч до двухсот пятидесяти тысяч рублей.

- Нарушение правил пожарной безопасности в лесах в условиях особого противопожарного режима – влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от четырех тысяч до пяти тысяч рублей; на должностных лиц – от двадцати тысяч до сорока тысяч рублей; на юридических лиц – от трехсот тысяч до пятисот тысяч рублей.

- Нарушение правил пожарной безопасности, повлекшее возникновение лесного пожара без причинения тяжкого вреда здоровью человека – влечет наложение административного штрафа на граждан в размере пяти тысяч рублей; на должностных лиц – пятидесяти тысяч рублей; на юридических лиц – от пятисот тысяч до одного миллиона рублей.

### **ЕСЛИ ВЫ ОКАЗАЛИСЬ ВБЛИЗИ ОЧАГА ПОЖАРА В ЛЕСУ.**

Если вы оказались вблизи очага пожара в лесу, и у вас нет возможности своими силами справиться с его тушением, немедленно предупредите всех находящихся поблизости людей о необходимости выхода из опасной зоны. Организуйте выход людей на дорогу или просеку, широкую поляну, к берегу реки или водоема. Выходите из опасной зоны быстро, перпендикулярно к направлению движения огня. Если невозможно уйти от пожара, войдите в водоем или накройтесь мокрой одеждой. Выйдя на открытое пространство или поляну, дышите воздухом возле земли – там он менее задымлен, рот, и нос при этом прикройте ватно-марлевой повязкой или тряпкой. После выхода из зоны пожара сообщите о пожаре в пожарную охрану или лесничество, указав точные координаты и возможные пути подъезда.

## **МЧС РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ!**

### **Ложный вызов-уголовно наказуемое деяние**

Информируем население о том, что за телефонное хулиганство и подачу заведомо ложных сообщений о пожарах, заминировании, и других подобных сообщений законодательством предусмотрена административная ответственность, а в ряде случаев и уголовная ответственность.

#### **Статья 207 УК РФ. Заведомо ложное сообщение об акте терроризма**

1. Заведомо ложное сообщение о готовящихся взрыве, поджоге или иных действиях, создающих опасность гибели людей, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных общественно опасных последствий, -

наказывается штрафом в размере до двухсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до восемнадцати месяцев, либо обязательными работами на срок до четырехсот восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок от одного года до двух лет, либо ограничением свободы на срок до трех лет, либо принудительными работами на срок до трех лет, либо арестом на срок от трех до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до трех лет.

2. То же деяние, повлекшее причинение крупного ущерба либо наступление иных тяжких последствий, -

наказывается штрафом в размере до одного миллиона рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от восемнадцати месяцев до трех лет либо лишением свободы на срок до пяти лет.

*Примечание. Крупным ущербом в настоящей статье признается ущерб, сумма которого превышает один миллион рублей.*

**Заведомо ложное сообщение (например в «отместку» кому-нибудь) является поводом для возбуждения уголовного дела по ст. 306 УК РФ.**

#### **Статья 306 УК РФ. Заведомо ложный донос**

1. Заведомо ложный донос о совершении преступления -

наказывается штрафом в размере до ста двадцати тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до одного года, либо обязательными работами на срок до четырехсот восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо принудительными работами на срок до двух лет, либо арестом на срок до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до двух лет.

2. То же деяние, соединенное с обвинением лица в совершении тяжкого или особо тяжкого преступления, -

наказывается штрафом в размере от ста тысяч до трехсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от одного года до двух лет, либо принудительными работами на срок до трех лет, либо лишением свободы на тот же срок.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, соединенные с искусственным созданием доказательств обвинения, -

наказываются принудительными работами на срок до пяти лет либо лишением свободы на срок до шести лет.

## Героизм пожарных в годы Великой Отечественной войны.

8 сентября 1941 г. фашистские самолеты подвергли город Ленинград ожесточённой бомбардировке: на него было сброшено 12 тыс. зажигательных бомб. Особенно пострадал Московский район. Тревога началась в 18 час. 50 мин, а через 5 мин. самолеты противника появились над территорией Московского района. В течение 7-10 мин. район забросали зажигательными бомбами. Их было более 5 тыс. Не было такого дома, двора, улицы, проезда или пустыря, где бы ни горела зажигательная бомба. В этот день 27 фашистских бомбардировщиков бомбили центральные городские Бадаевские продовольственные склады, сбросив на них тысячи зажигательных бомб. Над южной частью города поднялся огромный столб багрового дыма, достигавший в высоту 7 км. На площади до двух гектаров пылали продовольственные склады.

Для тушения пожара было стянуто 168 пожарных машин. В течение нескольких часов длилась героическая борьба пожарных команд с гигантским огнем. В удушливом дыму и невыносимой жаре бойцы-пожарные выполняли свой долг. Многие из них погибли, многие получили ранения и тяжелые ожоги. Пожарным командам помогали тысячи ленинградцев, в тушении зажигательных бомб принимало участие все население района — от 10-летних школьников до глубоких стариков. И все же в этот день было 144 пожара, из них несколько крупных. 62 пожара вспыхнули на промышленных объектах, 52 - в жилых домах, остальные в различных учреждениях. Этот трагический день навсегда остался в памяти жителей города.

9 сентября 1941г. фашистская авиация снова бомбила Ленинград. В этот день борьбой с последствиями налетов и обстрелов были заняты, не считая наблюдения, разведки и пожарных постов, 11540 бойцов объектовых команд, 500 бойцов аварийно-восстановительных подразделений, 850 бойцов дружин Красного Креста, 4500 бойцов групп самозащиты, работали 70 санитарных и 100 пожарных машин.

У аварийно-спасательных команд не хватало сил, чтобы самостоятельно справиться с последствиями воздушных налетов. Поэтому в жилых домах, на предприятиях, в учреждениях были созданы группы самозащиты. В тушении пожаров принимало участие все население города.

Особенно тяжелые условия создавались при артиллерийских обстрелах. Стоило возникнуть пожару в каком-либо районе города, как ночью по реву, а днем по дымовому ориентиру фашистская артиллерия сразу же открывала огонь по его очагу. Гибли люди, выходила из строя техника, но пожарные самоотверженно боролись с огнем. Более 500 ленинградских героев-пожарных погибли, гася пожары при разрывах снарядов, взрывах фугасных бомб, артиллерийских и пулеметных обстрелах, а также в завалах разрушенных зданий и сооружений.

Резко осложнила и затруднила противопожарную оборону города блокада. Не было электричества, не обеспечивался необходимый напор воды в сетях городского водопровода, вследствие чего лишался пожарного водоснабжения ряд больших районов.

Голодающие ленинградцы, спасаясь от губельного холода, стали стихийно устанавливать самодельные железные печи-временки, не всегда соблюдая правила пожарной безопасности. Людям было не до осторожности. Вследствие чего все чаще и чаще стали возникать бытовые пожары - до 100 и более в сутки. А ведь теперь с пожарами приходилось бороться вконец истощенным, крайне усталым бойцам. Только за зиму 1941-1942 г. от голода умерло около 800 пожарных. Из-за отсутствия в городе горючего нечем стало заправлять пожарные машины. На улицах валялись замерзшие пожарные рукава, собрать и высушить которые, у пожарных не было сил. По тревоге боевые расчеты выходили на пожары пешком, волоча за собой пожарный инвентарь. У них подгибались ноги, валился из



рук тяжелый инвентарь, не все доходили до очагов пожара живыми. Но пожары все же тушились.

29 марта 1942 г. фашистская артиллерия с ближних подступов обстреляла одну из железнодорожных станций на окраине Ленинграда, где стояли вагоны с боеприпасами. От прямого попадания снаряда в одном из составов произошел сильный взрыв. В результате в радиусе до 2 км было разрушено и повреждено около 400 зданий. Затем взрывы следовали один за другим. Всего взорвалось 80 вагонов с боеприпасами, вследствие чего возникло 18 больших очагов пожара, которые вскоре слились в один огромный пожар. Буквально в самый центр огненной стихии устремились пожарные подразделения. Несколько пожарных погибло, многие были тяжело ранены. Была уничтожена почти вся пожарная техника. Усилиями пожарных и воинских частей удалось откатить из зоны пожара более 50 вагонов с боеприпасами и создать разрывы между горящими объектами непосредственно в зоне взрыва. Ликвидация этого пожара продолжалась 20 час.

7 мая 1942 г. фашисты обстреляли ленинградскую прядильно-ткацкую фабрику «Равенство», вызвав большой пожар в главном пятиэтажном корпусе. Более 200 снарядов разорвалось на территории объекта. Осколками снарядов было убито десять пожарных и полностью выведена из строя 10-я пожарная часть. Несмотря на непрекращающийся артиллерийский обстрел и гибель людей, пожарным удалось отстоять от огня окружающие здания и запасы хлопка.

В 1943 г. во время очередного обстрела Ленинграда снарядом была подожжена нефтебаза «Красный нефтяник». Даже в мирных условиях тушение пожаров в резервуарах с нефтепродуктами считается трудным делом. Здесь же тушить пожар пришлось под артиллерийским огнем, во время которого подразделения пожарной охраны несли значительные потери в личном составе, выходила из строя техника. Казалось, ничто не могло остановить распространение огня.

Разрушались резервуары, лавина огня устремилась на людей. Чтобы остановить ее, использовали все: воду, пену, землю. Ствольщики непрерывно поливали водой. Некоторые шоферы из-за гибели водителей на других машинах работали одновременно на двух автонасосах. Наступление на огонь продолжалось несмотря ни на что. Перебитые рукавные линии быстро заменяли. Пожарные шли только вперед, и вскоре огонь отступил. Основные запасы нефтепродуктов для города и фронта на базе были спасены.

10 июля 1942 г. за образцовую подготовку противопожарной обороны города, за доблесть и мужество, проявленные личным составом при ликвидации пожаров, пожарная охрана Ленинграда была награждена орденом Ленина. В апреле 1943 г. «Ленинградская правда» так охарактеризовала действия пожарных: «В благодарной памяти ленинградцев и в истории обороны Ленинграда останется геройский труд пожарных осенью 1941 г., когда враг засыпал город тысячами зажигательных авиабомб, мужество и стойкость пожарных, самоотверженно выполнявших свой долг в трудные дни блокады и осады города».

За 900 дней осады враг сбросил на город 4638 фугасных бомб разного калибра, 203 тыс. зажигательных бомб, выпустил 148 тыс. тяжелых артиллерийских снарядов. По Ленинграду в среднем ежедневно производилось 245 выстрелов. На каждый квадратный километр его территории упало 16 фугасных, более 320 зажигательных бомб и 480 снарядов.

Подсчитать, сколько человеческих жизней было спасено в дни суровой блокады ленинградскими пожарными, определить, даже приблизительно стоимость отвоеванных ими от огня жилых домов, промышленных предприятий, памятников культуры и искусства невозможно. Можно утверждать лишь одно: высшая награда СССР — орден Ленина, которой были удостоены ленинградские пожарные, — заслужена ими с честью.



**22 июня      9 мая**  
**1941-1945**

Для каждого человека, живущего в России, для потомков тех, кто испытал не понаслышке все ужасы и несчастья, принесённые фашистскими захватчиками на родную землю, празднование дня победы Советского народа в Великой Отечественной войне, является особым днём - и праздником радости и одновременно с этим, днём памяти о миллионах погибших людей.

Подвиги, героизм и мужество советских воинов во время Великой Отечественной войны навсегда останутся в нашей памяти.

И как бы не попирали историю нашей страны разные проходимцы, день **9 мая** для нас будет всегда самым значительным праздником народов России, таким как его видел в В.Г. Харитонов в своей знаменитой песне:

**Этот День Победы порохом пропах  
Этот праздник с сединою на висках  
Эта радость со слезами на глазах  
День Победы! День Победы!  
День Победы!**

Мы произносим слова благодарности всем ныне здравствующим ветеранам Великой Отечественной войны и отдаём дань памяти погибшим на полях сражений солдатам, отдавшим жизнь за наше будущее.

**Спасибо Вам за ПОБЕДУ !**

## Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции COVID-19

Вирусы гриппа и коронавирусной инфекции вызывают у человека респираторные заболевания разной тяжести. Симптомы заболевания аналогичны симптомам обычного (сезонного) гриппа. Тяжесть заболевания зависит от целого ряда факторов, в том числе от общего состояния организма и возраста.

Предрасположены к заболеванию: пожилые люди, маленькие дети, беременные женщины и люди, страдающие хроническими заболеваниями (астмой, диабетом, сердечно-сосудистыми заболеваниями), и с ослабленным иммунитетом.

### **ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ**

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.

Гигиена рук - это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртосодержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.

### **ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ**

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно -капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1 метра от больных.

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Вирус гриппа и коронавирус распространяются этими путями.

Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.

При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.

Избегая излишние поездки и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

### **ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

### **ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ**

Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

### **КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ?**

Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов. Стоимость этих масок различная, из-за различной пропитки. Но нельзя все время носить одну и ту же маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.

- Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:
- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;
  - старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;
  - влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
  - не используйте вторично одноразовую маску;
  - использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать не стоит.

Вместе с тем, медики напоминают, что эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры.

## **ПРАВИЛО 5. ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?**

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу. Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

### **КАКОВЫ СИМПТОМЫ ГРИППА/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ?**

Высокая температура тела, озноб, головная боль, слабость, заложенность носа, кашель, затрудненное дыхание, боли в мышцах, конъюнктивит.

В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.

### **КАКОВЫ ОСЛОЖНЕНИЯ?**

Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких.

Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.

### **ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?**

Вызовите врача. Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного. Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями. Часто проветривайте помещение. Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами. Часто мойте руки с мылом. Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.). Ухаживать за больным должен только один член семьи.

**Берегите себя и своих близких!**

# Федеральная противопожарная служба информирует!

**В СЛУЧАЕ ПОЖАРА ИЛИ ПОЯВЛЕНИЯ ДЫМА НЕМЕДЛЕННО СООБЩИТЕ В ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНУЮ СЛУЖБУ ПО ТЕЛЕФОНУ, УКАЗАВ ТОЧНЫЙ АДРЕС, СВОЮ ФАМИЛИЮ И КОНТАКТНЫЙ ТЕЛЕФОН.**

**Единый бесплатный телефон службы спасения – 112.**

**По этому номеру можно позвонить, даже если в мобильном телефоне не установлена SIM-карта или нет денег на счёте!**

На территории Российской Федерации действуют единые номера для вызова специальных оперативных служб:

**-101** Пожарная охрана

**-102** Полиция

**-103** Скорая помощь

**-104** Газовая служба

**Соблюдение мер пожарной безопасности является основой Вашей безопасности, безопасности Ваших родных и окружающих Вас людей.**

Выпускается только в электронном виде, бесплатно. Электронный тираж неограничен, распространение электронного выпуска приветствуется.

Выпуск от №84  
от 06 мая  
2022 года

Выпускается 83 ПСЧ 3 ПСО ФПС ГПС  
ГУ МЧС России по Красноярскому краю  
Адрес: Красноярский край, г. Сосновоборск,  
ул. Заводская, 1/19, тел. **3-42-01**