



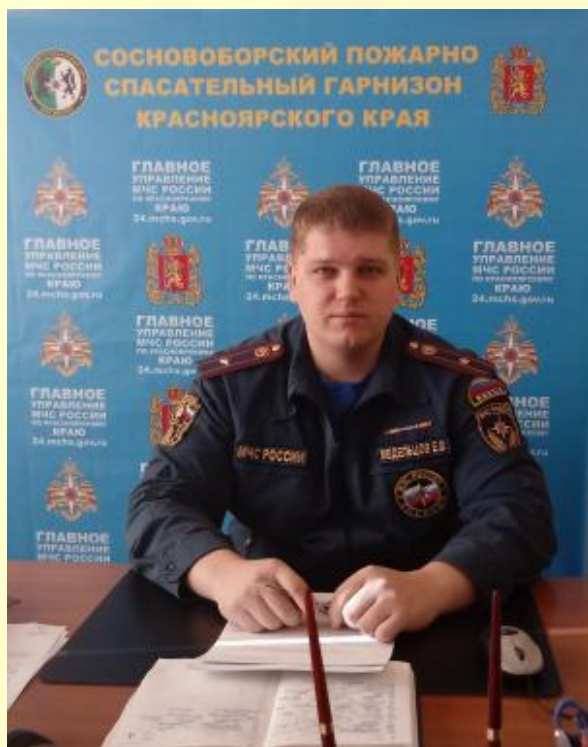
# СОСНОВОБОРСКИЙ ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНЫЙ ГАРНИЗОН

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

## ЕЖЕМЕСЯЧНЫЙ ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ №99

*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!**

В Российском законодательстве присутствует такое понятие, как поджог.

Разберёмся с тем, что такое поджог и какую ответственность можно понести за это деяние.

Поджог - умышленное нанесение ущерба имуществу с использованием огня, уничтожение или повреждение имущества путём поджога является преступлением, попадающим под действие статьи 167 УК РФ. При этом наличие мотива является отягчающим фактором.

Те же деяния, совершенные из хулиганских побуждений, путем поджога, взрыва или иным общеопасным способом либо повлекшие по неосторожности смерть человека или иные тяжкие последствия, - наказываются принудительными работами на срок до пяти лет либо лишением

свободы на тот же срок.

Опасность поджога состоит в том, что он может повлечь за собой уничтожение больших ценностей, а также человеческие жертвы. Если уничтожение или повреждение чужого имущества путем поджога привело к человеческим жертвам, при установлении наличия прямого или косвенного умысла виновного в отношении жизни или здоровья лиц, находящихся в поджигаемом помещении, такие действия квалифицируются как умышленное убийство по совокупности ст.ст. 105 и 167 УК РФ.

За поджог уголовная ответственность наступает с 14-летнего возраста. Если же поджигателю не исполнилось 14 лет, отвечают в административном порядке за причиненный пожаром материальный ущерб родители.

Большинство поджогов происходит в темное время суток из хулиганских побуждений или из чувства мести к их владельцам. Поджогам такого рода обычно предшествуют неприязненные отношения между гражданами, либо между работниками и руководителями предприятий и организаций. Поэтому непременным условием предотвращения поджогов, совершаемых на почве мести, является своевременное сообщение граждан в

территориальные отделы полиции о неприязненных взаимоотношениях между отдельными лицами, сопровождаемых угрозами уничтожения имущества.

Кроме того в УК РФ есть статья 261 «Уничтожение или повреждение лесных насаждений» которая в зависимости от причинённого ущерба, наличия мотивов и других факторов предусматривает наказание до 10 лет лишения свободы и штрафа до 3 миллионов рублей.

Таким образом, поджог является одним из наиболее опасных способов уничтожения материальных ценностей, его величайшая опасность состоит в том, что человек, призвав к действию разрушительную силу огня, в дальнейшем теряет возможность ограничить его стихийное развитие.

Уважаемые граждане, не совершайте необдуманных действий, последствия которых невозможно будет исправить, а в случае если в ваш адрес поступают угрозы о поджоге, немедленно сообщайте в полицию, будьте внимательны, берегите себя и своих близких!

Пользуясь случаем в очередной раз призываю 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!**

## Берегите свой дом и своих близких.

Сотрудниками Сосновоборского пожарно-спасательного гарнизона непрерывно в течение 2021 года проводится профилактическая работа на территории города Сосновоборска в рамках операции «Жильё». Пожарные проводят профилактические беседы с жителями города, в которых рассказывают о правилах пожарной безопасности, как в многоквартирном так и в частном доме, дают рекомендации родителям - чаще разговаривать со своими детьми о пожарной безопасности и что делать, если произошёл пожар.

Все понимают, что дом человека должен быть надёжным, удобным для жизни людей и безопасным, в том числе и от возникновения пожара. Но открытый, понятный в своей опасности огонь в наше время, «спрятался» в электрических проводах, приборах, синтетических материалах, из которых изготовлены ковры, паласы, одежда, отделочные материалы которыми покрыты пол, стены дома. И вот в такой «горючей» среде людям нужно быть очень осторожными, внимательными.

Большинство граждан, с кем проводятся беседы чаще всего и не думают о возможном пожаре.

В своё время один писатель, познакомившись однажды с пожарными, изучив эту проблему, с горькой откровенностью писал: *«Мои представления о пожарах отличаются вопиющим, из ряда вон выходящим невежеством. Смутные, легкомысленные представления. Цифры кажутся абстрактными, далёкими, к нам не имеющими отношения. А между тем они звучат как набат. Люди! Задумайтесь! Учтите, что наш век стремительно повышает опасность пожаров!»*.

Он был прав. Пожар - это не стихийное бедствие, подобное урагану, землетрясению, наводнению. Нет. Пожар - это результат беспечности, безответственности, халатности.

Пожарище всегда производит удручающее впечатление: обуглившиеся стены в квартирах, обгоревшие остовы частных домов, испорченные вещи, искорёженный металл. Сколько нужно будет приложить усилий погорельцам, чтобы все привести в порядок.

А причиной пожаров становится неправильный монтаж электропроводки, замыкание в которой и привело к беде, неосторожное обращение с огнём – зачастую курение в постели, чья-то беспечность при сжигании травы или мусора при сильном ветре, когда выгорают целые населённые пункты, словом - «человеческий фактор».

Особенно незащитны дети на пожарах. Часто родители оставляют малолетних детей одних дома. Случаев гибели детей на пожарах в России множество. Дети зачастую сталкиваясь с огнём не знают что делать и прячутся в квартире, а огонь и дым делают своё дело и результат - дети погибают.

Да, часто прямыми виновниками беды, гибели детей становятся родители, которые ведут сомнительный образ жизни, систематически выпивают.

Нередки случаи, когда причиной пожаров становится детская шалость с огнём. Хуже всего, когда взрослые сами нарушают правила обращения с огнём, при этом показывают пример детям: неправильно эксплуатируют электроприборы и печное отопление, на глазах у детей, разжигают где попало костры, поджигают траву или дорожки тополиного пуха и тому подобное. Дети, подражая взрослым, делают то же самое. Результат, как правило, один - длительное лечение в ожоговом центре или ещё более тяжёлые последствия. В таких случаях только грамотность родителей и культура в обращении с огнём сможет предотвратить беду.

Проблема пожаров давно перестала быть лишь заботой пожарных - лишь соблюдение противопожарных правил каждым человеком поможет уберечь от пожара своё имущество, жизнь и здоровье своих близких.

## Памятка пожарной безопасности для граждан проживающих в ИЖС, владельцев участков в ДНТ и СНТ.

На территориях жилых домов, дачных и садовых поселков, общественных и гражданских зданий не разрешается оставлять на открытых площадках и во дворах тару (емкости, канистры и т.п.) с ЛВЖ и ПК, а также баллоны со сжатыми и сжиженными газами.

В индивидуальных жилых домах, квартирах и жилых комнатах допускается хранение (применение) не более 10 л ЛВЖ и ПК в закрытой таре. ЛВЖ и ЗГЖ в количестве более 3 л должны храниться в таре из негорючих и небьющихся материалов. Не допускается хранение баллонов с горючими газами (далее - ГГ) в индивидуальных жилых домах, квартирах и жилых комнатах, а также на кухнях, на путях эвакуации, в цокольных этажах, в подвальных и чердачных помещениях, на балконах и лоджиях.

Газовые баллоны (рабочий и запасной) для снабжения газом бытовых газовых приборов (в том числе кухонных плит, водогрейных котлов, газовых колонок) должны, как правило, располагаться вне зданий в пристройках (шкафах или под кожухами, закрывающими верхнюю часть баллонов и редуктор) из негорючих материалов у глухого простенка стены на расстоянии не ближе 5 м от входов в здание, цокольные и подвальные этажи.

Размещение и эксплуатация газобаллонных установок, в состав которых входит более двух баллонов, а также установок, размещаемых внутри зданий для проживания людей, должны осуществляться в соответствии с требованиями действующих нормативных документов по безопасности в газовом хозяйстве.

У входа в индивидуальные жилые дома (в том числе коттеджи, дачи), а также в помещения зданий и сооружений, в которых применяются газовые баллоны, размещается предупреждающий знак пожарной безопасности с надписью **«Огнеопасно. Баллоны с газом»**.

При использовании установок для сжигания ГГ запрещается:

- эксплуатация газовых приборов при утечке газа;
- присоединение деталей газовой арматуры с помощью искрообразующего инструмента;
- проверка герметичности соединений с помощью источников открытого пламени (в том числе спички, зажигалки, свечи);
- проведение ремонта наполненных газом баллонов.

При закрытии дач, садовых домиков на длительное время электросеть должна быть обесточена, вентили (клапаны) баллонов с газом должны быть плотно закрыты.

Сельские населенные пункты, садоводческие товарищества и дачно-строительные кооперативы с количеством усадеб (участков) не более 300 для целей пожаротушения должны иметь переносную пожарную мотопомпу, с количеством усадеб (участков) от 300 до 1000 - прицепную пожарную мотопомпу, а с количеством усадеб (участков) свыше 1000 - не менее двух прицепных пожарных мотопомп.

Не допускается прокладка и эксплуатация воздушных линий электропередачи (в том числе временных и проложенных кабелем) над горючими кровлями, навесами, а также открытыми складами (штабелями, скирдами и др.) горючих веществ, материалов и изделий.

При наличии на территории объекта или вблизи его (в радиусе 200 м) естественных или искусственных водоисточников (реки, озера, бассейны, градирни и т.п.) к ним должны быть устроены подъезды с площадками (пирсами) с твердым покрытием размерами не менее 12 x 12 м для установки пожарных автомобилей и забора воды в любое время года. Поддержание в постоянной готовности искусственных водоемов, подъездов к водоисточникам и водозаборных устройств возлагается на соответствующие организации (в населенных пунктах - на органы местного самоуправления).

Рекомендуется у каждого строения устанавливать емкость (бочку) с водой или иметь огнетушитель.

## Безопасное лето.

Идёт последний месяц лета, а у наших детей – последний месяц летних каникул перед началом учебного года. Погода на улице благоволит для активного отдыха, игр на детских площадках, походов в места отдыха на природе.

В это время детей подстерегает повышенная опасность на дорогах, у водоёмов, в лесу, на игровых площадках, в саду, во дворах. Главная причина этого - отсутствие должного контроля со стороны взрослых. Чтобы дети перед началом учебного года были отдохнувшими, здоровыми и живыми надо помнить ряд правил и условий при организации их отдыха с родителями, родственниками, друзьями (на даче или в деревне у бабушки):

- формируйте у детей навыки обеспечения личной безопасности;
  - проведите с детьми индивидуальные беседы, объяснив важные правила, соблюдение которых поможет сохранить жизнь;
  - решите проблему свободного времени детей;
  - **помните! Поздним вечером и ночью (с 22 до 6 часов) детям и подросткам законодательно запрещено появляться на улице без сопровождения взрослых;**
  - постоянно будьте в курсе, где и с кем ваш ребёнок, контролируйте место пребывания детей;
  - не разрешайте разговаривать с незнакомыми людьми. Объясните ребёнку, что он имеет полное право сказать «нет» всегда и кому угодно, если этот «кто-то» пытается причинить ему вред;
  - объясните детям, что ни при каких обстоятельствах нельзя садиться в машину с незнакомыми людьми;
  - убедите ребёнка, что вне зависимости от того, что произошло, вы должны знать о происшествии, ни в коем случае не сердитесь, всегда примите его сторону. Объясните, что некоторые факты никогда нельзя держать в тайне, даже если они обещали хранить их в секрете;
  - плавание и игры на воде кроме удовольствия несут угрозу жизни и здоровью детей. **Когда ребёнок в воде, не спускайте с него глаз, не отвлекайтесь - подчас минута может обернуться трагедией;**
  - обязательно объясните детям, что они не должны купаться в одиночку, а также нырять в незнакомом месте;
  - взрослый, который присматривает за купающимися детьми, должен сам уметь плавать, оказывать первую помощь, владеть приёмами проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца;
  - чтобы не стать жертвой или виновником дорожно-транспортного происшествия, обучите детей правилам дорожного движения, научите их быть предельно внимательными на дороге и в общественном транспорте;
  - проявляйте осторожность и соблюдайте все требования безопасности, находясь с детьми на игровой или спортивной площадке, в походе;
  - изучите с детьми правила езды на велосипедах.
  - Помните! Детям, не достигшим 14 лет, запрещено управлять велосипедом на автомагистралях и приравненных к ним дорогам.
- Будьте предельно осторожны с огнём. Обратите внимание детей на наиболее распространённые случаи пожаров из-за неосторожного обращения с огнём:**
- детская шалость с огнём;
  - непотушенные угли, шлак, зола, костры;
  - незатушенные окурки, спички;
  - сжигание мусора владельцами дач и садовых участков на опушках леса;

- поджог травы, короткое замыкание, эксплуатация электротехнических устройств, бытовых приборов, печей.

**Помните, что от природы дети беспечны и доверчивы. Внимание у детей бывает рассеянным. Поэтому, чем чаще вы напоминаете ребёнку несложные правила поведения, тем больше вероятность, что он их запомнит и будет применять. Вы должны регулярно их напоминать.**

**Сохранение жизни и здоровья детей - главная обязанность родителей.**

## Требования безопасности при использовании электрообогревательными приборами.

Несоблюдение правил использования электронагревательными приборами может стать причиной пожаров. Наиболее распространенной причиной пожаров, вызванных электробытовыми приборами является перегрев окружающих предметов и материалов, расположенных вблизи электронагревательных приборов, продолжительное время находящихся во включенном состоянии, оставленных без присмотра или под «присмотром» малолетних детей. Пожарная опасность большинства электронагревательных приборов заключена в нагреве их нижней части и боковых поверхностей до температур, достаточных для воспламенения древесины, текстиля и других сгораемых материалов.

Бытовые электронагревательные приборы необходимо устанавливать на негорючее основание (подставку) достаточной толщины, которую нельзя укрывать пленкой, клеенкой, бумагой, а также горючими облагораживающими покрытиями.

Большую пожарную опасность представляют собой электроплитки с открытыми спиралями, излучающими лучистую энергию в окружающую среду и нагревающими близко расположенные предметы. Менее опасны электроплитки с закрытой спиралью, но и у них металлические конфорки и трубки со спиралями при перегреве раскаляются до красного свечения. Поэтому устанавливать электрическую плитку и другие электронагревательные приборы следует не ближе 0,5 м от любых горючих предметов домашнего обихода.

Подключать все электроприборы к электрической сети следует только с помощью штепсельных соединений – розетки и вилки, присоединенной к электрошнуру. Подсоединение к розетке электроприборов без вилки, с помощью концов оголенных жил шнура категорически запрещается. Это может привести к короткому замыканию и указанным ранее последствиям, а также к поражению электрическим током.

Повышенную пожарную опасность имеют отражательные печи с рефлектором, которые широко применяют для поддержания необходимой температуры в помещениях в весенний и осенний периоды года, когда не используют системы отопления, а также при похолодании.

Нельзя применять различные самодельные электрические обогревательные устройства. При использовании ими электрическая сеть подвергается длительной значительной перегрузке, что очень часто приводит к воспламенению изоляции электропроводки и пожарам.

### **При эксплуатации электронагревательных и отопительных приборов:**

не пользуйтесь поврежденными розетками, выключателями и другими электроустановочными приборами;

не включайте в одну розетку одновременно несколько электроприборов;

не пользуйтесь утюгами, электроплитками, электрочайниками и другими электронагревательными приборами, не имеющими устройств тепловой защиты, без подставок из негорючих теплоизоляционных материалов, исключающих опасность возникновения пожара;

не применяйте для обогрева нестандартные (самодельные) электронагревательные приборы;

не используйте некалиброванные плавкие вставки (жучки) или другие самодельные аппараты от перегрузки и короткого замыкания;

не эксплуатируйте электронагревательные приборы при отсутствии или неисправности терморегуляторов, предусмотренных конструкцией.

## **МЧС РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ !** **Природный пожар – страшное бедствие!**

90% природных пожаров происходят по вине человека, не зависимо от причин возникновения – неосторожность, умысел или вследствие иных причин.

Основные причины возникновения природных пожаров: непотушенная сигарета, горящая спичка, тлеющий пыж после выстрела из ружья охотника, масляная тряпка или ветошь, стеклянная бутылка, преломляющая лучи солнечного света, искры из глушителя транспортного средства, сжигание старой травы, мусора вблизи леса или торфяника, расчистка с помощью огня лесных площадей для сельскохозяйственного использования или обустройства лесных пастбищ. Но одним из основных потенциальных источников природных пожаров является костёр. В ряде случаев природные пожары становятся следствием умышленного поджога, техногенной аварии или катастрофы.

Чтобы избежать возникновения пожаров, необходимо соблюдать правила поведения в лесу.

С целью недопущения пожаров в природной среде, запрещается:

- бросать в лесу горящие спичи, окурки, тлеющие тряпки;
- разводить костёр в густых зарослях и хвойном молодняке, под низко свисающими кронами деревьев, рядом со складами древесины, торфа, в непосредственной близости от созревших сельхозкультур;
- оставлять в лесу самовозгораемый материал: тряпку и ветошь, пропитанные маслом, бензином, стеклянную посуду, которая в солнечную погоду может сфокусировать солнечный луч и воспламенить сухую растительность;
- выжигать сухую траву на лесных полянах, в садах, на полях, под деревьями;
- разводить костёр в ветреную погоду и оставлять его без присмотра;
- оставлять костёр горящим после покидания стоянки.

При обнаружении природного пожара постарайтесь ликвидировать очаг возгорания собственными силами; если это не удалось сделать, быстро покиньте опасную зону, обязательно сообщите о месте пожара лесную охрану, администрацию, полицию, пожарно-спасательную службу. Если вы оказались вблизи очага пожара, немедленно предупредите всех находящихся поблизости людей и постарайтесь покинуть опасную зону. Выходить нужно на дорогу, широкую просеку, опушку леса, к водоёму. Двигаться следует перпендикулярно к направлению распространения огня. Если обстоятельства мешают вам уйти от огня, войдите в водоём или укройтесь на открытой поляне, накрывшись мокрой одеждой. Дышать нужно воздухом возле земли (он мене задымлен), прикрывая рот и нос марлевой повязкой или мокрой тряпкой.

Уважаемые сограждане, по возможности используйте мангалы или закрытые печи при приготовлении пищи. Это простое приспособление способно спасти наши леса от пожаров. А уж если приходится разводить костёр, то лучше использовать старое кострище. Новое место для костра должно находиться на значительном расстоянии от деревьев и кустарников.

Не оставляйте горящий костре без присмотра. Уходя из леса, тщательно затушите костёр. Залейте его водой или засыпьте землёй. Помните, что костёр считается затушенным, если землю можно безболезненно трогать рукой.

**Совет :** Как оборудовать место для костра.

Лопаткой снимите дёрн на площади примерно 1 метр на 1 метр. Разложите дёрн вокруг будущего кострища землёй вверх. После того, как костре потушен, положите срезанный дёрн на прежнее место и притопчите ногами.

**ЗАДУМАЙТЕСЬ: Леса восстанавливаются десятилетиями. Что вы оставите своим потомкам, если не беречь природу?!**



## **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.

## **МЧС РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ !**

### **Будь осторожен на воде!**

Открытые водоёмы, безусловно, источник опасности, и поэтому осторожность при купании и плавании вполне оправдана. Купаться следует в солнечную, безветренную погоду при температуре воздуха 20-23 градуса тепла, а воды - 17-19 градусов. Лучшее время суток для купания - 8-10 часов утра и 17-19 часов вечера. Не следует купаться раньше чем через час-полтора после приёма пищи.

**Родители должны ознакомить детей с правилами безопасности на водных объектах, прежде чем дети отправятся в лагеря, туристические походы, на пикники.**

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде. Перед купанием следует отдохнуть. Не рекомендуется входить в воду разгорячённым. Не отплывайте далеко от берега, не заплывайте за предупредительные знаки.

Купайтесь в специально отведённых и оборудованных для этого местах. Входите в воду осторожно, медленно, когда вода дойдёт вам до пояса, остановитесь и быстро окунитесь. Никогда не плавайте в одиночестве, особенно, если не уверены в своих силах. Не подавайте ложных сигналов бедствия, иначе в следующий раз вам могут уже не помочь, считая что вы опять «шутите».

Следите за играми детей даже на мелководье, потому что они могут во время игр упасть и захлебнуться. Не устраивайте в воде игр, связанных с захватами - в пылу азарта вы можете послужить причиной того, что партнёр вместо воздуха вдохнёт воду и потеряет сознание. Учиться плавать дети могут только под контролем взрослых. При преодолении водоёмов на лодках несовершеннолетние обязательно должны быть в спасательных жилетах.

Опасно прыгать или нырять в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.

Помните: купание в нетрезвом виде зачастую приводит к трагическому исходу!

Уставший пловец должен помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение «лёжа на спине».

Попав в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо, не нарушая дыхания, плыть по течению к берегу. Оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания. Необходимо набрать побольше воздуха в лёгкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

**При происшествии звонить в службу спасения по телефону – «101» или в единую дежурно-диспетчерскую службу – «112».**

## 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 №99  
от 15 августа  
2021 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**