**Рекомендации для населения при понижении температуры**

В связи с понижением температуры воздуха возрастает вероятность возникновения техногенных пожаров по причине нарушение правил эксплуатации электробытовых приборов, нарушения правил эксплуатации газового оборудования, использования самодельных нагревательных устройств, нарушение правил пожарной безопасности.

В группе риска – дети и пожилые люди: они больше всего подвержены переохлаждению. У людей старшего возраста в результате некоторых болезней терморегуляция может быть нарушена, а у детей эта функция организма еще несовершенна.

Чтобы избежать переохлаждения нужно одеваться многослойно – так легче сохранить тепло. Важно держать в тепле ноги – здесь помогут теплые стельки и шерстяные носки. Не стоит выходить на мороз без теплых варежек, головного убора и шарфа. Следует избегать контактов голой кожи с металлом. Стоит отказаться от металлических украшений – колец, серег. Кольца препятствуют нормальной циркуляции крови. Кроме того, металл быстро охлаждается и может "прилипнуть" к коже.

Шансы переохладиться или получить обморожение, велики и у тех, кто переутомлен и испытывает слабость, либо находится в нетрезвом состоянии. Алкогольное опьянение дает иллюзию тепла, но на самом деле вызывает большую потерю тепла. В таком состоянии человек может просто не заметить признаков переохлаждения и обморожения.

В случае переохлаждения или обморожения нужно немедленно обратиться за медицинской помощью.

В холодное время года стоит помнить о правильном питании. Перед тем, как надолго отправляться на улицу, нужно как следует поесть. Энергия понадобится организму для борьбы с холодом.

**Главное управление МЧС России по Ярославской области предупреждает:**

- недопустимо пользоваться неисправными электроприборами, а также приборами, провода которых имеют поврежденную изоляцию;

- нельзя использовать самодельные электронагревательные приборы и предохранители, они должны быть только заводского изготовления;

- при покупке и установке нового изделия (оборудования) важно, чтобы данное изделие было сертифицировано, а перед началом эксплуатации внимательно ознакомьтесь с инструкцией;

- запрещено устанавливать электроприборы вблизи от сгораемых предметов и материалов;

- нельзя оставлять без присмотра включенные в сеть электроприборы на длительное время;

- категорически запрещается подключать несколько приборов к одной розетке с помощью переходной вилки на 3-4 ответвления;

- в случае обнаружения сильного нагрева электрической вилки или самого электроприбора, немедленно его обесточьте.

При использовании электроприборов ваша безопасность зависит от внимательности и осторожности, в случае обнаружения сильного нагрева электрической вилки или самого электроприбора, немедленно его обесточьте.

Рекомендации для населения при сильном снегопаде:

Необходимо плотно закрыть окна в домах, держаться от них как можно дальше, а также не находиться вблизи деревьев и не парковать рядом с ними машины. По возможности, оставайтесь дома.

Если Вам всё же пришлось выйти на улицу, то в условиях снегопада и гололедицы будьте особенно осторожны при ходьбе, чтобы не упасть и не получить повреждений!

**Уважаемые водители!** Если обильные осадки застали Вас в личном транспорте на автодороге, перестройтесь в крайний правый ряд (на обочину) и, не прибегая к экстренному торможению, прекратите движение. Включите аварийные огни и переждите снегопад.

**Уважаемые пешеходы!** Если снегопад застал вас на улице, необходимо внимательно смотреть по сторонам при переходе проезжей части, не делать резких движений и быть предсказуемыми для водителей. Если несколько машин остановилось, пропуская вас, это не значит, что где-то за ними не едет на большой скорости еще один автомобиль. Старайтесь смотреть на машины при переходе улицы.

Рекомендации для населения при метели:

При получении информации о сильной метели:

- воздержитесь от поездок по городу на личном автотранспорте;

- поскольку возможно нарушение энергоснабжения, то приготовьтесь к отключению электроэнергии, закройте газовые краны;

- машину поставьте в гараж, при отсутствии гаража машину следует парковать вдали от деревьев;

- научите детей, как действовать во время непогоды;

- находясь на улице, обходите шаткие строения и дома с неустойчивой кровлей;

- избегайте деревьев, разнообразных сооружений повышенного риска (мостов, эстакад, трубопроводов, линий электропередач);

- остерегайтесь частей конструкций и предметов, нависших на строениях, оборванных проводов линий электропередач, разбитого стекла и других источников опасности.

Закрепите слабо укрепленные конструкции на своих подворьях, их разрушение может привести к травмированию людей.

Будьте осторожны при нахождении на улице, обращайте внимание на целостность воздушных линий электропередач, при обнаружении обрыва линий электропередач и при необходимости обращайтесь в Службу спасения.

**Рекомендации водителям при снежных заносах на дорогах:**

- во время поездок останавливайтесь и очищайте лед, налипший снег с ветрового стекла и «дворников», фар и зеркал заднего вида. В противном случае у вас будет ограниченный обзор.

- периодически очищайте налипший под крыльями снег. Он ограничивает угол поворота передних колес и становится серьезной помехой для управления автомобилем.

- соблюдайте большую дистанцию с впереди идущим автомобилем, особенно если у него есть шипы, а у вас нет, поскольку путь торможения с шипованной зимней резиной в полтора раза короче.

- участки со снежными заносами проезжайте сходу на пониженной передаче с равномерной скоростью.

- снижайте скорость, если видите на дороге пешеходов. В непогоду они обычно спешат и бывают недостаточно внимательны.

Рекомендации при снежном накате:

Автолюбителям:

– воздержитесь от поездок на личном автотранспорте;

– будьте осторожны. Не развивайте скорость большую, чем позволяют погодные и дорожные условия.

– проявляйте особую осторожность на перекрестках и пешеходных переходах.

– не выезжайте на дороги на летней резине.

Пешеходам:

Чтобы избежать травм в гололед необходимо:

– подобрать нескользящую обувь с устойчивой, желательно – микропористой или ребристой подошвой. Также можно приобрести специальные съемные подошвы для ходьбы по гололеду.

– во время перемещения по улице не стоит спешить, следует избегать резких движений, постоянно смотреть себе под ноги. Передвигаясь по льду, необходимо наступать на всю подошву.

– держать равновесие с помощью рук. Пожилым людям рекомендуется обзавестись тростью с резиновым наконечником.

**Рекомендации гражданам при усилении ветра**

При усилении ветра рекомендуем ограничить выход из зданий, находиться в помещениях. Важно взять под особый контроль детей и не оставлять их без присмотра.

Если сильный ветер застал Вас на улице, рекомендуем укрыться в подземных переходах или подъездах зданий. Не стоит прятаться от сильного ветра около стен домов, так как с крыш возможно падение шифера и других кровельных материалов. Это же относится к остановкам общественного транспорта, рекламным щитам, деревьям, недостроенным зданиям.

Смертельно опасно при сильном ветре стоять под линией электропередач и подходить к оборвавшимся электропроводам.

Если Вы выехали за пределы населенного пункта, то целесообразно выйти из автомобиля и укрыться в дорожном кювете или ближайшем логу.

В городе надо немедленно покинуть автомобиль, автобус, трамвай и спрятаться в ближайшем убежище, подземном переходе или подвале.

При нахождении в дороге, на открытой местности, лучше всего скрыться в яме, овраге и плотно прижаться к земле.

**При возникновении чрезвычайных ситуаций необходимо звонить по единому телефону спасения «01», сотовая связь «101» со всех мобильных операторов. Также сохраняется возможность осуществить вызов одной экстренной оперативной службы по отдельному номеру любого оператора сотовой связи: это номера 102 (служба полиции), 103 (служба скорой медицинской помощи), 104 (служба газовой сети).**