**Суда абай болыңыз!**

Суға шомылу мезгілі 1 маусымнан басталады. Жыл сайын суда көптеген адамдардың опат болатыны ешкімге де жасырын емес. Опат болудың негізгі себептері – жабдықталмаған жерлерде және мас күйінде суға түсу.
**Суға шомылу кезіндегі ережелер**
- Тек қана суға шомылу үшін бөлінген жағажайлар мен орындарды пайдаланыңыздар.
- Қоршау белгілерінен әрі бармаңыздар, тыйым салынған орындарда суға шомылмаңыздар, моторлы қайықтарға жақын жүзіп бармаңыздар - бұл өміріңізге қауіпті.
- Ата-аналар және балалар мекемелерінің жетекшілері!  Балалардың қадағалаусыз шомылуына жол бермеңіздер!
- Мас күйде суға шомылуға тыйым салынады.

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Суға шомылушыларға кеңес**
- Суға абайлап кіріңіз. Денеңіздің суға бейімделуіне мүмкіндік беріңіз.
- Өзіңізді қалтырауға дейін жеткізбей, 10-15 минутқа дейін ғана шомылыңыз.
- Аяқ-қолыңыз тартылған жағдайда - сасқалақтамаңыз, су бетінде қалуға тырысыңыз және көмекке шақырыңыз.
- Жүзе білмесеңіз, белден жоғары тереңдікке бармаңыз.
- Суға жалғыз шомылмауға тырысыңыз.
- Мас күйде суға шомылуға болмайды.
- Ағысқа түсіп кеткен жағдайда ағысқа қарсы жүзбеңіздер, ағынды жағаға жақындауға пайдаланыңыздар.
- Иірімге түсіп кетсеңіз, үрейге бой алдырмаңыз, терең дем алып, су астына сүңігіңіз де, ағыспен су бетіне шығыңыз.
- Суда тентектіктерге жол бермеңіз. Апат туралы жалған дабыл бермеңіздер. Бір-бірлеріңізден көз жазып қалмаңыздар.
- Қыздырылған күйі суға кіруге және тамақ іше салып суға түсуге болмайды.
- Егер өзіңізді нашар сезінсеңіз, суға шомылуды дереу тоқтатыңыз.
- Үлкен толқындар кезінде шомылмаңыздар және таныс емес орындарда суға секірмеңіздер. Қайықтан, айлақтан және басқа су құрылыстарынан сүңгімеңіздер.
- Жағажай жағалауларымен айдындарын ластамаңыздар. Өзіңізбен үй жануарларын әкелмеңіз.
- Шомылғанда автокөлік доңғалағы камерасың, тақташаны, допты, үрлемелі матрасты т.б. қолданбаңыздар.

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

**Жүзу құралдарын қолданғанда тыйым салынады:**
1. Иесіз және техникалық ақаулы қайықтарды пайдалануға.
2. Құтқару және су төгетін құралдарсыз жүзуге шығуға.
3. Жүзу құралдарын жолаушылар сыйымдылығы мен жүккөтерімділігінен артық жүктеуге.
4. Ішімдік ішкен күйде серуендеуге.
5. Ересектердің қарауынсыз 14 жасқа дейінгі балалардың жеке серуендеуіне.
6. Қайықтың борттарында және алдыңғы герметикалық бөлігінде отыруға.
7. Жүзіп келе жатқанда орын ауыстыруға, сондай-ақ бір қайықтан екінші қайыққа ауысуға.
8. Қайықтан, катамараннан және т.б. тікелей суға түсуге.
9. Жүзу құралдарымен моторлы кемелерге жақындауға.
10. Түнгі уақытта жүзу құрадарын пайдалануға.

Суға батушыға алғашқы көмек көрсету бойынша ұсыныстар

Суға батып бара жатқан адамды көре салысымен бірінші айналадағылардың назарын: -«Адам батып бара жатыр!»,- деп айғайлап аудару қажет. Әрқашанда суға батушыны құтқаруға ересек адам табылады.
Суға батушыны құтқару кезіндегі үш тәсіл:
**Қолтығынан ұстап сүйреу:**
Құтқарушы суға батушыны қол астынан ұстап, шалқасынан жүзе отырып сүйреп шығарады.
**Шашынан сүйреу:**
Суға батушыны бір қолмен шашынан немесе жағасынан ұстап, басын су бетінде ұстауға тырысып, кез келген тәсілмен жүзу.
**Шынтағынан жоғары ұстап сүйреу:**
Суға батушының артынан екі қолынан ұстап артқа қарай тартып, өзі сол (оң) қолын оның қолының астынан арқасына өткізіп, басқа қолынан шынтағынан жоғары ұстап, бір қырымен жүзу.

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Есте сақтаңыз!** **Зардап шегушінің өмірін тыныс алуы тоқтағаннан кейін 6 минуттан кешіктірмей қайтаруға болады.**
Зардап шегушіні судан шығарғаннан кейін:Есте сақтаңыз
Зардап шегушінің басын қисайта бұрып аузын құмнан, лайдан тазартыңыз. Осы әрекеттерге 15 секундтан артық уақыт кетпеуі тиіс.
Зардап шегушінің дем алуын және тамыр соғысын анықтаңыз. Бұлар байқалмаған жағдайда ауызбен дем алдыру қажет. Мойын астына киімді орап төсеп, басын барынша шалқайту керек. Мұрынын қысып тұрып, құтқарушы терең дем алып, зардап шегушінің аузына дем береді. Үрлеу жиілігі минутына 18-20 рет болуы керек.
Жасанды тыныс берумен бір мезгілде жүрек сыртынан массаж жасауға болады. Төс сүйектің жоғарғы үштен бір бөлігіне алақандарын айқастыра қойып минутына 70 рет жиілікпен басады (5 рет басқанда 1 рет ауа үрлеу).

Егер зардап шегушіде жүрек соғысы мен өздігінен тыныс алу пайда болса, оған ес кірді, яғни сіздің әрекетіңіз босқа кеткен жоқ. Жүрек соғысы мен өздігінен тыныс алу пайда болғаннан кейін бірден құтқарылған адамды қайтадан ішіне аударып жатқызу керек және суды шығаруға тырысу қажет.

Нажағай, найзағай. Бұл кейде қауіпті!

Адам өмірі үшін үлкен қауіп төндіретін табиғи апаттардың қатарында нөсерлі жаңбырлар, күшті найзағайлы жаңбырлар соңғы орында емес.
Найзағайлардың қауіптілігі олардың қуаты үлкен токпен сипаталады, оның температурасы 300000 градусқа дейін жетеді, найзағайдың орын ауыстыру жылдамдығы секундына 100 000 километр. Ағашқа найзағай түскен кезде бөлшектеніп  кетеді, тіпті жанып кетуі де мүмкін. ағаштың ішкі ылғалының тез булануынан ішкі жарылу себебінен ағаш бөлшектенеді. Адамға тура түскен найзағай әдетте қайғылы жағдаймен аяқталады. Жыл сайын әлемде найзағайдан 3000-ға жуық  адам қаза болады.
Статистикалық электр қуаты әдетте электр кедергісінің ең кіші жолы бойынша өтеді. Найзағай алдымен биік заттарға түседі (діңгекке, ағашқа және т.б.).
Найзағай кезінде қалай қимылдау керек?
Жарқылдап қатты күркіреген найзағай қауіпті. Мұндай жағдайда тез арада алдын алу сақтық шараларын қолданыңыз.
Егер де Сіз ауылдық жерде болсаңыз: терезелерді, есіктерді, мұржаларды, желдеткіш саңылауларын жабыңыз. Пешті жақпаңыз, өйткені пештің мұржасынан шыққан жоғары температурадағы газда аз кедергі болады. Телефонмен сөйлеспеңіз: кейде найзағай бағандардың арасында тартылған сымдарға түседі. Найзағай ойнап тұрған кезде электр сымдарына, шатырдың суағарларына, антеннаға жақындамаңыз, терезенің жанында тұрмаңыз, теледидарды, радионы және басқа да электрлік тұрмыстық құралдарды сөндіріңіз.
Егер де Сіз қаланың сыртында болсаңыз, найзағай жақындаған кезде ертерек тоқтап қауіпсіз жер іздеңіз. Жеке тұрған ағаштың астында тұрмаңыз! Орманда кезінде орман деңгейінен биік шығып тұрған ағаштардың жанында тұруға болмайды. Қалың бұтақты аласа ағаштардың арасында паналаңыз. Есте сақтау керек, найзағай көбінде еменге, терекке, талшынға, шегіршінге түседі. Кейде – шыршаға, қарағайға, шамшатқа да түседі. Қайыңға, үйеңкіге, қарағанға тіпті сирек түседі. Орманның шетінде және ағаш арасындағы үлкен ашық жерлерде болу қауіпті. Су ағып жатқан жерлерде немесе су айдындарының жанында қалу немесе жүру өте қауіпті.
Таулы жерлерде найзағай жақындаған кезде жоталардан, төбелерден, асулардан, шыңдардан және т.б. жедел түсу қажет. Жеке тұрған ағаштың астында тұрмаңыз! Жүріп келе жатқанда немесе демалу кезінде жартастарға, ілініп тұрған қабырғаларға шығуға немесе босқа сенделіп жүруге болмайды, ілініп тұрған жартастардың астында тығылуға болмайды. Табиғи қуыстарда – жартастағы үңгірлерде тығылуға болады, бірақ қабырғадан екі метрден кем емес қашықтықта.
Ашық жерлерде    найзағайдан құрғақ шұңқырларды, орларды, жыраларды паналап қорғануға болады. Егер олар суға тола бастаса, ол жерден кету керек, құмды және тасты жер қыртысы батпақты жер қыртысынан қауіпсіз екенін естен шығармаған жөн.
Найзағай аумағында жүгіруге, абыржуға болмайды.
Барлық металлдан жасалған заттарды адамдардан 15-20 метр қашықтықта жинап қою керек. Өзіңнің астыңа полиэтиленді, бұтақшаларды, кішкене табандарды, киімдерді, тастарды және т.б. төсеп жер қыртысынан оқшаулану керек.
Аяқтың бастарын біріктіріп, басты бүгілген тізеге түсіріп отыру керек. Сулы дене мен киім найзағайдың түсуіне қауіпті күшейтетінін есте сақтау керек.
Жүзу құралында отырған адам найзағай жақындаған кезде тез арада жағаға ұмтылу керек. Найзағай ойнап тұрған кезде якорьді беру немесе таңдау өте қауіпті, өйткені якорь арқаны найзағай ойнап тұрған кезде электр өткізгішіне айналады.
Күшті найзағай қуаты – әзіл емес. Бұл табиғат құбылысын барлық қарумен қарсы алу қажет. Сондықтан, жоғарыда келтірілген ереже мен қауіпсіздік шараларын әркім білу қажет және оларды шынайы төтенше жағдайларда қолдана білу қажет.

Тұрмыстағы өрт кезіндегі өзін алып жүру ережесі

Өрт-әрқашанда қасірет. Өрт жағдайында қарапайым ережені бәрі біле бермейді. Балалық кезінен таныс- (01 хабарлас) үрейленген кезде ұмытылады. Міне сіздерге қиын жағдайда көмектесетін, бірнеше қарапайым кеңес. Басты ереже-ешуақытта үрейленбеу!
**Пәтердегі өрт**
Егер сізде немесе сіздің көршілеріңізде өрт болса, бірден өрт сөндіру күзетіне  хабарласыңыз. Егер тұрмыстық электрқұралы жанса, егер теледидар болса- бәрінен бұрын  оны тоқтан ажыратыңыз немесе пәтерді элктрқалқанынан суырып тастауға тырысыңыз. Есте сақтаңыз! Ыстық күйіндегі теледидар көптеген улы заттарды өзінен бөледі, сол үшін бөлмеден адамдарды тездетіп шығару керек. Теледидарды кез-келген қалың матамен жабу керек, ауа кіруін тоқтату үшін. Егер осы көмектеспесе, қабырға тесігі арқылы теледидарға су құйыңыз. Осыны орындағанда қырыңмен тұруға тырысыңыз: өйткені кинескоптың жарылуы мүмкін. Барлық терезелер және желкөздердің жабық болуын тексеріңіз, өйткені таза ауа жануға күш береді. Егер басқа электрлік құралдары немесе тоқ жолдары жанса, электр құралдарын немесе ажыратқышты өшіргеннен кейін өрт сөндірушілерді шақырту.
Егер өрт бір бөлмеде болса, жанған бөлменің есігін жабуды ұмытпаңыз- ол өрттің барлық пәтерге және саты алаңына жайылуына жол бермеңіз. Есікті су матамен нығыздаңыз, өйткені басқа бөлмелерге түтін кірмес үшін. Қатты түтін болған кеңістікте еңбектеп немесе бүктеліп қозғалу керек.
Егер сіз жанған нәрсені өз күшіңізбен жою мүмкін болмаса, тез арада бұл жерді босатыңыз. Құжат ақшаларыңызды алып,кіретін есік арқылы пәтерді босатыңыз. Егер шығатын есік жолын түтін алған болса- балкон арқылы құтқарылыңыз. Ыстық пәтерде ең қауіпті жер- қылтима немесе терезенің жаны орынды. Осы жерде өрт сөндірушілер сізді тез табады! Бірақта егер далада суық болса жылы киініңіз. Балкон есігін абайлап ашыңыз себебі, таза ауа өрт жалынын күшейтуі мүмкін. Өзіңізден кейін қылтима есігін нығыздап жабуды ұмытпаңыз.
Көрші қабатқа көршілес балкон арқылы жылжуға тырысыңыз. Есте сақтаңыз: ең қауіптісі арқан, ақжайма және су құбырлары бойынша тусу. Осыған қарай төмен қарай секіруге болмайды!
Құтқарылудың тағы бір жолы-терезе арқылы. Бөлме есіктерін шүперекпен нығыздаңыз. Сіздің көмекке шақырғаныңыз туралы естігендеріне сенімді болсаңыз, кай жерде түтін аз еденге жатыңыз. Осы жағдайда жарты сағаттай шыдап тұруыңыз мүмкін.
Жалын түтіні төменен жоғары карай  таралады, жоғарғы қабаттағы тұрғындар осы кезде абай болуы қажет.
Егер сіз кірме жолда кездейсоқ қалсаңыз, шығу жолына қабырғаны ұстанып  жылжыңыз. Биік үйде болсаңыз, жалын арқылы төменге қарай жүгірмеңіз, ғимарат шатырына шығып құтылуды ұмытпаңыз және де өрт сатыларын пайдалануды ұмытпаңыз. Өрт кезінде лифті қолдану рұқсат етілмейді- оны кез –келген уақытта өшіріп тастауы мүмкін. Сіз өзіңізді келеңсіз жағдайға кіргізесіз, сондай-ақ ыстық қабаттарың арасымен лифте «тұрыпқалып» газ иісінен улануыңыз мүмкін. Кірме жолдан көшеге шыққанда, демді жібермей іште ұстаңыз, оданда жақсысы- мұрынды және ауызды шарфпен немесе орамалмен сақтаңыз.
**Ас үйдегі немесе балкондағы өрт**
Ас үйде немесе балконда масштабтық жану жиірек болады. Бұдан қалай сақтану керек? Есте сақтаңыз ас үйде және балконда тез жанатын тұтағыш заттар мен әр-түрлі шүперектерді сақтау қауіпті. Абайсызда ұшқан темекі тұқылы қатты өрттің себебі болуы мүмкін! Сондай-ақ ас үйіндегі- перде пешке жақын ілінсе, жел арқылы жанып кетуі мүмкін. Осы үшін ас үйді және балконды керек емес заттармен басқа құралдармен, жалынға әкеліп соғатын «азықтармен» үйіп тастауға болмайды. Не істеу керек?
Егер май жанса (қазанда немесе табаданда), электртоғын және газ беруін жабыңыз.  Қазанды немесе табаданды қақпақпен, дымқыл шүперекпен жалынды басу үшін жабыңыз, осылай тұрып май салқындасын- өйткені от қайтадан лап етуі мүмкін. Қалың мата шүперегі (осындай ас үйде болуы керек) қолыңызға орап алыңыз оттан сақтану үшін. Ыстық майлар, еденге неменесе қабырғаға түссе кез-келген кір жуатын порошокты пайдаланып отқа себіңіз (өрт сөндіру порошогы ретінде). Пеш қызып кетсе біріншіден өшіру керек, содан соң шиыршығын дымқыл шүперекпен жабу керек. Балкондағы барлық құралдарды қалың қаптама ішінде немесе металл жәшіктерде сақтау керек. Сондай-ақ өрт сөндірушілер балконда шелекпен құм тұру керектінін айтады.
**Ауладағы өрт**
Аулада ескі жиһазды, қоқыс, теректің мамығын жақпаңыз. Егер керексіз заттарды және түскен жапырақтарды апарып жағуға келмесе, өрт сөндіргіштерді, құм және суғаратын құбыршектерін  дайындап алып арнайы жерде жағыңыз. Есте сақтаңыз: Бұл жер ашық және шөптен тазартылған болуы керек!
Жану орын алса бірден өрт сөндіру күзетін болған жағдайға хабарласып шақыртыңыз. Барлық көршілермен өрт ошағын жойуды тырысыңыз, оттың ағаш құрылыстарына және автокөліктерге жетуіне жол бермеңіз. Автокөліктердің иесі болмаса көліктерді басқа қауіпсіз орынға жылжытуға тырысыңыз және салқындап тұру үшін сумен құйыңыз бактардың жарылуын болдырмау үшін.
Өшіру үшін суғаратын құбыршектерді, шелекпен су, құм және өрт сөндіргіштерді пайдаланыңыз, бірак та есте сақтаңыз ыстық көмірді және жанатын сұйықтықты сумен құю- нәтижесіз. Балаларды оттан алыс әкетіңіздер, өз қауіпсіздігңіз туралы ұмытпаңыз. Өрт сөндіруші көліктері аулаға кіру үшін жолдарды босатыңыздар.

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |