

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ, ЕСЛИ ГРОЗА



### ЧТО ДЕЛАТЬ в доме



оставайтесь  
в помещении



плотно закройте окна,  
дымоходы, чтобы  
не было сквозняков



отключите  
электроприборы



отойдите от окна,  
камина, печи

### ЧТО ДЕЛАТЬ на улице



ищите укрытие (дом, подъезд)



если гроза застала вас на водоеме,  
выйдите из воды, отойдите  
подальше от берега

### ЗАПРЕЩАЕТСЯ



купаться,  
рыбачить,  
кататься  
на лодке



бегать,  
ездить на  
велосипеде,  
мопед,  
мотоцикле



топить  
печь



находиться  
под высоки-  
ми, одиноко  
стоящими  
деревьями



находиться  
вблизи  
линий  
электропе-  
редачи,  
рекламных  
щитов



разгова-  
ривать по  
мобилю-  
ному  
телефону



МИНИСТЕРСТВО ПО ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ  
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

РПЦ «Белгосинформсервис» филиал «Белгосинформсервис». С. № 47. Р/0001/10.11.12 от 24.01.2014.  
Отпечатано с оригинал-макета заказчика в ЦОД «Белгосинформсервис». Тираж: 100 000 экз. Заказ №

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ В ЖАРУ



**ВАЖНО!**

Пейте больше  
жидкости – 1,5 – 3 л  
в день (минеральную  
воду, морсы, соки,  
зеленый чай, воду  
с лимоном)

### РЕКОМЕНДАЦИИ



надевайте головной  
убор, одежду из нату-  
ральных тканей,  
открытую обувь



откажитесь от спирт-  
ных напитков  
и меньше курите



употребляйте в пищу  
овощи, фрукты



держитесь в тени,  
периодически захо-  
дите в помещения  
с кондиционером



уменьшите физи-  
ческую нагрузку

### Что делать, если рядом с вами человек потерял сознание



вызвать скорую  
помощь (по телефо-  
ну 103)



тело обтереть холодной водой  
или обернуть влажной простыней



перенести пострадавшего  
в тень или прохладное  
помещение



приложить холодный компресс  
к голове



снять одежду,  
ослабить пояс



напоить пострадавшего  
холодной водой



МИНИСТЕРСТВО ПО ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ  
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

РПТ «Белгосаэроэксплуатация» филиал «Белгосаэроэксплуатация». С/зав № 7508/РПТ № 1112 от 24.01.2014.  
Сопоставлен с белорусским стандартом в ЕНГОТ «Безопасность населения». Ряз. № 1223/01/09 от 27.05.14. Терек. 10-000-000. Минск 19.



## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДОЕМАХ

### РЕКОМЕНДАЦИИ



купайтесь утром  
или вечером



заходите в воду  
постепенно



плавайте вдоль  
берега или по направлению  
к нему



### ЧТО ДЕЛАТЬ, если вы стали тонуть



сохраняйте спокойствие



широко раскиньте руки и ноги



не выдыхайте полностью —  
в легких должен  
остаться воздух



загребайте воду под себя  
руками, плывите к берегу

### ВАЖНО!

Купайтесь  
в специально  
отведенных  
местах

### ЗАПРЕЩАЕТСЯ



заходить в воду в состоянии  
алкогольного опьянения



оставлять детей  
у воды без присмотра



цепляться за лодки  
и сидеть на борту



прыгать в воду с лодок,  
катеров, причалов



нырять в незнакомых  
местах



плавать на надувных  
матрацах  
и автокамерах



заплывать за буйки



подавать ложные сигналы  
о помощи



МИНИСТЕРСТВО ПО ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ  
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

МНТ - информационно-спасательный центр МЧС Республики Беларусь. Контактный телефон: 112. Сайт: 112.by. Адрес: 220000, Минск, Беларусь.

