

## ПАМЯТКА ДЛЯ ТУРИСТОВ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

**Перед началом путешествий проверьте наличие следующих документов:**

- Паспорт
- Билеты (авиа, жд, автобусные и тп)
- Страховой полис
- Свидетельство о рождении, если с вами летит ребёнок

Перед поездкой рекомендуем заключить договор медицинского страхования и страхования от несчастного случая на время пребывания на маршруте. В случае отказа от приобретения страхового полиса расходы, возникшие в результате несчастного случая или внезапно наступившего заболевания, вы несете самостоятельно. Медицинская помощь оказывается в соответствии с законом о медицинском страховании. При этом расходы по экстренной транспортировке к медицинскому учреждению вам придётся полностью возместить самостоятельно.

### **Общие требования безопасности в туристических походах, экскурсиях, экспедициях, прогулках**

Путешествие всегда должно начинаться с подготовки, причем задолго до самого путешествия. Перед тем, как отправиться в путешествие, нужно вспомнить несколько главных правил безопасности.

К прогулкам, туристским походам, экскурсиям и экспедициям допускаются туристы, прошедшие инструктаж и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Очень важно понимать, что отправляться в путешествие можно только в том случае, если вы хорошо себя чувствуете – ничего не болит и не беспокоит, т.к. иначе вы подвергаете своё здоровье, а может быть, и жизнь излишней опасности.

При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций необходимо соблюдать правила поведения, установленные режимы передвижения и отдыха.

При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы;
- потертости ног при неправильном подборе обуви;
- травмирование ног при передвижении без обуви, а также без брюк или чулок;
- укусы ядовитыми животными, пресмыкающимися и насекомыми;
- отравления ядовитыми растениями, плодами и грибами;
- заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов.

При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом руководителю группы, гида, инструктору, сопровождающему.

Туристы должны соблюдать установленный порядок проведения прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции и правила личной гигиены.

### **Требования безопасности перед проведением прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции**

Турист должен пройти соответствующую подготовку, инструктаж, оценить состояние здоровья, предупредить руководителя группы, гида, инструктора, сопровождающего о текущих или хронических заболеваниях, медицинских противопоказаниях. Туристам, состояние здоровья которых требует регулярный прием лекарственных препаратов, должны заблаговременно обеспечить себя ими на все время следования по маршруту.

### **Личная аптечка**

Руководствуйтесь индивидуальным подходом. В дополнение к универсальному набору возьмите медикаменты с расчетом на ваши и вашего ребенка индивидуальные особенности, хронические заболевания. При выборе конкретных препаратов для аптечки берите те, которые применяли ранее и которые назначил вам врач.

Что обязательно должно быть в аптечке: обезболивающие; жаропонижающие; антиаллергены; препараты против расстройства пищеварительной системы; противогрибковые; антисептики наружного действия; влагостойкий пластырь; репелленты; средства для обработки порезов и ушибов, перевязочный материалы.

Дополнительно можете взять сердечно-сосудистые и успокоительные препараты, солнцезащитные средства и средства при солнечных ожогах, крем для снятия отёчности ног, средства от «морской болезни», мазь от потёртостей и опрелости.

Аптечка не займёт много места, а вот её отсутствие в экстренной ситуации может привести к непоправимым последствиям.

### **Одежда**

Сверьтесь с прогнозом погоды на даты путешествия. Узнайте про особенности климата. Наденьте удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде. Для предотвращения травм и укусов ног надеть брюки или чулки. Одежда должна быть удобной и практичной. Особое внимание уделите обуви. Помните, кроссовки для спортзала, а не для походов.

### **Требования безопасности во время прогулки, туристского похода, экскурсии, экспедиции**

Уважительное, бережное отношение к природе, тактичное поведение по отношению к местным жителям - одно из главных правил поведения туристов.

Турист должен соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителю прогулки, туристского похода, экскурсии или экспедиции, самостоятельно не изменять установленный маршрут движения и место расположения группы.

### **Погода**

Для предупреждения перегрева и теплового удара не следует надевать неоправданно теплую, не обеспечивающую вентиляцию и не впитывающую пот при передвижении одежду. Использовать тень и продуваемые ветром места; чаще в жаркое время дня делать отдых у воды, не выходить на маршрут сразу же после приема пищи. Для предотвращения солнечного удара и ожога носить головной убор светлых тонов, солнцезащитные очки и футболку с длинными рукавами, запрещается сон на солнце.

При ветреной и пыльной погоде надо надевать защитные очки для предупреждения засорения глаз.

Если гроза застигла в лесу, не следует прятаться под высокие деревья. Особенно опасны отдельно стоящие дуб, тополь, ель сосна. Находясь в грозу на открытом месте, лучше лечь или присесть в сухую яму, канаву; на глинистой почве, вблизи водоносных слоев и на возвышенных точках рельефа в грозу опаснее, чем на каменистых или песчаных участках. Поражению может способствовать мокрое тело, сырая одежда. Поэтому при грозе следует быстро поставить палатки, лечь в них переодевшись в сухое, и без крайней необходимости не подниматься. Металлические предметы /посуда, топоры, лопаты/ отнести на несколько метров от лагеря.

### **Костер**

Во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводить костры. Если костер необходим:

- Запрещено бросать горящие спички и оставлять костер без присмотра.
- Разбивать лагерь и разводить костер разрешается только в специально оборудованных для этого местах.

Неосторожное обращение с костром, походной кухней, опрокидывание посуды с горячей пищей и обваривание кипятком или паром – частые причины травм в походах. Для предотвращения ожогов надо руководствоваться следующими правилами: дежурные у костра должны иметь длинные брюки, обувь и перчатки; костровые рогульки; горячую пищу следует ставить только в то место, где на нее не могут наступить люди; у костра следует пользоваться длинными поварешками; надо избегать искристых дров \дуб, сосна/; не допускать игр и развлечений с костром. Для заготовки дров необходимо идти в лес без топора, собирать валежник и быть осторожным при обламывании сухих веток, чтобы не упасть и не травмировать руки, глаза; при необходимости работы с пилой и топором необходимо иметь перчатки и обувь; обрубая ветки с лежащего дерева необходимо находиться по другую сторону ствола; при раскалывании ствола необходимо широко расставлять ноги; нельзя при раскалывании становиться одной ногой на бревно или поддерживать его другой рукой во избежание травмы при неточном ударе или соскальзывании топора. Еще в начале похода следует объяснить детям, что разрешено в отношении костра, а что запрещено и почему. Помогать разжигать костер – можно и нужно. Подкладывать хворост в костер – можно, вынимать из костра ветки и размахивать зажженным кончиком – нельзя, чтобы случайно не попасть в лицо товарищу.

Чтобы избежать ожогов, не разрешайте младшим детям самостоятельно наливать себе горячий чай. Детей лучше приглашать к столу, когда суп (каша) в мисках уже достаточно остыли.

### **Растения**

Не пробовать на вкус какие-либо растения, плоды и грибы. Необходимо знать по определителям наиболее опасные растения, встречающиеся в данной местности по маршруту. Еще опаснее пробовать на вкус ягоды красивого растения вороний глаз, ярко красные плоды волчьего лыка, красно--оранжевые горошинки ландыша, синевато-черные ягоды купены /соломоновой печати/, плоды белены, болиголова, чемерицы, наперстянки. Из ядовитых грибов наиболее известны поганки, чей яд почти немедленно вызывает удушье, судороги, белую горячку, и мухоморы. Кроме того, много “ маскирующихся “ ядовитых грибов: ложные опята, двойники боровиков - желтые и сатанинские грибы, ложные валуи и т.п. Некоторые съедобные грибы сморчковые, млечники, некоторые сыроежки при неправильном приготовлении также вызывают отравление организма. Поэтому необходимо внимательно изучить внешние признаки съедобных и ядовитых грибов и исключить случаи отравления.

### **Животный мир**

Не трогать руками ядовитых и опасных животных, пресмыкающихся, насекомых, растений и грибов, а также колючих растений и кустарников.

При случайной встрече с крупным зверем нужно дать ему возможность скрыться. Крупные хищники встречаются довольно редко: звери чуют человека задолго до того, как он может их увидеть и, за редким исключением, всегда стараются уйти с дороги. Но если потревожить животное, преследовать его или ранить, оно может стать опасным.

Чтобы предупредить встречу с ядовитой змеей, следует знать их внешний вид и условия место обитания и образ жизни. Змеи обитают в заболоченных лесах, около заросших озер и прудов. Ведя ночной образ жизни, днем они прячутся под камнями, в старых пнях, под копнами или стволами деревьев. Поэтому эти предметы лучше не трогать рукой, а пользоваться палкой. Внимательным надо быть в заброшенных карьерах, среди каменных руин, в развалившейся избушке – змеи иногда селятся на местах, оставленных человеком. Змеи любят греться на тропе, на каменных плитах, пнях. Внезапное появление человека может помешать им скрыться и вынудить к нападению. Необходимо изучить расцветки змей, их отличительные особенности, чтобы распознавать ядовитых.

### **Санитарно-гигиенические правила**

В путешествии/походе необходимо строго соблюдать санитарно-гигиенические правила и немедленно ставить в известность руководителя маршрута о недомогании или получении травмы, даже незначительной.

Во избежание заражения желудочно-кишечными заболеваниями не пить воду из открытых непроверенных водоемов, использовать для этого питьевую воду из фляжки, бутилированную, которую необходимо брать с собой. Либо использовать только прокипяченную воду. Для предотвращения пищевых отравлений необходимо внимательно относиться к приготовлению сухого пайка, не брать с собой быстро портящиеся продукты / вареную колбасу, курицу в полиэтиленовом пакете и т.д./ и консервы с просроченной датой употребления или с признаками “ бомбажа “ вздутия крышки или дна.

Соблюдать правила личной гигиены, тщательно мыть руки, приготавливать пищу при соблюдении элементарных гигиенических требований.

### **Передвижение**

При передвижении не снимать обувь и не ходить босиком. На маршруте необходимо соблюдать правила дорожного движения и поведения в пассажирском транспорте. Если участок маршрута проходит вдоль трассы, необходимо идти по левой стороне, чтобы видеть встречный транспорт и вовремя принять предупредительные меры. Особенно внимательным надо быть на дороге в период сельскохозяйственных работ, когда движение особенно интенсивно и много специализированных машин и тракторов с широкозахватными подвесками для сельскохозяйственных работ.

Запрещено переходить реку вброд босиком.

Строго запрещается купаться в водоемах, а также в местах быстрого течения, прыгать в воду в неизвестных местах.

Чрезмерная усталость значительно снижает концентрацию внимания и ухудшает координацию. Не допускайте переутомления, своевременно устраивайте привал и пейте больше воды, чтобы предотвратить обезвоживание.

Не распивайте спиртных напитков в путешествии. В состоянии алкогольного опьянения человек становится невнимательными, неловкими и даже неадекватно воспринимающими реальность. А в условиях дикой природы всё вышперечисленное может стоить жизни.

Исполняйте все распоряжения руководителя группы, гида, инструктора, сопровождающего, немедленно сообщайте инструктору о любой замеченной опасности и о малейших признаках заболевания. Строго соблюдайте правила страховки.

Будьте внимательны к себе и окружающим. Проявляйте должную осторожность и осмотрительность. Адекватно оценивайте свое состояние, физические способности и возможности.

Необходимо своевременно информировать руководителя группы, гида, инструктора, сопровождающего об ухудшении состояния здоровья или травмах.

При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, сообщить руководителю группы, гида, инструктору, сопровождающему.

### **Требования к туристу во время автобусной экскурсии**

Во время автобусной экскурсии турист обязан соблюдать программу поведения и установленный порядок автобусной экскурсии.

Экскурсанты должны занять свои места и пристегнуть свои ремни безопасности, если они имеются.

Необходимо соблюдать правила приличия и общепринятые нормы поведения.

Во время движения в автотранспорте строго запрещается:

- вставать и перемещаться по салону
- открывать окна и вентиляционные люки без разрешения водителя, высовывать голову, руки, ноги и прочие части тела в окна и форточки
- отвлекать внимание водителя действиями и разговорами
- размещать ручную кладь в проходе салона и около дверей автобуса, перевозить багаж на сидениях

- пить спиртное
- провозить огнеопасные, взрывчатые и ядовитые вещества

Выходить из автобуса разрешается только после полной остановки автобуса, по команде экскурсовода, спокойно, не торопясь и не толкаясь.

Во время путешествия туристы должны:

- соблюдать санитарно-гигиенические правила
- поддерживать в салоне автобуса чистоту и порядок
- во время стоянок выносить накопившийся мусор
- соблюдать правила приличия и общепринятые нормы поведения

По окончании экскурсии не оставлять свои вещи в автобусе, убрать за собой весь мусор.

При возникновении аварийных ситуаций (технической поломки, пожара и т. п.) по указанию водителя и сопровождающего учащиеся должны быстро, без паники покинуть автобус.

### **Требования к туристу во время посещения музеев и экспозиций**

На территории музейного комплекса необходимо соблюдать тишину и общественный порядок.

Запрещается сорить, наносить любые надписи и рисунки на объекты, и экспонаты музея.

Запрещена любая деятельность, угрожающая сохранности объектов и экспонатов музейного комплекса и окружающей среды.

В здании музея запрещается:

- трогать руками полотна, стеклянные поверхности стендов, шкафов и витрин, прислоняться к ним
- проносить огнестрельное и холодное оружие, колющие и режущие предметы, а также взрывоопасные, огнеопасные, легковоспламеняющиеся предметы, отравляющие и едкие вещества

### **Инструкция по технике безопасности при пользовании автомобилем или автобусом**

- при движении транспортного средства запрещается вставать или ходить по салону;
- не отвлекайте водителя от управления транспортным средством;
- не выходите из транспорта на ходу, дождитесь полной его остановки;
- не курите в салоне;

### **Инструкция по технике безопасности при пользовании вертолетом**

Вертолет является источником повышенной опасности. Поэтому при пользовании услугами вертолета в целях безопасности для жизни людей, сохранения материальной части необходимо соблюдать следующие меры безопасности:

#### **На земле**

- не приближайтесь к вертолету до полной остановки вращения лопастей несущего и

хвостового винта, так же запрещается выходить из вертолета до полной остановки винтов;

- не производить посадку в вертолет и загрузку в него без разрешения бортмеханика или другого члена экипажа;
- Категорически запрещается приближаться к вертолету и уходить от него со стороны хвостового винта.

### **В воздухе**

- не курите в вертолете, как в воздухе, так и на земле;
- передвижение людей и груза по вертолету во время полета запрещается;
- в полете не подходите к дверям во избежание их открытия, это грозит безопасности пассажиров.

### **Инструкция по пользованию вахтовыми автомобилями на туристических маршрутах**

- в салоне вахтовой машины необходимо соблюдать чистоту и порядок, бережно относиться к оборудованию машины;
- при необходимости через переговорное устройство немедленно известите водителя машины о технической неисправности, неполадках в салоне;
- не ходите по салону во время движения вахтовой машины;
- воздерживайтесь от курения и употребления спиртных напитков в вахтовой машине;
- не выбрасывайте предметы (бумаги, остатки пищи и пр.) из окон вахтовой машины;
- занимайте места только в пассажирском салоне. Находиться в водительской кабине во время движения вахтовой машины строго запрещено.
- воздерживайтесь от требования остановки или изменения маршрута вахтовой машины за исключением случаев, связанных с состоянием здоровья туристов.
- за повреждения вахтовой машины или ее оборудования виновные несут материальную ответственность.

### **Правила поведения на территории базовых лагерей и на маршруте следования**

- не покидайте территорию базового лагеря, не поставив в известность начальника лагеря или старшего гида-проводника;
- соблюдайте режим дня в соответствии с программой тура;
- не засоряйте территорию базового лагеря и не сорите на маршруте. Мусор выбрасывать в специально отведенных местах.
- не заходите на территорию служебных помещений;
- на маршруте выполняйте требования гида-проводника. В случае отклонения от маршрута и неподчинения гиду-проводнику, вам будет предложено заполнить расписку о том, что с гида снимается ответственность за жизнь и здоровье туриста.
- в случае невозможности продолжения движения по маршруту, поставьте в известность

руководителя группы и гида-проводника;

- на остановках на маршруте не отходите от группы в одиночку;
- если экипировка туриста не соответствует погодным условиям на маршруте, гид имеет право запретить туристу выход на маршрут;
- при возникновении каких-либо вопросов обращайтесь к гиду-проводнику или начальнику лагеря.
- при недомогании немедленно поставьте в известность начальника лагеря или гида-проводника;
- в соответствии с правилами противопожарной безопасности запрещается курить в домиках базовых лагерей. Костры можно разжигать только в отведенных для этого местах (на территории лагерей имеются костровища), предварительно поставив в известность начальника лагеря или гида;
- в соответствии с правилами безопасности приготовление пищи в домиках базовых лагерей строго запрещено (приготовление горячей пищи разрешается только на кострах, в отведенных для этого местах).

### **Правила поведения в заповедниках и на особо охраняемых территориях**

- Все экскурсии и наблюдения проводятся только в составе группы и обязательном сопровождении сотрудника Заповедника и гида-экскурсовода.
- Наблюдение и фотографирование птиц и зверей осуществляются с отдельных стационарных точек, согласованных с госинспектором Заповедника.
- Запрещается заготавливать дрова в окрестностях лагеря или по маршруту. Дрова должны быть завезены заранее.
- Экскурсантам запрещается брать с собой собак.
- Бытовой мусор и пищевые остатки собираются в специальный контейнер в базовом лагере и в дальнейшем вывозятся с территории.
- Запрещается проводить наблюдения у птичьих гнезд в дождливую и холодную погоду, а также с расстояния ближе 50 м.
- Запрещено целенаправленно преследовать животных, в том числе с целью наблюдений и фотографирования.

### **Инструкция безопасности на активных маршрутах**

#### **Общие положения**

- Выполняйте все требования гида-проводника по обеспечению безопасности на маршруте;
- будьте осторожны при движении по труднопроходимым участкам местности, при преодолении бродов рек и ручьев;
- не отлучайтесь от группы без разрешения гида, находитесь в пределах видимости других



участников путешествия;

- соблюдайте меры предосторожности вблизи открытого огня (костер, примус, газовая горелка);
- без разрешения гида-проводника не пейте воду из открытых водоемов;
- не употребляйте в пищу незнакомые грибы, ягоды и прочие растения;
- внимательно следите за своим физическим состоянием, соблюдайте санитарные нормы и личную гигиену; при малейшем недомогании немедленно сообщите об этом гиду-проводнику;

### **Пешим порядком**

- поддерживайте дистанцию между участниками в зоне прямой видимости;
- идите по тропе по одному, не отставая и не забегая вперед;
- помните об идущем сзади: придерживайте ветки и предупреждайте о препятствиях;
- не курите во время движения;
- при движении через заросли крапивы и борщевика во избежание ожогов идите одетыми в брюки и рубашку (футболку) с длинным рукавом;
- при движении на термальных площадках следуйте строго за гидом-проводником по одному, ни в коем случае не сходите с тропы, останавливайтесь только в указанном месте;
- самостоятельный осмотр и одиночное пребывание на термальных площадках недопустимо.

### **При преодолении водных преград и купании в горячих источниках**

- не устраивайте переправ без разрешения гида-проводника;
- переправу вброд осуществляйте только в обуви; при переправе по камням не прыгайте – переступайте осторожно с камня на камень;
- при переправе вброд обязательно расстегните поясной ремень рюкзака и ослабьте лямки;
- не купайтесь в горячих источниках сразу после еды, а также после приема алкоголя;
- не допускайте длительного купания в горячих источниках, опасайтесь перегрева;
- не купайтесь в горячих источниках в ночное время и в одиночку, а также в необорудованных для этого водоемах и реках.
- имейте в виду, что не рекомендуется продолжительное пребывание в бассейнах с термальной водой. Оптимальное время 5-10 минут. Если Вы себя плохо чувствуете, покиньте бассейн и немедленно обратитесь к Вашему гиду. Так же, не рекомендуется нырять в горячей термальной воде;
- при купании в облагороженных горячих источниках и на базах отдыха сдавайте документы, деньги и ценные вещи администраторам; не забывайте закрывать на ключ шкафчик для одежды; покидая бассейн, проверьте, не забыли ли Вы свои личные вещи.

### **При сплаве**

Отправляясь в водный поход, человек должен уметь плавать, не бояться воды и знать приёмы спасения утопающих.

- перед посадкой на плавсредство, наденьте спасательный жилет, подгоните его по длине и застегните;
- осуществляйте посадку на судно, после того как будет получено соответствующее разрешение от гида-проводника и на указанное им место;
- во время сплава не передвигайтесь по судну без необходимости;
- при прохождении порогов, сливов, шивер и пр. водных препятствий внимательно слушайте команды гида и держитесь за плавсредство;
- не создавайте ситуаций, мешающих gidу управлять судном;

### **При встрече с медведем**

- в большинстве случаев медведь старается первым уйти от человека и проявляет агрессию, как правило, лишь при защите добычи или потомства;
- не рекомендуется убегать, проявлять агрессивность, рекомендуется уйти незамеченным;
- рекомендуется отпугивать медведя шумом: лязганьем металла, свистом, фальшфейером, выстрелом вверх, огнем;
- чтобы казаться больше размером, поднимите вверх руки, желательно с рюкзаком, при этом слегка раскачиваясь, у медведя слабое зрение, а с соперником больше себя он, как правило, не связывается;
- если животное ревом предупреждает издали, что Вы зашли на его территорию, то немедленно вернитесь обратно;
- от бурого медведя можно укрыться на дереве, т.к. он не лазает по деревьям;
- особенно опасна медведица с медвежонком, если Вы увидели одинокого медвежонка, немедленно вернитесь обратно, т.к. медведица где-то рядом;
- если во время рыбалки к вам приближается медведь, прекратите ловлю. Если на леске рыба, не допускайте, чтобы она плескалась. Если это невозможно, обрежьте леску, т.к. если медведь поймет, что может получить рыбу, только приблизившись к рыбаку, он вернется опять.

### **В горах**

- в горах следует иметь в виду, что резкий крик, выстрел, запуск ракеты, громкое пение могут вызвать обвал, лавину, камнепад;
- подниматься по осыпям и крутым травяным склонам нужно на максимально близком друг к другу расстоянии и серпантином;
- не рекомендуется заходить в ледниковые гроты на «языке» ледника, спускаться в ледовые трещины;
- если лавина сорвалась достаточно высоко, ускоренным шагом или бегом уходите с пути лавины в безопасное место или укройтесь за выступом скалы, в выемке (нельзя прятаться за молодыми деревьями).

Чтобы не растеряться и грамотно оказать первую помощь, важно соблюдать следующую последовательность действий:

- Обеспечить безопасность себе, пострадавшему и окружающим.
- Проверить наличие пострадавшего признаков жизни (пульс, дыхание, реакция зрачков на свет) и сознания.
- Вызвать специалистов
- Оказать неотложную первую помощь.
- Обеспечить пострадавшему физический и психологический комфорт, дождаться прибытия специалистов.

### **Раны**

- посадить или положить раненого
- освободить от одежды
- осмотреть рану

### **Если кровотечение**

- промыть рану перекисью водорода или чистой водой
- кожу вокруг раны смазать йодом или спиртом
- наложить на рану стерильную марлевую салфетку или сложенный бинт

### **Вывихи**

- обездвижить движение в районе вывиха, не меняя ее положение
- дать обезболивающее

### **Перелом**

- обездвижить поврежденную конечность, укрепив два ближайших сустава
- дать обезболивающее и воды.

Открытый перелом очень опасный и требует срочного вмешательства врача. Первое что надо сделать до того, как обездвижить конечность надо наложить тугую повязку, для того чтобы остановить кровотечение.

### **Потеря сознания**

- Положить потерпевшего на спину, горизонтально с немного поднятыми ногами
- Расстегнуть воротник или освободить от одежды что мешает.
- Обеспечить доступ свежего воздуха
- Обтереть лицо, шею платком смоченной холодной водой

Если произошло на улице, перенесите в прохладное место, а если в помещении откройте окна.

### **Ожоги**

- Вывести потерпевшего из зоны поражения, если горит одежда, потушите
- Быстро охладите участок поражения холодной водой, охлаждайте 15-30 минут, химический ожог охлаждайте проточной водой
- Снять одежду, а лучше разрезать, если есть участки, где одежда прилипла к коже, обрезаем ее

по краям и оставляем

- Дать обезболивающее
- Сделать перевязку, но не тугую, только чтобы не попала грязь
- Обездвижить поврежденную поверхность
- Дать много сладкого чая или подсоленной воды.

#### **Утопление**

- Проверить наличие пульса
- Удалить изо рта и носа грязь и песок
- Приступить к проведению искусственного дыхания.
- При появлении воды во рту положить на живот, затем обеими руками приподнять и потрясти для того, чтобы из желудка и дыхательных путей вылилась вода.

#### **Меры предосторожности в экстремальных ситуациях**

В случае дорожно-транспортного происшествия с пострадавшими сообщить о происшествии в медицинское учреждение, органы ГИБДД, принять меры к эвакуации экскурсантов с мест ДТП, и при необходимости, доставке пострадавших в лечебное учреждение.

#### **Возникновение пожара во время экскурсии**

Порядок спасения при пожаре из помещения:

- для защиты органов дыхания использовать подручные средства, смоченные водой. Дышать через смоченный платок, закрыв им рот и нос
- выходить из зоны сильного задымления, прижавшись к полу
- при сильном задымлении и плохой видимости перемещайтесь по правой стороне коридора или лестницы

Порядок спасения при пожаре в автобусе:

- немедленно сообщить о пожаре водителю, потребовать остановиться и открыть двери (используется кнопка аварийного открывания дверей). Использовать для ликвидации очага горения огнетушитель, другие подручные средства (пальто, стиральный порошок, землю);
- как можно быстрее и без паники покинуть салон, помогая тем, кто слаб или в шоке;
- при блокировании дверей использовать для эвакуации аварийные люки в крыше и боковые стекла. При необходимости выбить стекла обеими ногами или твердым предметом;
- покидать салон быстро, закрывая нос и рот платком или рукавом, так как в любом виде транспорта при горении выделяются токсичные вещества;
- если есть раненые, вызвать скорую помощь, либо доставить пострадавших в медицинское учреждение, воспользовавшись помощью других водителей.