

О направлении текста  
для оповещения и информирования населения

В связи с полученным Штормовым предупреждением об опасном метеорологическом явлении погоды (ОЯ) на территории Оренбургской области в период с 05.12.2020 по 09.12.2020, направляю в Ваш адрес для размещения на официальных сайтах МО текст сообщения для оповещения и информирования населения в Ваших муниципальных образованиях.

**Внимание! По данным Оренбургского центра по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды (ФГБУ «Приволжское УГМС») в период с 05.12.2020 по 09.12.2020 местами по Оренбургской области сохранится аномально-холодная погода с отклонением среднесуточной температуры воздуха ниже климатической нормы на 9° и более.**

#### **Рекомендации для населения при понижении температуры**

В связи с понижением температуры воздуха возрастает вероятность возникновения техногенных пожаров по причине нарушения 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.

Спасатели подчеркивают: легче не попадать в неприятные ситуации вовсе, нежели потом бороться с их последствиями.

**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).**

**Телефон доверия ГУ МЧС России по Оренбургской области: 8(3532) 308-999.**

Заместитель начальника центра  
(старший оперативный дежурный)  
ЦУКС Главного управления МЧС России  
по Оренбургской области  
полковник внутренней службы



С.В. Кавунник