

Главам муниципальных  
образований Оренбургской  
области

О направлении текста  
для оповещения и информирования  
населения

В связи с полученным предупреждением о неблагоприятном явлении погоды на территории Оренбургской области на 15 июля 2020 года, 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») днём 15.07.2020г. в большинстве районов области ожидается максимальная температура воздуха +31+39°, местами ожидаются: усиление ветра порывы 15-18 м/с, гроза.

**Рекомендации гражданам при жаркой погоде.**

Поддерживайте прохладную температуру воздуха дома. Днём закрывайте окна и ставни (если есть), особенно если окна выходят на солнечную сторону. Открывайте окна и ставни на ночь (если это безопасно), когда температура воздуха на улице ниже, чем в помещении.

Если ваше жилище оборудовано кондиционером, закрывайте окна и двери. Некоторое облегчение могут принести электрические вентиляторы, но когда температура воздуха выше 35°C, вентилятор может не спасти от тепловых заболеваний. Необходимо обильное питье.

Старайтесь не находиться на жаре. Переходите в самую прохладную комнату в доме, особенно на ночь. Если это невозможно, поддерживайте в доме прохладную температуру, проводите по 2–3 часа в день в прохладных помещениях (например, в общественных зданиях, оборудованных кондиционерами).

Старайтесь не выходить на улицу в самое жаркое время суток. Избегайте интенсивной физической нагрузки. Старайтесь находиться в тени. Не оставляйте детей и животных в припаркованных транспортных средствах. Не допускайте перегрева тела, пейте достаточно жидкости. Принимайте прохладный душ или ванну.

Можно также делать холодные компрессы или обертывания, использовать мокрые холодные полотенца, обтирать тело прохладной водой, делать прохладные ванночки для ног и т.д. Носите легкую и свободную одежду из натуральных тканей.

Выходя на улицу, надевайте широкополую шляпу или кепку и солнцезащитные очки. Соблюдайте питьевой режим, избегая сладких и алкогольных напитков. Помогайте окружающим.

### **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.

### **Рекомендации для населения при грозе**

Чтобы избежать поражения молнией, соблюдайте следующие правила.

Если вы в доме, то:

- по возможности не выходите из дома, закройте окна и дымоходы во избежание сквозняка, не рекомендуется во время грозы также топить печку;
- во время грозы следует держаться подальше от электропроводки, антенн;
- отключите радио и телевизор, избегайте использования телефона и электроприборов.

Если вы на открытой местности:

Помните, что молния бьет в самую высокую точку на своем пути. Большое дерево, одинокий человек в поле и есть эта высокая точка. Поэтому:

- не прячьтесь под высокие деревья (особенно одинокие);
- при отсутствии укрытия следует лечь на землю или присесть в сухую яму, траншею, пригнув голову;
- при пребывании во время грозы в лесу следует укрыться среди низкорослой растительности;

- если укрывается группа лиц, то лучше присесть на корточки, не соприкасаясь с другими людьми;

- во время грозы нельзя купаться в водоемах;

- во время грозы не следует бегать;

- если вы едете на велосипеде или мотоцикле - прекратите движение, покиньте их и переждите грозу на расстоянии примерно 30 метров от них;

- во время грозы следует находиться на удалении от линий электропередач, т.к. электричество притягивает молнию;

- если вы находитесь на возвышенности, спуститесь вниз;

- если во время грозы вы находитесь в лодке, гребите к берегу;

- если вы во время грозы едете в автомобиле, остановитесь и закройте окна, оставайтесь в автомобиле.

**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 ГУ МЧС России  
по Оренбургской области  
подполковник внутренней службы



Р.Р. Байрамгулов

