



МЧС РОССИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ЦЕНТР УПРАВЛЕНИЯ
В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ
ГЛАВНОГО УПРАВЛЕНИЯ МЧС РОССИИ
ПО ОРЕНБУРГСКОЙ ОБЛАСТИ»
(ФКУ « ЦУКС ГУ МЧС России
по Оренбургской области»)**

ул. Гая, д. 21, г. Оренбург, 460000
Телефон (3532) 77-32-84 Факс 30-55-97
orencuks@mail.ru, gu-orenburg-od@prvrc.mchs.ru

09.01.2019 № _____ б/н

на № _____ от _____

Главам муниципальных образований
Оренбургской области

О направлении текста
для оповещения и информирования
населения

В связи с полученной консультацией о неблагоприятном явлении погоды на территории Оренбургской области на 10 января 2019 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») В ближайшие сутки 10.01.2019г. местами по области сохранится изморозь, местами по области ожидается туман. В ночь на 10.01.2019 г. в северо-западных районах ожидается минимальная температура воздуха -30,-32°.

Рекомендации для населения при понижении температуры

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.

Водителям стоит, следить за техническим состоянием своих транспортных средств отправляясь в дальнюю дорогу. При поломке автомобиля на трассе не стоит пытаться устранить неполадку на месте, это приведет к обморожению. Дождитесь попутной машины, попросите отвезти вас в ближайший населенный пункт. Там вы найдете техническую помощь. ГУ МЧС России по Оренбургской области напоминает, что на трассах федерального и местного значений работают пункты обогрева.

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).

Единый телефон доверия ГУ МЧС России по Оренбургской области (3532) 30-89-99

Заместитель начальника центра - (СОД)
ФКУ «ЦУКС ГУ МЧС России по Оренбургской области»
капитан внутренней службы



В.И. Постовой