



ОБЩИНА СУНГУРЛАРЕ ОБЩИНСКИ СЪВЕТ ЗА НАМАЛЯВАНЕ НА РИСКА ОТ БЕДСТВИЯ

ПРАВИЛА ЗА ПОВЕДЕНИЕ ПРИ БЕДСТВИЯ

2025Г.

В Република България е въведен Единният европейски номер за спешни повиквания – 112, в съответствие с изискванията на Европейския съюз. На този номер се подават сигнали за необходимост от спешна медицинска помощ, намеса на полицейски екипи, защита на живота, здравето и имуществото на гражданите, както и за случаи на природни бедствия, пожари, аварии, терористични атаки и катастрофи.

- В Община Сунгурларе на разположение са следните служби за спешно реагиране (Единна спасителна система):
- Филиал за спешна медицинска помощ – Сунгурларе
- Районно управление – Сунгурларе
- Районна служба „Пожарна безопасност и защита на населението“ – Карнобат

При подаване на сигнал на телефон 112, е важно да следвате следната последователност:

1. **Къде?** – Посочете точния адрес, място, кръстовище или ориентир, ако инцидентът се е случил извън населено място.
 2. **Какво?** – Опишете събитието. При пътнотранспортно произшествие (ПТП) уточнете участващите пътни превозни средства.
 3. **Колко?** – Посочете броя на пострадалите и тяхното състояние.
 4. **Кой?** – Съобщете своето име и местоположение.
- Бъдете готови да отговаряте на допълнителни въпроси от дежурния оператор на Център 112.



I. ПРАВИЛА ЗА ПОВЕДЕНИЕ ПРИ ЗЕМЕТРЕСЕНИЕ

При сеизмично спокоен период:

- **Подготовка в дома:**
 - Поставете на удобно място фенерче, чанта с документи и ценни вещи, аптечка с основни лекарства, топла дреха за всеки член на семейството, както и резерв от храна и вода.
 - Закрепете здраво мебелите в дома и не поставяйте тежки или лесно падащи предмети на високи места.
 - Съхранявайте пожароопасни вещества и химикали в плътно затворени съдове.
 - Оставете свободен достъп до входа и изхода на жилището и не го блокирайте с предмети. Не поставяйте вещи по стълбищата, които биха възпрепятствали евакуацията.

При усещане на първия трясък:

- **Не напускайте сградата**, освен ако прецените, че можете да излезете на открито за около 10 секунди.
- **Заемете безопасно място** в сградата/стаята – под рамката на вратата, близо до вътрешна стена или колона, под стабилна маса или легло.
- След първоначалните вибрации люлеенето ще се усили, затова запазете спокойствие и не използвайте асансьори или стълби.
- Ако сте на улицата, **заемете място далеч от сгради и далекопроводи.**
- Ако сте зад волана, **спрете на открито, безопасно място** и изчакайте преминаването на труса.
- Ако сте в обществения транспорт, **изчакайте края на труса** в превозното средство.

След преминаването на първия трус:

- **Изключете електричеството, газта и водата.**
- **Вземете подготвения багаж и напуснете сградата възможно най-бързо.**
- **Използвайте стълбището** – не ползвайте асансьори.
- Осигурете предимство за майките с деца и възрастните хора.
- След като излезете от сградата, **отдалечете се на открито** място, най-малко на разстояние равно на височината на най-близката постройка.
- Не заставайте под **далекопроводи и електрически мрежи.**
- Оказвайте **първа помощ** на пострадалите около вас.
- **Означете местата** с потенциално затрупани хора и оказвайте помощ, ако е възможно.
- **Следете информацията**, излъчвана по медиите, и изпълнявайте указанията на органите на реда (МВР). Спазвайте обществения ред.

След земетресението:

- **Изчакайте информация** за затихване на земните трусове и за отминалата опасност.
- Можете да влезете в жилището си **само след основен оглед**, извършен от компетентни органи.
- Не претоварвайте телефонните линии с ненужни разговори.
- **Поддържайте висока лична хигиена** и не пийте вода от непроверени източници, тъй като след земетресение може да възникнат епидемии.

II. ПРАВИЛА ЗА ПОВЕДЕНИЕ ПРИ НАВОДНЕНИЕ

Подготовка за наводнение:

- **Следи прогнозата за времето** и климатичните условия, които могат да доведат до наводнение в района, в който живееш или ще посетиш.
- **Запознай се с възможните пътища за евакуация** и места за безопасно пребиваване при наводнение. Подготви семеен план за бедствие.
- **Подготви дома си:** При високи води премести важни предмети и документи на високи места или на горния етаж.
- **Създай възможност за бързо изключване на електрическото захранване** и подаването на газ, за да предотвратиш възможни пожари или други критични ситуации.
- **Поддържай мобилния си телефон зареден** за спешни случаи.
- **Подготви „Раница за бедствия“**, съдържаща основни средства за оцеляване (храна, вода, лични документи, лекарства и др.). Сложи я на лесно достъпно място, известно на всички членове на семейството.
- **Зони с потенциален риск от наводнение:**
- Опасността от наводнение може да възникне в жилищни райони, разположени близо до реките, деретата и каналите.
- **Язовирите** също могат да представляват потенциална заплаха и се намират под постоянен контрол от държавни и общински комисии.

Какво трябва да знаем предварително?

- Разберете кои реки, дерета, канали и язовири в близост до Вашето населено място могат да представляват опасност за наводнение.
- Ако имотът Ви се намира в близост до река и попада в заливната ѝ зона, поддържайте редовна връзка с Кмета на населеното място или с дежурния в общината за актуална информация.
- **Не изхвърляйте отпадъци** в коритата на реките, деретата и каналите. Това намалява проводимостта на водния път и увеличава риска от наводнение. Бъдете внимателни към нарушителите, тъй като последствията могат да засегнат всички.
- Ако живеете в близост до река и забележите, че **коритото или пространствата под мостовете** не са почистени от отпадъци, строителни материали или дървета, или ако има постройки в заливните зони, **незабавно сигнализирайте в общината или на Кмета.**
- **Не преграждайте речните течения** с цел водоземане за поливане или къпане на животни. Това е забранено и може да увеличи риска от наводнение.
- **Периодично вземайте мерки** за подобряване проводимостта на реката покрай имота Ви, като я почиствате от храстовидна растителност и други пречки.

Как да действаме при наводнение?

- **При необходимост от евакуация** ще бъдете своевременно уведомени. Подгответе личен багаж с най-необходимите документи, лични вещи и продукти.
- **Изключете газта и електричеството** в дома си.
- Ако **не можете да напуснете сградата**, а нивото на водата продължава да се повишава, заемете най-горните етажи или покрива. Известете близките си и се обадете на **тел. 112**.
- Ако сте близо до **корито на пълноводна река или дере**, незабавно се отдалечете от тях и се придвижете към най-близкото възвишение.
- **При поройни дъждове** не заставайте под мостове, подлези, надлези и други съоръжения – високата вода може да ви отнесе. Стойте далеч от електропроводи.
- **При пътуване**, ако пътят е наводнен, водачът на превозното средство трябва да спре и да изчака спирането на пороя.
- **Не правете опити да пресичате разливи и потоци**. Преминавайте само ако сте сигурни, че водата е по-ниска от осите на колата или под коленете ви. Пресичайте само при спокойна вода.
- Ако не можете да евакуирате животните, **отворете вратите на помещенията**, където са затворени, за да им осигурите свободен достъп.
- Не пийте вода от наводнени водоизточници.

Как да действваме след наводнение?

- Върни се в дома си само след като властите ти позволят.
- Спазвай техните указания.
- Внимавай за електричеството при преминаване през наводнени места.
- Не се доближавай до водата, ако има опасност от токов удар.
- Проверявай водата за пиене – не пий от нея, ако има съмнение за замърсяване.
- Изхвърли храната, която е влязла в контакт с наводнена вода, тъй като тя може да бъде опасна за здравето.
- Пресичай течаща вода само след като нивото ѝ спадне.
- Внимавай за отломки, тъй като придошлите води могат да причинят ерозия и да повредят пътищата.
- Не стой близо до сгради, които са заобиколени от вода, тъй като е възможно те да се срутят.
- Влизай в сгради, засегнати от наводнението, с изключително внимание, за да избегнеш допълнителни рискове.

III. ПРАВИЛА ЗА ПОВЕДЕНИЕ ПРИ СНЕЖНИ ВИЕЛИЦИ

Подготовка и пътуване:

- Следете метеорологичния бюлетин, предаван по радиото и телевизията. Ако пътуването не е наложително, отложете го, тъй като част от пътищата може да бъдат затворени поради навявания.
- Ако е необходимо да пътувате, за предпочитане е да изберете **vlak**. Облечете се в топли дрехи, носете подходящи обувки, ръкавици и осигурете вода и храна.
- Ако пътувате с автомобил, той трябва да бъде **подготвен за зимни условия**. Носете зареден мобилен телефон, проверете дали имате достатъчно гориво, въже, лопатка, фенерче, брадвичка и вериги. Автомобилът трябва да има **радио**.
- Изберете **първокласните пътища**, които се разчистват с приоритет. Карайте бавно и внимателно.
- Спазвайте **временната маркировка**, поставена от пътните служби и контролни органи.
- Ако видите **затрупани автомобили** по пътя, маркирайте мястото и съобщете на **тел. 112**.

Действия при бедствени условия:

- Ако затънете в снега, **не оставяйте двигателя на празен ход** непрекъснато, за да избегнете отравяне с изгорели газове. Гасете двигателя периодично. Завържете дреха с ярък цвят на антената, за да бъдете забелязани.
- Оказвайте помощ на **изпадналите в беда**. При измръзване разтривайте замръзналите части на тялото със спирт и леко масажирайте. В тежки случаи пострадалите трябва да бъдат **транспортирни до болница**.
- **Не спирайте на открито** за дълго време, освен ако не сте в населено място или крайпътен хотел. Ако условията се усложняват, спрете в най-близкото населено място.

Пешеходни условия:

- Ако трябва да се движите пеша, носете **подходящи обувки, топли дрехи и ръкавици**, както и **мобилен телефон и фенерче**. Избягвайте да ходите самостоятелно и се придържайте на безопасно разстояние от сгради, електропроводи и дървета.
- Носете **лекарства и термос с топли напитки** (например чай или подсладени напитки), за да се поддържате в добро здраве.

IV. ПРАВИЛА ЗА ПОВЕДЕНИЕ ПРИ ПОЖАР ПРИ ГОРСКИ ПОЖАРИ

- Определете посоката на вятъра и незабавно напуснете района, който ще попадне в обсега на пожара.
- Съобщете за пожара на тел. 112 или в най-близкото населено място.
- Ако сте блокирани от огъня, потърсете естествени препятствия – като просеки, пътища, поляни или сечища.
- Ако има река наблизо, намокрете дрехите и тялото си или се потопете в нея. Покрийте откритите части на тялото и поставете намокрена кърпа или плат пред устата и носа си.
- Придвижвайте се приведени, за да избегнете горещия въздух. Ако пожарът е малък, опитайте се да го изгасите сами, като използвате връхната си дреха или сноп начупени клони, с които да ударяте пламъците.
- Не сваляйте дрехите си, тъй като те ще поемат част от топлината. Пожарът се разпространява по-бързо по посока на вятъра и по склоновете, от ниските части към върха, така че бъдете особено внимателни.

Действия при пожар в сграда:

- **Незабавно позвънете на тел. 112**, за да съобщите за пожара.
- **Информирайте съседите** за възникналия пожар, за да могат те също да се евакуират.
- **Локален пожар** в сграда може да се гаси с вода, но **не използвайте вода** за гасене на:
 - електрически уреди или инсталации под напрежение,
 - бензин, нафта или други горими течности.

При пожар в сграда:

- **Изключете газта и електричеството.**
- **Затворете вратите и прозорците.**
- **Не използвайте асансьора.** Използвайте стълбището за евакуация.
- Ако преминавате през **задимено пространство**, поставете **мокра кърпа** на устата и носа, намокрете дрехите си и се движете **приведени**.
- Ако останете в апартамента, **най-добре е да влезете в банята**. Уплътнете вратата с мокри кърпи или дрехи и пуснете душа, за да осигурите влага в помещението. Опитайте се да сигнализирате за своето местоположение.
- При горене на **пластмаси** трябва да сте особено внимателни, тъй като **токсичните газове** могат да бъдат изключително опасни. **След пребиваване в района на пожара**, преминете през **медицински преглед**.
- **Пострадалите** трябва да бъдат изнесени на чист въздух, дрехите им да бъдат разхлабени и те да бъдат оставени в покой.
 - При **рязко спадане на кръвното налягане** направете **изкуствено дишане**.
 - Пострадалите трябва да бъдат **транспортирани до болнично заведение**.

Правила за поведение при авария и изтичане на промишлени отровни вещества:

- При получаване на сигнал за опасност: Запазете спокойствие и информирайте за опасността хората около вас.
- Ако сте въщи: Затворете и уплътнете прозорците, вратите и отдушниците. Подгответе намокрена марлена превръзка, кърпа или хавлия, за да я използвате при нужда.
- Ако се намирате на открито: Напуснете замърсения район и се движете перпендикулярно на посоката на вятъра, за да избегнете контакт с отровните вещества.
- Помогнете на пострадалите: Изведете ги на чист въздух, но не правете изкуствено дишане. Разхлабете стягащите дрехи.
- След излизане от замърсения район: Махнете и проветрете дрехите си. Промийте устата и очите си с чиста вода. Изкъпете се и облечете чисти дрехи.
- При завръщане по домовете или на работното място (след отстраняване на аварията): Проветрете помещенията добре. Избършете мебелите, пода и стените с влажна кърпа, за да премахнете всякакви остатъци от замърсителя.
- Относно хранителните продукти: Обработвайте хранителни продукти чрез обилно измиване и отстраняване на повърхностния слой. Плодовете и зеленчуците от дворовете ползвайте само ако имате разрешение от компетентните органи. Не извеждайте животни на паша в замърсените райони.
- Ако разпилеете живак (например от счупен термометър): Обадете се незабавно на тел. 112.

VI. ПРАВИЛА ЗА ПОВЕДЕНИЕ ПРИ ПОВИШЕНА РАДИОАКТИВНОСТ

Опасността от радиоактивно замърсяване може да възникне при радиационна авария, трансграничен пренос на радиоактивни частици или при нарушаване на мерките за безопасност при работа с източници на йонизиращи лъчения. Радиоактивните частици се разпространяват чрез радиоактивен облак и се отлагат върху земната повърхност, водата, растенията и животните, създавайки радиоактивно замърсяване.

- **МЕРКИ ЗА ЗАЩИТА ПРИ ПОВИШЕНА РАДИОАКТИВНОСТ:**

- 1. Спазвайте лична хигиена:**

1. Измивайте ръцете си старателно, особено преди хранене.
2. Къпете се ежедневно, за да премахнете натрупаните радиоактивни частици от тялото.
3. Дишайте през носа, а ако излизате навън, използвайте маска или **навлажнена кърпа** за защита.
4. При влизане в жилището събуйте обувките и свалете връхните дрехи, които съхранявайте отделно от другите.

- 2. Не допускайте замърсяване на вашето жилище:**

1. Децата трябва да останат **вкъщи**, докато обстановката не бъде изяснена.
2. Затворете **прозорците** и ги уплътнете добре. Проветрявайте помещенията само при тихо време и то чрез прозорец, на който сте поставили няколко пласта тензух.
3. **Не метете и не тупайте.** Почиствайте редовно с влажна кърпа, за да не разпространите радиоактивните частици.
4. При ползване на **прахосмукачка**, изходящата струя трябва да бъде филтрирана допълнително през мокра кърпа, за да предотвратите разпространението на замърсители.
5. **Изпирайте често дрехите** и спалното бельо. Не ги сушете на открито, за да не ги изложите на ново замърсяване.
6. **Хранителните продукти** съхранявайте в **плътно затворени съдове** и следете указанията за тяхната безопасна обработка и консумация.

Обработка на хранителни продукти и вода:

- **Не консумирайте хранителни продукти**, за които е обявена временна забрана.
- **Използвайте консервирани и други трайни хранителни продукти**, ако се налага пренасяне на храни, поставете ги в найлонови торби за допълнителна защита.
- **Запазвайте хранителните продукти** в мазета, затворени килери и ниши или в херметически затварящи се съдове. Обработвайте и пригответе храната в затворени помещения.
- **Изключете от менюто си листниковите зеленчуци и млякото**, тъй като те могат да съдържат радиоактивни вещества.
- **Оранжевийните плодове и зеленчуци**, морковите, картофите, птичето и свинско месо, както и океанската риба са сравнително по-безопасни за консумация. **Използвайте сухото мляко** за ежедневното меню на децата.
- **Замърсените хранителни продукти**, които не подлежат на термична обработка, трябва да се консумират **само след обилно измиване с вода** и допълнително изкисване за **24 часа**.
- При готвенето на месо, **обезкостете и нарежете месото на парчета**, накиснете го във вода за 24 часа и след това изхвърлете водата. Сварете месото и изхвърлете първия бульон.
- **Вода за питейни и домакински нужди** трябва да се взема **само от закрити, контролирани и разрешени за ползване водоизточници**. Препоръчително е децата да пият **минерална вода**.
- **Когато сте на открито:**
- **Не предприемайте излети и разходки сред природата** по време на повишена радиоактивност.
- **Ограничете пътуванията**, особено по черни и прашни пътища, тъй като прахът може да съдържа радиоактивни частици.
- **Не метете двора**. За да предотвратите разпространение на замърсителите, оросявайте със струя вода тревните площи и обливайте пътеките около къщата си.
- **Не сядайте на тревата** и други зелени площи, които могат да са замърсени.
- **Не се къпете в открити водоеми**, тъй като те могат да съдържат радиоактивни вещества.
- Тези мерки са жизненоважни за защита на вашето здраве и минимизиране на риска от радиоактивно замърсяване.

Правила за поведение при катастрофи:

Правила за поведение при катастрофи:

- **Първоначални действия при автопроизшествие:**
- **Първите 5-6 минути са критични за спасяване на живота на пострадалите, затова незабавно започнете със спасяването на хората.**
- **Сигнализирайте на тел. 112**, спрете преминаващите коли и поискате помощ.
- **Установяване на състоянието на пострадалите:**
- Преди да предприемете действия, установете дали пострадалият има:
- **Нараняване с обилно кръвотечение** – ако е необходимо, предприемете действия за спиране на кръвотечението.
- **Наличие на самостоятелно дишане** – проверете дали пострадалият диша.
- **Запазена сърдечна дейност** – изследвайте пулса на пострадалия.
- **Счупени кости и признаци на други тежки увреждания** – проверете за счупвания и други увреждания.
- **Пренос на пострадали:**
- Ако е необходимо, **преместете пострадалия на безопасно място**. Поставете го върху твърда подложка (например дъска) и внимавайте да **пазите гръбначния стълб**. Избягвайте резки движения.
- **Не теглете пострадалия за главата или крайниците**, тъй като това може да причини допълнителни и фатални увреждания.
- Ако има **опасност от пожар** или други съображения, които налагат преместване на пострадалия на по-голямо разстояние, направете го **много внимателно**.

Действия при липса на дишане:

- Осигурете свободен дихателен път:Извийте главата на пострадалия назад, като внимавайте за възможни счупени шийни прешлени.Отворете устата, като използвате двете си ръце, за да повдигнете долната челюст напред. С палците на ръцете оказвайте натиск върху брадичката.Огледайте устната кухина и ако има чужди тела или счупени зъби (протези), почистете ги с пръст, увит в марля или чиста кърпа.
- Ако дишането не се възстанови, започнете незабавно изкуствено дишане:Използвайте метода "уста в уста" или апарат за изкуствено дишане.Извършвайте изкуствено дишане със честота 16-18 пъти в минута.
- При автопроизшествия и спешни ситуации е важно да запазите спокойствие и да действате бързо, като следвате тези стъпки за осигуряване на първа помощ на пострадалите.

При липса на сърдечна дейност:

- **Установете наличие или липса на пулс:**
 - Притиснете **сънната артерия** по предностраничната част на шията.
 - Ако няма пулсации, започнете незабавно **външно сърдечен масаж** с честота **40-50 притискания в минута**.
- **Извършване на външно сърдечен масаж:**
 - Поставете дланта на едната ръка върху долната трета на гръдната кост, така че пръстите да са успоредни на ребрата на пострадалия.
 - Поставете дланта на другата ръка върху първата, за усиляване на натиска.
 - Извършвайте натискането с **изправени в лактите ръце**, така че при всеки натиск гръдният кош да хлътва с **3-5 см**.

При кръвотечение:

- **Кръвоспиране при обилно кръвотечение:**
 - Притиснете **кръвоносния съд** с пръстите на ръката, за да спирате кръвотечението, като го притискате към подлежащата кост.
- **Пристягане на крайник:**
 - При тежки кръвотечения **над раната** използвайте **турникет, гумена тръба (Есмарх) или триъгълна кърпа** за пристягане.
 - Поставете **лист с точния час** на манипулацията върху превръзката.
- **Компресивна стерилна превръзка:**
 - Използвайте **бинт или стерилен превързочен пакет**, за да направите стегната превръзка на раната.
- **При нараняване и изгаряне:**
 - Използвайте **сухи стерилни превръзки с бинт или триъгълни кърпи**.

При навяхване, изкълчване или счупване:

- Не правете опити за наместване на увредените крайници.

Обездвижване на увредения крайник:

- Използвайте **подръчни средства** (например дъски, чадъри) за обездвижване.
- Обездвижете **най-малко две съседни на увреждането стави**, за да предотвратите по-нататъшни увреждания.

При пострадалия в състояние на безсъзнание:

- Поставете го в **странично стабилно положение**, ако има запазено дишане и сърдечна дейност. Това ще предотврати поглъщането на повърнати материали и ще осигури проходимост на дихателните пътища.
- Тези действия за първа помощ са критични за спасяване на живота на пострадалите. Изпълнявайте ги с внимание и спокойствие, като осигурите най-добрата възможна помощ до пристигането на професионалните екипи.

VIII. ПРАВИЛА ЗА ПОВЕДЕНИЕ ПРИ СМЕРЧ И СИЛНИ ВЕТРОВЕ

- Смерчът, макар и по-рядко срещан, е значително природно явление, което може да причини сериозни разрушения и заплаха за човешки живот. Това е тип атмосферен вихър, който обикновено възниква в буреносни облаци и се движи с изключително висока скорост. Неговата долна част, която наподобява обърната фуния, е свързана с земята и представлява зона на максимално въздействие.
- Въпреки че смерчовете не са чести в България, те са познати в някои райони на страната, като Община Сунгурларе, където напоследък започват да се наблюдават. Когато въздушните маси се движат с висока скорост, те могат да причинят сериозни щети на сградите, инфраструктурата и дори да предизвикат човешки жертви.

Как да действваме при появата на смерч:

- **Наблюдавайте прогнозите за времето:** Проверявайте редовно прогнозите и предупрежденията за лошо време, особено за силни бури и смерчове.
- **Влезте в безопасност:** При предупреждение за смерч, веднага се укрийте на безопасно място. За предпочитане е да се скриете в най-ниските етажи на сградата или в мазе.
- **Избягвайте прозорците и външните стени:** Седнете възможно най-далеч от прозорците и външните стени на сградата, тъй като те са най-уязвими при удар от смерч.
- **Не излизайте навън:** Ако сте на открито, се опитайте да намерите най-близкото безопасно убежище, като изградени сгради или подземни помещения. Ако няма къде да се укриете, легнете на земята и се покрийте с ръце, като се опитате да се защитите от летящи отломки.
- **Не се опитвайте да се движите с кола:** Ако сте в автомобил, спрете незабавно и се укрийте в ниска зона. Не се опитвайте да преминавате през местата с високи скорости на вятъра, тъй като автомобилът може да бъде отнесен от смерча.
- **Останете информирани:** Използвайте мобилни телефони или радиостанции за информация относно времето и евентуалните промени в ситуацията.
- Смерчът представлява сериозна опасност и изисква бързи и адекватни действия, за да се минимизират последствията от неговото въздействие.

IX. ПРАВИЛА ЗА ПОВЕДЕНИЕ ПРИ ГРЪМОТЕВИЧНИ БУРИ

- Гръмотевичните бури са сериозна природна опасност, която изисква бързи и правилни действия за защита. Ето какво трябва да правим при настъпване на буря:
- **Ако сте на открито (в природата):**
 - **Не стойте близо до високи дървета и стърчащи канари,** които могат да привлекат мълния.
 - Ако имате сух предмет, **седнете върху него,** за да намалите риска от удар на мълния.
 - **Не лягайте на земята и не докосвайте земята с ръце.** Клекнете и съберете краката си, като ги притиснете плътно. Наведете главата надолу и притиснете коленете си към гърдите. Това помага да се минимизира контактът с земята, през която може да премине електрическият заряд.
 - **Отдалечете се от метални предмети.** Избягвайте да държите или докосвате метални вещи, които могат да привлекат мълнията.
 - **Ако сте на велосипед,** незабавно слезте от него.

• **Ако сте на водоеми (река, езеро, басейн):**

Незабавно излезте от водата и се отдалечете от водния източник, тъй като водата е добър проводник на електричество.

• **Ако сте в сграда или на работното място:**

Изключете всички електрически уреди от мрежата, за да се предпазите от удар на мълния.

Затворете прозорците и вратите, за да предотвратите проникването на вятър или да ограничите повредите.

Стойте далеч от чешми и метални елементи, като балконски врати и прозорци, които могат да привлекат мълния.

• **При пътуване с автомобил:**

Приберете антената на колата по време на буря.

Ако падне гръм, проверете гумите на автомобила.

Ако те са обгорели, е възможно да се спукат, така че бъдете внимателни.

- **Ако почувствате изтръпване на части от тялото:**
 - **Легнете на земята незабавно**, за да намалите риска от електрически удар и да се предпазите от мълния.
- **При градушка:**
 - **Незабавно потърсете подслон**, тъй като градушката може да причини сериозни наранявания и повреди.
- **Гръмотевичните бури са опасни**, но с правилно поведение можем да минимизираме риска за живота и здравето си. Важно е да останем спокойни и да следваме тези съвети за безопасност.

IX. ПРАВИЛА ЗА ПОВЕДЕНИЕ В РАЙОН СЪС СВЛАЧИЩА

- Свлагчищата са сериозна природна опасност, която може да причини разрушения и сериозни щети на инфраструктурата, както и да застраши човешки живот. Затова е важно да се спазват следните правила и превантивни мерки:

Какво трябва да правим, ако живеем в район на свлагчища?

1. Превантивни мерки за предотвратяване на активизация на свлагчища:

- 1. Строителството трябва да се извършва само по законов ред,** като се спазват всички норми за строително-монтажни работи (СМР). Осигурете, че сградите са изградени по правилата и с необходимото качество.
- 2. Не допускайте висока плътност на застрояване** без изградена инфраструктура, включително водопровод, канализационна система и дренажна система.
- 3. Осигурете ефективно отвеждане на дъждовните повърхностни води,** за да се предотврати натрупване на вода, което може да допринесе за активизацията на свлагчища.
- 4. Ако забележите първоначални признаци за свлагчищни процеси,** като заклиняване на врати или прозорци, деформации в сгради или съоръжения, незабавно се свържете с компетентни органи и специалисти.

Как да се държим при активизиране на свлачище:

- **Не преминавайте през свлачищни райони** и не оставяйте в тях. Ако се установи, че започва процес на движение на земните маси, незабавно се отдалечете от опасната зона.
- **Спазвайте предписанията на специализираните органи** и местните власти. Те ще дадат указания за безопасност и действия, които трябва да се предприемат.
- При поява на свлачище по пътната мрежа незабавно подавайте сигнал на **тел. 112** и информирайте съответните власти, за да се предприемат мерки за обезопасяване на района.

- **Допълнителни мерки за защита:**
 - В случай на свлачище **постоянно следете местните новини и предупреждения** от местните власти и метеорологичните станции.
 - Ако сте в близост до свлачищна зона и забележите необичайни признаци (например пропадане на земята, пукнатини в земята или сгради), **незабавно евакуирайте района** и се преместете на безопасно място.
- Спазването на тези правила и навременното предприемане на мерки може да предотврати сериозни инциденти и да запази живота и здравето на хората в райони с активни свлачищни процеси.

СЪДЪРЖАНИЕ НА РАНИЦАТА ЗА БЕДСТВИЕ

- Когато се подготвяте за евентуално бедствие или извънредна ситуация, е важно да имате наблизо раница с основни материали и средства, които могат да ви осигурят сигурност и удобство за поне 3 дни. Ето какво трябва да включва раницата за бедствие:

Основни материали:

- **Лекарства на членовете на семейството** при хронични заболявания – ако има специфични медикаменти, които членовете на семейството редовно използват.
- **Медицински комплект за първа помощ** – включва основни медикаменти и превръзки, за да може да се окаже първа помощ при малки травми.
- **Семеен план за бедствие** – писмен план с ясни инструкции за действия на всеки член на семейството в случай на бедствие.
- **Бутилирана питейна вода** – достатъчна за минимум 3 дни на всички членове на семейството.
- **Консервирана или суха храна** – храна, която не изисква готвене и може да се съхранява за дълго време.
- **Мобилен телефон и зарядно устройство** – за комуникация и получаване на важна информация.

- **Радио и фенерче на батерии** – за получаване на информация, ако няма електрическо захранване. Добре е да имате и резервни батерии.
- **Инструменти** – джобно ножче, отварачки за консерви и бутилки, клещи за всякакви нужди.
- **Чаени свещи, кибрит или запалка** – за осветление и оцеляване.
- **Средства за почистване и дезинфекция** – дезинфектанти, сапуни и почистващи средства за поддържане на хигиената.
- **Пакет влажни кърпички и носни кърпички** – за бързо почистване на ръцете и лицето.
- **Стари вестници** – могат да бъдат полезни за запалване на огън или за подложка за хранене.
- **Пластмасови или картонени чашки и чинийки, тиксо, найлонови торбички, домакинско фолио** – полезни за приготвяне на храна, съхранение и различни малки задачи.
- **Спасително фолио** за членовете на семейството – осигурява защита от студа в случай на хипотермия.
- **Свирка** – за сигнализация и привличане на внимание в случай на нужда.

Допълнителни материали и средства:

- **Водоустойчив пакет с важни семейни документи** – лични карти, актове за раждане, паспорти, здравни карти и други важни документи.
- **Специализирани храни и памперси/пелени за кърмачета** – ако имате малки деца, не забравяйте да сложите и храна и помощни средства за тях.
- **Дрехи за променливо време** – запас от дрехи за всеки член на семейството, които са подходящи за различни климатични условия.
- **Пари** – малка сума в брой за спешни нужди, ако картовите системи не работят.
- Тази раница трябва да е леснодостъпна и да бъде редовно проверявана, за да сте сигурни, че всичко е в добро състояние и готово за употреба при необходимост.

СЕМЕЕН ПЛАН ЗА БЕДСТВИЕ

- Създаването на план за действие в случай на бедствие е от съществено значение за безопасността и оцеляването на семейството. Всеки член на семейството трябва да знае какво да прави, къде да отиде и как да се свърже с останалите в извънредна ситуация. Ето основните стъпки за създаване на такъв план:

1. Как да напуснеш дома си?

Определете основни изходи и маршрути: Уверете се, че всички членове на семейството знаят как да напуснат дома по безопасен начин. Имайте поне два различни изхода от всяка стая или етаж.

Бързо събиране на важни неща: Носете със себе си само най-необходимото: мобилен телефон, портфейл, лекарства, раница за бедствия.

Ако не можете да излезете безопасно: Ако външните условия не позволяват евакуация (например огън или наводнение), осигурете защита вътре в дома, като затворите прозорците, вратите и се отдалечите от външни стени.

2. Къде да се евакуираш?

- **Първо сборно място (близо до дома):**

- Изберете място, което е лесно достъпно и безопасно в рамките на кратко разстояние от дома. Това може да бъде:
 - Близкият парк или площад.
 - Съседен район с безопасна инфраструктура.
- Уговорете с всички членове на семейството къде да се съберете, ако трябва да напуснете дома си бързо.

- **Второ сборно място (далеч от дома):**

- Определете място извън района, което ще осигури безопасност и ще бъде достатъчно отдалечено от бедствието. Това може да бъде:
 - Извън града или на по-висок терен, ако има риск от наводнения.
 - Чисто и открито пространство, което не е изложено на опасности от свлачища, бури или други природни бедствия.

3. На кого да се обадиш?

- **Лице за връзка извън района:**

- Уговорете се с близък роднина или приятел, който живее извън вашия район и ще бъде център за комуникация. Този човек ще е основното лице за връзка в случай на бедствие, когато комуникацията между членовете на семейството е нарушена.
- Обсъдете какви информация трябва да се обменя, за да се проследи състоянието на всички членове на семейството.
- Запишете телефонния номер на лицето за връзка и го съхранявайте на безопасно място.

4. Как да подадеш сигнал в случай на опасност?

- **При спешна нужда използвайте мобилен телефон:**
 - Наберете **112** за спешни случаи и следвайте указанията на операторите.
 - Ако телефонните мрежи са претоварени, използвайте текстови съобщения, които могат да бъдат изпратени дори при затруднена комуникация.
- **Използване на свирка или сигнални средства:**
 - В случай на евакуация или нужда от помощ, използвайте свирката, ако се намирате в безопасна зона, за да привлечете внимание.
 - Използвайте светлинни или звукови сигнали, ако сте на открито или ако няма обхват за мобилен телефон.

Допълнителни съвети:

- **Репетирайте плана:** Препоръчително е да провеждате редовни тренировки с всички членове на семейството, за да се уверите, че всеки знае какво да прави при бедствие.
- **Подгответе домът си:** Осигурете стабилност на структурата на дома (покриви, прозорци, врати), поставете противопожарни аларми и се уверете, че всички уреди и батерии са готови за употреба в случай на спешност.

Съществуването на такъв план ще гарантира, че семейството ще може да реагира адекватно и безопасно при всякакви условия.