|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждениедетский сад № 11муниципального образования город Горячий Ключ |  |  |

Согласовано Утверждаю:

С профсоюзным комитетом Заведующий МБДОУ д/с № 11

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.Н. Руденко

 \_\_\_\_\_\_\_\_А.Н. Солодовникова

 «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201\_\_\_г.

Введена в действие «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_201\_\_г.

Приказ от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_201\_\_\_г. № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ИНСТРУКЦИЯ

**ДЕЙСТВИЯ ЗАЩИТЫ ПРИ СТИХИЙНЫЕ БЕДСТВИЯ**

 **ГО – 15**

Природные силы пока не зависят от воздействия и воли человека и когда они выходят из под контроля, то создается опасность для человека и плодов его труда.

***Наводнения***

Наводнения возникают, как правило, вследствие обильных осадков. Они несут в долину воду, грязь и обломки скальных пород. Вышедшей из берегов реке удается уносить прочь автомобили, разрушать жилые дома и другие строения.

Поэтому необходимо быть готовым организовать службу помощи семье и обществу. Если по соображениям безопасности предстоит эвакуация населения, нужно помнить о выполнении следующих мероприятий:

* отключить электричество и выключить газ;
* закрыть все двери и окна;
* попытаться обезопасить себя, забравшись на верхние этажи, имея все необходимое на первые часы: одеяла, сапоги, теплую и практичную одежду, энергетически ценные и детские продукты питания (шоколад, вода, молоко), документы, деньги и ценные вещи, которые, к сожалению, часто бывают необходимы, когда все остальное уносится под напором воды.

Все это может произойти за такой короткий промежуток времени, что на ответную реакцию останется несколько секунд.

Защита от наводнений, как и от других стихийных бедствий, основывается на предсказании и мерах предосторожности. Зная об образовании волны на разливе, можно в удобный момент вмешаться хотя бы для того, чтобы спасти человеческие жизни.

Что делать? Вот несколько советов:

* постараться собрать все, что может пригодиться - плавсредства, спасательные круги, веревки, лестницы, сигнальные средства;
* спасать людей, отсеченных стихией от остальных, оказывать первую помощь пострадавшим;
* если есть опасность оказаться в воде, то до прибытия помощи следует снять обувь и освободиться от тяжелой и тесной одежды;
* наполнить рубашку и брюки легкими плавающими предметами

(мячики, пустые закрытые пластмассовые бутылки и т.п.);

* использовать столы, автомобильные шины, запасные колеса, спасательные пояса, чтобы удержаться на поверхности;
* прежде чем соскользнуть в воду, вдохнуть воздуха, схватиться за первый попавшийся предмет и плыть по течению, пытаясь сохранять спокойствие;
* прыгать в воду только в последний момент, когда нет больше надежды на спасение.

 ***Сели и оползни***

Каковы предупредительные меры и защита от этого вида стихии?

Все подвижки скальных пород и глиняных масс предваряются различными сигналами: образование новых трещин и расщелин в почве; неожиданные трещины во внутренних и внешних стенах, водопроводах, асфальте; падение камней; предвещающее беду появление новых источников опасности или исчезновение уже существующих.

Должное понимание этих знаков позволяет подготовить защиту для того, чтобы избежать или свести ущерб к минимуму. Работы на длительный период состоят в строительстве защитных сетей, искусственных туннелей, восстановлении растительного покрова и т.д.

А вот какие меры предосторожности должен принять каждый:

* покинуть опасную зону;
* сообщить властям о наличии признаков приближения селя;
* в местах повышенной опасности передвигаться с большим вниманием;
* принять меры предосторожности, бросив предварительно несколько камешков в опасную скалу, чтобы убедиться, есть ли уже первые признаки надвигающегося селя;
* узнать о существовании специальных планов по защите людей, для того, чтобы быть готовым участвовать в их претворении.

***Снежные заносы, бураны, лавины***

Длительные снегопады продолжительностью от 16 до 24 часов приводят к снежным заносам и обвалам.

В целях вашей безопасности следуйте нашим рекомендациям:

1. Ограничьте всякое передвижение, особенно в сельской местности, и заблаговременно подготовьтесь к ненастью: запаситесь продовольствием, водой; загерметизируйте жилые помещения - это поможет сохранить тепло и уменьшить расход топлива.

2. Во время буранов избегайте выходить на улицу, не выпускайте из дома детей. Для переходов в другие здания и помещения пользуйтесь протянутыми к ним веревками, иначе вы можете сбиться в сторону и замерзнуть. Услышав неподалеку крик о помощи, привяжите к поясу длинную веревку (второй конец прикрепите к двери) и двигайтесь кругами, постепенно разматывая веревку, до обнаружения заблудившегося человека.

3. Если буран застал вас в дороге (в автомобиле), подавайте звуковые и световые сигналы, повесьте на шест (на антенну) кусок яркой ткани. Не покидайте автомобиль, если не уверены, что найдете рядом помощь. Постарайтесь не уснуть при включенном двигателе - можно отравиться выхлопными газами, проникающими в кабину; разверните машину навстречу ветру.

4. Обращайте внимание на предупредительные знаки, устанавливаемые в местах возможного схода снежных лавин и обвалов, обходите эти места, соблюдая тишину и осторожность, не передвигайтесь по склонам с крутизной более 30°; при необходимости проходите их рано утром. Всегда имейте при себе карманную сирену, транзисторный радиоприемник или свисток (для вызова спасателей).

5. При попадании под лавину или обвал постарайтесь укрыться под скалой, за стволом большого дерева, ложитесь на землю лицом вниз и обхватите голову руками (для защиты от ударов камней и кусков льда), дышите через одежду. При сносе лавиной двигайте руками и ногами, как во время плавания, чтобы удержаться на поверхности снега. Если вас завалило снегом, подождите, пока не прекратится движение, а затем начинайте телом раздвигать снег вокруг себя и постепенно двигайтесь вверх, на воздух, перемещая снег под ноги и утаптывая его. Включите сирену или радиоприемник для подачи сигнала спасателям о вашем местонахождении, экономьте силы, боритесь со сном. Помните: поврежденные снежным бураном или лавиной линии электропередач представляют смертельную опасность!

Лавины обычно сходят со склонов гор, покрытых снегом, и могут угрожать деятельности и жизни людей.

**Существует три типа лавин:**

* из свежевыпавшего снега (образуются во время и после снегопада);
* связанная с ломкой пластов снежного покрова;
* возникшая из-за таяния снега.

Стабильность снега зависит от многочисленных факторов: высота, уклон, растительность, осадки, ветер, влажность, температура воздуха, количество и качество свежевыпавшего снега. Мощь лавины поражает воображение. Сила удара лавины варьируется от 5 до 50 т на квадратный метр (например, удар в 3 т на метр вызывает разрушение деревянных строений, а 10 т на метр вырывает с корнем взрослые деревья). Скорость движения лавин может колебаться от 25 до 75 м в секунду.

Как же свести на нет или хотя бы уменьшить опасность, вызванную сходом лавин?

Работы по защите сводятся к строительству соответствующих сооружений, к применению сигналов, обозначающих опасные зоны.

Необходимо помнить следующее:

* никогда не подвергайте себя риску в горах, сразу после сильного снегопада не передвигайтесь по склонам с наклоном свыше 30 градусов;
* преодолевайте склоны на возможно большей высоте, перемещайтесь рано утром и с большой осторожностью;
* носите с собой электронные поисковые приборы;
* получайте информацию о лавинах из специальных бюллетеней.

Если вас снесло лавиной, следует вести себя следующим образом:

* двигайте руками и ногами, имитируя плавание, для того, чтобы остаться на поверхности;
* защитите нос и рот, чтобы не задохнуться;
* когда вы закончили перемещаться, попытайтесь освободить пространство перед носом и грудью;
* не поддавайтесь панике, верьте, что помощь придет;
* экономьте силы, чтобы не так быстро расходовать кислород;
* переборите желание уснуть.

 ***Опасности от вулканов***

Вулкан выбрасывает газы, жидкие и твердые вещества с высокой температурой. Это часто становится причиной разрушения строений и гибели людей.

Лава и другие раскаленные извергаемые вещества стекают по склонам горы и выжигают все, что встречают на своем пути, принося неисчислимые жертвы и поражающие воображение материальные убытки. В этом веке во всем мире от извержений вулканов погибло 40 тыс. человек. Многие городские поселения возникли вблизи вулканов, потому что несмотря на риск, вулканы служат источником благосостояния. Вулканические почвы по своему составу очень плодородны, богаты минералами и позволяют получать до трех урожаев в год. Зоны вулканов в период их бездействия снабжают людей теплой и лечебной водой.

Извержение можно предсказать. Перед бедствием происходят землетрясения с изменением температуры и химического состава воды и пара гейзеров, возникает подземный гул и деформация почвы. Поток лавы, дождь из раскаленных обломков и пар обладают огромной разрушительной силой. Единственной защитой от вулканов является всеобщая эвакуация, поэтому население должно обязательно быть знакомо с планом эвакуации и беспрекословно подчиняться властям в случае необходимости.

Вот какие простые меры следует принять, когда не нужна эвакуация:

* не поддаваться панике, оставаться дома, закрыв двери и окна;
* если кому-нибудь нужна помощь, то выходить из дома, надев теплые вещи, желательно невозгораемые (не из синтетики), защитив нос и рот увлажненной тряпкой;
* не укрываться в подвалах, дабы не быть погребенным под слоем грязи;
* не пользоваться автомобилем;
* не звонить, а получать информацию по радио;
* запастись водой;
* следить за тем, чтобы падение раскаленных камней не стало причиной пожаров, которые следует тут же тушить, при первой возможности - очистить крыши от пепла;
* пригласить специалистов для проверки устойчивости здания.

***Землетрясения***

Это природное явление, не всегда поддающееся предсказаниям, может нанести огромный ущерб. В мире регистрируется почти 150 тыс. землетрясений в год, из которых почти 300 обладают разрушительной силой. Последствия землетрясений очень сильно варьируют в зависимости от местности, ее рельефа, почвы, состояния зданий, плотности населения и т.д.

Чувствительным средством предупреждения землетрясений может

служить поведение животных в часы, предшествующие сейсмическому

катаклизму: они проявляют беспокойство, если их закрыть, становятся возбужденными и хотят выйти; собаки лают, мыши бегут из дома, домашние животные выносят потомство наружу.

К сожалению, изменение поведения животных остается незамеченным в большинстве случаев и правильно истолковывается лишь впоследствии.

В связи с трудностями в предсказании землетрясений, необходимо больше заниматься подготовкой к встрече с ними, разработкой антисейсмических программ для того, чтобы смягчить разрушительные последствия этих природных явлений.

Обследование старого дома, выполненное специалистом, поможет правильно выбрать способы усиления конструкций и таким образом спасти человеческие жизни.

Необходимо получить информацию о сейсмической классификации зоны, где проживаешь для того, чтобы повысить сопротивляемость зданий.

Вот что нужно сделать для усиления конструкции дома:

* убрать выдающуюся часть крыши;
* усилить перекрытия деревянными или стальными балками;
* соединить между собой лестничные марши;
* укрепить главные стены;
* усилить стены по углам и посадить на скобы перегородки;
* соединить балки, держащие крышу, на несущей стене;
* сделать ревизию систем водоснабжения, электроэнергии, отопления и газоснабжения.

Теперь посмотрим, как противостоять одной из наиболее грозных сил Земли.

Перед землетрясением надо:

* осмотреть свой дом с точки зрения сейсмической устойчивости;
* прикрепить мебель к стенам;
* найти возможные маршруты для того, чтобы уйти в укрытие;
* ознакомить с планом эвакуации всех членов семьи;
* взять на заметку места, откуда может возникнуть пожар и держать от них подальше горючие вещества;
* участвовать в учениях, организуемых органами гражданской обороны;
* проверить годность огнетушителей, научиться ими пользоваться;
* периодически менять запасы еды и питьевой воды, держать их наготове;
* всегда иметь обычные медицинские препараты, не считая тех, что находятся в аптечке;
* держать рядом с дверью спасательный рюкзак с одеялом, теплой одеждой, спальным мешком, электрическим фонариком с запасными батарейками, переносным радиоприемником, крепкой обувью, а также питьевую воду и еду в коробке на 2-3 дня.

**Как вести себя во время землетрясения**.

**Дома**:

* не поддаваться панике и сохранять спокойствие, ободрять присутствующих;
* укрыться под крепкими столами, вблизи главных стен или колонн, потому что главная опасность исходит от падения внутренних стен, потолков, люстр;
* держаться подальше от окон, электроприборов, кастрюль на огне, который надо сразу потушить;
* сразу же загасить любой источник пожара;
* разбудить и одеть детей; помочь отвести в безопасное место их и пожилых людей;
* использовать телефон только в исключительных случаях, чтобы позвать на помощь, передать сообщение органам правопорядка, пожарным, гражданской обороне;
* постоянно слушать информацию по радио;
* открыть двери для того, чтобы обеспечить себе выход в случае необходимости;
* не выходить на балконы;
* не пользоваться лифтом;
* не пользоваться спичками, потому что может существовать опасность утечки газа;
* едва закончится первая серия толчков, покинуть дом, но прежде чем оставить его (если он еще цел), закрыть водопроводные краны, отключить газ и электроэнергию;
* вынести предметы первой необходимости и ценности;
* выходить из жилища, прижавшись спиной к стене, особенно если придется спускаться по лестнице;
* закрыть дверь дома;
* собрав всех членов семьи, а также живущих поблизости, направиться в ближайший центр сбора людей, желательно пешком, а не на каком-либо транспортном средстве;
* избегать узких и загроможденных чем-либо улиц.

**По дороге**:

* направляться к свободным пространствам, удаленным от зданий, электросетей и других объектов;
* внимательно следить за карнизами или стенами, которые могут упасть, держаться подальше от башен, колоколов, водохранилищ;
* удалиться из зоны бедствия, при невозможности сделать это - найти укрытие под портиком входа в подъезд;
* следить за опасными предметами, которые могут оказаться на земле (провода под напряжением, стекла, сломанные доски и пр.);
* не подходить близко к месту пожара;
* не укрываться вблизи плотин, речных долин, на морских пляжах и берегах озер - вас может накрыть волна от подводных толчков;
* обеспечить себя питьевой водой;
* следовать инструкциям местных властей;
* участвовать в немедленной помощи другим.

**В машине**:

* не позволять людям поддаваться панике;
* не останавливаться под мостами, путепроводами, линиями электропередач; при парковании машины не загораживать дорогу другим транспортным средствам;
* ехать и останавливать автомобиль подальше от балконов, карнизов и деревьев;
* если можно, лучше не пользоваться автомобилем, а передвигаться пешком;
* лучшее решение, если его принять вовремя, это - покинуть город.

**В общественном месте**:

* главную опасность представляет толпа, которая, поддавшись панике, бежит не разбирая дороги;
* в этом случае постараться выбрать безопасный выход, еще не замеченный толпой;
* постараться не падать, иначе вы рискуете быть растоптанным, не имея ни малейшей возможности подняться;
* скрестить руки на животе, чтобы не сломать грудную клетку;
* постараться не оказаться между толпой и препятствием.

**В школе и других учебных заведениях**:

* следовать плану, разработанному органами гражданской обороны;
* держать ситуацию под контролем, чтобы быть в состоянии помочь другим и обезопасить детей; уверенность и владение обстановкой взрослого позволяют детям следовать его указаниям, не поддаваясь панике;
* тренировки, проведенные заранее с детьми, позволят действовать более правильно и спокойно;
* дети должны знать заранее, где найти убежище - если учительница прячется под кафедрой, маленькие должны использовать для этих целей свои парты; каждый шаг взрослого должен повторяться всеми детьми;
* каждого ученика необходимо учить быть ответственным за свои вещи: таким образом его внимание отвлекается от главной проблемы и это позволяет легче подавить страх во время эвакуации;
* у преподавателя должен быть полный список присутствующих учеников и при выходе он должен его сверить с наличием детей;
* позаботиться о том, чтобы передать детей родителям или в специально предназначенные центры для их сбора.

**В поезде или в метро**:

* будьте готовы к тому, что как только произойдет толчок, возможно будет отключена электроэнергия; вагон погрузится в темноту, но несмотря на это вы не должны поддаваться панике;
* подземные станции в случае землетрясения являются безопасным местом: металлоконструкции позволяют им хорошо противостоять толчкам.

**По возвращении домой**:

* посмотреть, не получило ли здание серьезных повреждений;
* не пользоваться ни спичками, ни электровыключателем, так как может существовать опасность утечек газа;
* не пользоваться телефоном, чтобы не перегружать линию.

**Если вы погребены под обломками**:

* дышать глубоко, не позволять победить себя страху и пасть духом, надо попытаться выжить любой ценой;
* оценить ситуацию и изучить, что есть в ней положительного;
* помнить, что человек способен выдержать жажду и особенно голод в течение достаточного количества дней, если не будет бесполезно расходовать энергию;
* верить, что помощь придет обязательно;
* поискать в карманах или поблизости предметы, которые могли бы помочь подавать светящиеся или звуковые сигналы (например, батарейки или любой предмет, который упав со стуком на трубы или стены мог бы привлечь внимание);
* приспособиться к обстановке и осмотреться, поискать возможный выход;
* если не хватает воздуха, не зажигать свечей, которые потребляют кислород;
* отбросить грустные мысли, сосредоточившись на самом важном;
* если единственным путем выхода является узкий лаз, вы должны протиснуться через него. Для этого необходимо расслабив мышцы постепенно протискиваться, прижав локти к бокам, и двигая ногами вперед, как черепаха.

Землетрясение - это не только разрушенные здания и пропавшие люди, но также и большие сели, оползни, лавины и потоки грязи. Землетрясение с эпицентром на дне моря создает гигантские волны, которые распространяются с огромной скоростью в несколько сотен километров в час - на своем пути они сметают все.

С первым сигналом о землетрясении приходит в движение вся организация гражданской обороны: технический персонал, транспортные средства. У них должны быть лекарства, одежда, питание. Однако, как правило, быстрее всех на это бедствие реагируют вооруженные силы, которые оказывают действенную помощь, оставляя после себя поле деятельности для других служб защиты и ликвидации последствий землетрясения.

***Цунами***

 Сильные землетрясения, особенно подводные, вызывают цунами - гигантские волны высотой 5 - 10 м и более, двигающиеся с огромной скоростью. Наибольшей опасности подвержены побережья морей и океанов. Но цунами могут возникнуть даже на озерах и водохранилищах. Не застрахованы от цунами и жители удаленных от побережий районов, когда могучая энергия землетрясения заставляет колебаться огромные массы воды, которые выплескиваются на берег валами, сметающими все на своем пути.

Обнаружить приближение цунами с помощью приборов возможно лишь за несколько часов. Значительно раньше, чем приборы, чувствуют надвигающуюся беду животные. Внимательное наблюдение за их поведением поможет вам вовремя предпринять необходимые меры.

Можно считать себя в безопасности, находясь на возвышенном месте (30 - 40 м над уровнем моря) или вдали от берега на расстоянии 2 - 3 км. Жителям побережья озер достаточно подняться на высоту 5 м относительно уровня воды.

Цунами возникает при землетрясении силой в 6 баллов и выше:

* дребезжат стекла, раскачиваются люстры;
* возникают трещины в штукатурке зданий;
* колебания почвы мешают ходить и создают ощущение морской качки.

Цунами предшествуют:

* быстрый отход воды от берега (смолкает шум прибоя);
* быстрое понижение уровня воды во время прилива;
* повышение уровня воды в отлив;
* необычный дрейф плавающего льда или других предметов.

Если произошло такое землетрясение, особенно если оно длилось 20 секунд и более, первая волна может подойти уже через 15-20 минут. Обычно эта волна не самая мощная, наиболее опасна одна из последующих.

Рекомендации:

1. Срочно уходите на возвышенные места или вглубь территории, избегая двигаться по долинам рек и ручьев.

2. Если вы находитесь на достаточном расстоянии от берега, выждите три часа после сильных толчков. При отсутствии цунами - опасность миновала. Если волны все же были, то подождите еще полтора часа после последней заметной волны. Если после землетрясения вы услышали сигнал тревоги о приближении цунами - ждите отбоя тревоги.

***Бури, смерчи и ураганы***

**Смерч** представляет собой вертикальный крутящийся столб в воздухе, который зарождается под грозовой тучей и поднимает с земли все, что встречает на своем пути. Своей мощью он вырывает из земли деревья, бетонные опоры, телеграфные столбы, срывает с домов крыши и вместе с крышей всасывает в себя предметы мебели, передвигает автомобили. Он создает среди людей панику своей мгновенной и наводящей ужас силой. Мер предосторожности почти не существует. Однако, крышу, где не хватает нескольких листов железа, легче сорвать, поэтому необходимо постоянно следить за ее состоянием, даже если это и не дает стопроцентной гарантии. Когда смерч только образуется, можно заметить темную вращающуюся воронку, затем наступает на какое-то время тишина, а потом неожиданно начинают подниматься в воздух все более и более тяжелые предметы.

При приближении смерча необходимо: закрыть двери и окна, избегать находиться на последнем этаже, выключить газ и электроэнергию, укрыться в подвале.

Если дом находился в эпицентре смерча лишь несколько минут, прежде чем возвратиться туда, осмотрите строение и выполните возможные ремонтные работы.

**Буря** - это ливень, сопровождающийся сильным ветром шквального характера, что может легко вызвать паводок в реке, наводнение или сель. Могут быть также затоплены подземные этажи, подвалы и гаражи, нанесен большой ущерб обогревательным и электроустановкам. В этом случае надо предусмотреть строительство в подвале дома водосточного колодца с глубоким дном, либо колодца, соединенного с канализацией.

Если ливень, длящийся 30-60 минут настолько сильный, что вода начинает поступать в подземные этажи, надо заблокировать попадание ее туда мешками с песком, приготовленными заблаговременно.

Буре часто предшествует гроза, сильные электрические разряды молнии. Чтобы избежать риска быть пораженными ею, надо вести себя следующим образом:

* отключить телевизор и другие электрические приборы;
* не стоять перед открытым окном, не держать в руках металлических предметов;
* закрыть окна и двери, потому что поток воздуха - хороший проводник электрического тока;
* помнить, что середина комнаты - самое надежное место;
* находясь вне помещения, никогда не бежать, остановить автомашину;
* не укрываться под деревьями, особенно под дубами и лиственницами;
* переместиться, из возвышенной местности в низину;
* держаться подальше от металлоконструкций, труб и водных поверхностей;
* приближение молнии предваряется: металлическим звуком, свечением на острых поверхностях и предметах с металлическими краями, волосы на голове встают “дыбом”. В этом случае необходимо укрыться в безопасном месте и не трогать ничего до тех пор, пока все не придет в “норму”.

При приближении **урагана**:

* плотно закройте двери, окна (ставни), чердачные (вентиляционные) люки, предупредите соседей и не выпускайте на улицу детей;
* уберите с крыш, лоджий, балконов все предметы и вещи, которые ветром может сбросить вниз и травмировать находящихся внизу людей; потушите огонь в печах (горящие искры из труб могут привести к пожарам);
* если ураган застал вас на улице, постарайтесь укрыться в ближайшем прочном здании, подвале или естественном укрытии (овраге, канаве и т.п.). Двигайтесь по возможности боком к ветру, прикрывая лицо от песка и грязи, не теряйте из вида ориентиры;
* ураганы нередко сопровождаются грозой, поэтому избегайте укрываться под отдельно стоящими деревьями; не подходите близко к опорам линий электропередач и т.п. во избежание поражения молнией.

 ***Гроза***

Несколько наблюдений для тех, кто попал в грозу:

* ветер не дает правильного представления о направлении движения грозы, грозы часто идут против ветра;
* расстояние до грозы можно определить по времени между вспышкой молнии и раскатом грома (1с - расстояние 300-400 м, 2с - 600-800 м, 3с - 1000 м);
* непосредственно перед началом грозы обычно наступает безветрие или ветер меняет направление;
* мокрая одежда и тело повышает опасность поражения молнией;
* опасно располагать лагерь на выпуклых формах рельефа;
* предпочтительно в лесу укрываться среди невысоких деревьев, в горах в 3-8 метрах от высокого “пальца” 10-15 метров, на открытой местности - в сухой ямке, канаве;
* песчаная и каменистая почва безопаснее глинистой;
* признаками повышенной опасности являются: шевеление волос, жужжание металлических предметов, разряды на острых концах снаряжения, огни “святого Эльма” на мачтах судов.

**В грозу запрещено**:

* укрываться возле одиноких деревьев;
* не рекомендуется при движении прислоняться к скалам и отвесным стенам;
* останавливаться на опушке леса;
* идти и останавливаться возле водоемов;
* прятаться под скальным навесом;
* бегать и суетиться;
* передвигаться плотной группой;
* находиться в мокрой одежде;
* хранить металлические предметы в палатке.