



# ОГНЕБОРЕЦ-СПАСАТЕЛЬ



ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ  
МЧС РОССИИ  
ПО ЯРОСЛАВСКОЙ ОБЛАСТИ

Издается с июня 2007г.

● №4(56), декабрь 2016г.



## Уважаемые коллеги и ветераны МЧС России!

27 декабря 1990 года было образовано МЧС России. С 1992 года Минтруда в ряду других профессий утвер-

дило профессию «спасатель».

Спасатели стали символом МЧС России.

Поколение людей растёт со знанием того, что в случае беды к ним на помощь обязательно придут мужественные, сильные люди, которые своим опытом и героизмом ежедневно предотвращают тяжкие последствия огненной стихии, техногенных катастроф, происшествий на воде.

Ощущать себя причастным к делу спасения людей – большая честь для каждого. Наша профессия не просто уникальна, она требует особой отваги, ответственности и профессионализма. Вы спасаете человеческие жизни, зачастую рискуя собственной. В любое время вы готовы выполнить любую, даже самую сложную задачу и неоднократно доказывали безупречное исполнение служебного долга.

Дорогие коллеги! От всей души поздравляю вас с профессиональным праздником – Днём спасателя! Желаю вам крепкого здоровья и неиссякаемых сил! Счастья, благополучия вам, вашим родным и близким! Пусть в ваших домах царят мир и покой!

*Начальник Главного управления  
МЧС России по Ярославской области  
Олег Бочаров*



## Уважаемые сотрудники и ветераны МЧС!

Поздравляю вас с профессиональным праздником – Днём спасателя!

Своим повседневным трудом вы обеспечива-

ете спокойствие жителей Ярославской области. Защищая население в чрезвычайных ситуациях, участвуя в ликвидации последствий стихийных бедствий и природных катастроф, вы везде с честью несёте высокое звание спасателей.

Ваш профессионализм – залог стабильности в регионе. В самых сложных ситуациях вы не раз подтверждали своё высокое мастерство и настоящее мужество, готовность прийти на помощь, умение брать ответственность на себя.

Желаю сотрудникам и ветеранам ведомства крепкого здоровья, удачи и успехов в вашем нелёгком труде! Счастья, благополучия вам, вашим родным и близким!

*Временно исполняющий обязанности  
Губернатора Ярославской области  
Д.Ю. Миронов*

## С Днём Спасателя!



## НОВОГОДНИЕ ПРАЗДНИКИ БЕЗ ПРОИСШЕСТВИЙ!

*В канун новогодних праздников инспекторы пожарного надзора начинают операцию «новый год». Специалисты проверяют объекты с массовым пребыванием людей на предмет соблюдения пожарной безопасности, чтобы детские елки и новогодние концерты прошли без происшествий.*



Проверки такого рода включают в себя исследование путей эвакуации из здания, выявление уровня подготовки рабочего персонала и тщательное изучение первых средств тушения пожаров. Также проверяется место установки праздничной елки, которая должна быть надежно закреплена и не перекрывать пути эвакуации. Качество гирлянд для сотрудников МЧС России тоже имеет огромное значение: к эксплуатации допускаются гирлянды только заводского производства и соответствующие требованиям пожарной безопасности.

Сотрудники отделов надзорной деятельности обязательно проводят беседы со школьниками, рассказывая о правилах использования пиротехнических изделий.

Правила соблюдения пожарной безопасности при использовании пиротехнических средств очень важно знать каждому ребенку, - уверены инспекторы. Это поможет избежать печальных последствий при неосторожном обращении с бенгальскими огнями или фейерверками.

*Чтобы новогодние праздники прошли без происшествий, необходимо соблюдать определенные правила.*

### ОСТОРОЖНО: ПИРОТЕХНИКА!

Пиротехническую продукцию необходимо хранить в сухом месте, в оригинальной упаковке и в не доступном для детей месте.

В холодное время пиротехнику необходимо хранить в отапливаемом помещении, в противном случае из-за перепадов температуры продукция может отсыреть.

Обращаем Ваше внимание, что при покупке фейерверков, следует обращать внимание на наличие инструкции на изделии, адреса или телефона производителя или оптового продавца.

Необходимо заранее определить место проведения фейерверка, площадку на которой он будет производиться. При неблагоприятных погодных условиях, а именно при сильном и порывистом ветре лучше совсем отказаться от проведения запуска фейерверка. Необходимо помнить, что если пиротехника простояла под дождем 3-7 минут – гарантии успешного запуска нет. Более того, некоторые виды пиротехнических изделий после намокания становятся опасными для окружающих.

Размер площадки для запуска должен соответствовать максимальному размеру опасной зоны, указанной на изделиях, ко-

торые будут использоваться при проведении фейерверка. Над площадкой не должно быть деревьев (иной растительности), линии электропередач и прочих преград. Не используйте пиротехнические изделия в помещениях, а также в непосредственной близости от жилых и других объектов. Не направляйте петарды и фейерверки в сторону людей, окон зданий и автомашин.

Необходимо определить место расположения зрителей, которые должны находиться за пределами опасной зоны. Оптимальное расстояние составляет не менее 30-50 метров. Помните: использование пиротехнических изделий в нетрезвом виде – опасно для жизни!!!

Прежде чем приступить к запуску праздничного салюта, необходимо заранее ознакомиться с инструкцией. Особое внимание уделить размещению и закреплению изделий, быть готовым оперативно отреагировать в случае возникновения непредвиденной ситуации. Салюты следует устанавливать на твердую поверхность. Салюты с небольшой площадью основания следует закрепить, подсыпав с боков землей или установить в плотный покров снега. Это позволит избежать возможного опрокидывания изделия.

Ракеты и летающие фейерверочные изделия следует запускать вдали от жилых домов, построек с ветхими крышами или открытыми чердачными помещениями.

**И НАКОНЕЦ, НИКОГДА НЕ РАЗБИРАЙТЕ ПИРОТЕХНИЧЕСКУЮ ПРОДУКЦИЮ – НИ ДО ИСПОЛЬЗОВАНИЯ, НИ ПОСЛЕ!!!**

### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПИРОТЕХНИКА НЕ СРАБОТАЛА?

Важно помнить, что в случае если фитиль погас или прогорел, а изделие не начало работать, следует:

Выждать 10 минут, чтобы удостовериться в отказе;

Подойти к фейерверочному изделию и провести визуальный осмотр изделия, чтобы удостовериться в отсутствии тлеющих частей. Категорически запрещается наклоняться над изделием. Последующие действия можно выполнять, только убедившись в отсутствии тлеющих частей;

Собрать и уничтожить не сработавшее пиротехническое изделие. Уничтожают пиротехнику, поместив ее в воду на срок

не менее 24 часов. После этого их можно выбросить с бытовым мусором. Категорически запрещается сжигать фейерверочные изделия на кострах.

### НАРЯЖАЕМ ЁЛКУ ПРАВИЛЬНО

Новогодняя наряженная елка – это радость для детей и взрослых. Но она, к сожалению, может стать причиной пожара.

Во многих домах сейчас устанавливают искусственное праздничное дерево. Оно изготовлено из синтетических материалов, но представляет собой не меньшую угрозу, чем натуральная подосающая хвоя. Искусственная елка при горении выделяет ядовитые вещества. Поэтому при выборе искусственной ели стоит уделить внимание той, что имеет противопожарную пропитку. Эта информация обязательно должна быть указана на упаковке (либо паспорте к продукции).

В целях предупреждения пожара новогоднюю елку необходимо устанавливать как можно дальше от отапливаемых приборов и источников открытого огня – каминов, газовых плит и др.

Обращаем ваше внимание, что на ёлку запрещено устанавливать свечи и бенгальские огни. Для украшения нельзя использовать электрические изделия, не прошедшие сертификацию. Под-

ключение гирлянд к сети должно выполняться с помощью штепсельных соединений. При выявлении неисправности в иллюминации – нагревании проводов, мигании лампочек, искрении, она должна быть срочно отключена.



За 2016 год сотрудниками надзорной деятельности проведено более 3000 мероприятий по надзору, по результатам выявлено свыше 15000 нарушений. В федеральный бюджет и областной бюджет за нарушения норм пожарной безопасности поступило около 15 млн. рублей.

Оказана консультативная помощь представителям предприятий, организаций и бизнес сообществ в количестве более 250 тыс. человек, проведено более 216 тыс. подворовых обходов, распространено среди населения 215 тыс. памяток и листовок.

Благодаря ежедневной работе инспекторов пожарного надзора достигнуты положительные результаты. За последние 12 лет количество пожаров на территории области снизилось на 30% (с 2467 до 1720), а количество погибших людей на 59% (с 295 до 121).

*Только строгое соблюдение требований пожарной безопасности при организации и проведении праздничных мероприятий поможет встретить Новый год максимально безопасно!!!*

*Главное управление МЧС России по Ярославской области напоминает, что в случае возникновения чрезвычайной ситуации, необходимо немедленно звонить по телефонам вызова экстренных служб «01» или «112».*

## СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПОДРАЗДЕЛЕНИЯ К ЗИМЕ ГОТОВЫ!

Сегодня сотрудники Главного управления МЧС России по Ярославской области провели смотр сил и средств спасательных отрядов. Спасатели продемонстрировали штатные средства спасения в зимний период и организовали показательные занятия.

Начальник отдела безопасности людей на водных объектах Виктор Полтавский: «По оперативным данным и сведениям

Ростата в осенне-зимний период 2015-2016 годов на водных объектах Ярославской области произошло 6 происшествий, пострадало 6 человек, из них 4 человека погибли, спасено 2 человека.

Очень часто население пренебрегает действующими запретами о выходе на лед, недооценивая возможную опасность. Поэтому спасатели должны быть готовы оказать помощь на воде, все приемы должны быть отработаны».

Сегодня спасатели оказали помощь пострадавшему на воде силами кинологаического отделения и водолазного расчета.

Максим Власов – спасатель-кинолог Центра обеспечения действий по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям: «Использование собаки для спасения человека на воде очень эффективно. Животное весит гораздо меньше спасателя, под ним не ломается лед, оно гораздо быстрее может доставить средства спасе-



ния пострадавшему».

Случают и провалы техники под лед. Тогда к спасению привлекаются водолазные группы. Напомним, при температуре воды 2-3°C смертельными для человека будут даже 10-15 мин пребывания в воде, а при температуре воды минус 2°C – смерть может наступить через 5-8 мин.

Существуют и более современные средства спасения: надувная спасательная дорожка, а если нет возможности подойти к пострадавшему на достаточное расстояние, чтобы бросить спасательную веревку, на вооружении спасательных

формирований имеются пневматический или стреляющие с помощью пиропатрона линеметы, которые можно направить пострадавшему более прицельно. Спасатели еще раз напомнили о том, что подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не сможете, но и сами рискуете провалиться. Постарайтесь, чтобы по возможности вас тоже кто-то подстраховывал.

Продемонстрировали профессионалы и как спастись самостоятельно с помощью, например, отверток.

В 2016 году государственными инспекторами (ГИМС) освидетельствовано 1245 маломерных судов, зарегистрировано 515 маломерных судов, аттестовано 705 судоводителей на право управления маломерными судами.

Всего на учете в ГИМС МЧС России по Ярославской области состоит 23846 маломерных судов.

Количество происшествий на воде и погибших в результате личной неосторожности людей в местах, не оборудованных для купания, увеличилось (68 происшествий, увеличение на 21%, количество погибших – 45, увеличение на 80%). Спасателями и инспекторами ГИМС организовано дежурство на 34 пляжах и в местах массового отдыха людей у воды. В 2016 году дополнительно принято к эксплуатации 2 пляжа, открыто 3 общественных спасательных поста.

По итогам проведенного мероприятия специалисты Главного управления МЧС России по Ярославской области дали положительную оценку готовности спасательных подразделений к спасению на воде в зимний период.

## ОПАСНЫЙ ЛЕД



Инспекторы ГИМС Ярославской области сообщают, что, несмотря на ледостав на реках региона, рыбалка может быть небезопасной.

Специалисты при патрулировании и проведении замеров льда отмечают большое количество промоин и призывают любителей зимнего клева быть предельно осторожными.

Основным условием безопасного пребывания человека на льду является соответствие толщины льда прилагаемой нагрузке:

- безопасная толщина льда для одного человека не менее 7 см;
- безопасная толщина льда для совершения пешей переправы 15 см и более;
- безопасная толщина льда для проезда автомобилей не менее 30 см.

Прочный лед прозрачный с зеленоватым или синеватым оттенком. Помните, на открытом бесснежном пространстве лед всегда толще.

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ:

1. Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).

2. При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.

3. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.

4. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

5. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).

6. Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

7. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.

8. На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20 – 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее под мышки.

9. Убедительная просьба родителям: не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра.

10. Одна из самых частых причин трагедий на водоемах – алкогольное опьянение. Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

### СОВЕТЫ РЫБОЛОВАМ:

1. Определите с берега маршрут движения.
2. Не выходите на темные участки льда – они быстрее прогреваются на солнце и, естественно, быстрее тают.
3. Не приближайтесь к тем местам, где во льду имеются вмержшие коряги, водоросли, воздушные пузыри.
4. Обязательно имейте с собой средства спасения: шнур с грузом на конце, длинную жердь, широкую доску.
5. Имейте при себе что-нибудь острое, чем можно было бы закрепиться за лед в случае, если вы провалились, а вылезти без опоры нет никакой возможности (нож, багор, крупные гвозди)
6. Не делайте около себя много лунок, не делайте лунки на переправах (тропинках).

## ВОЛОНТЕРЫ

5 декабря в Ярославской области отметили День волонтера. У спасателей МЧС России тоже есть помощники – те, кто по воле сердца помогают людям, отправляются на поиски потерявшихся в любую погоду, днем и ночью, те, кто готов рисковать собой, справляясь с огнем.

Главное управление МЧС России по Ярославской области поздравляет всех, кто работает с нами плечом к плечу с Международным днем волонтера! Мы благодарны за ваш бескорыстный труд во благо процветания добра и мира на земле, за искреннюю помощь тем, кто в ней нуждается!

## «ПАРТИЗАН»: ОТРЯД НЕРАВНОДУШНЫХ

Когда пропадает человек, важна каждая минута. Чем быстрее начать поиск, тем больше шансов найти «потеряшку» живым.

Поисково-спасательный отряд «Партизан» состоит из неравнодушных к чужой беде людей, которые занимаются поисками пропавших в природной и городской среде на безвозмездной основе в Ярославской области и других регионах РФ.

## КАК ВСЕ НАЧИНАЛОСЬ

Командир отряда - Алексей Манаев. С 2012 года активно занимается поисками потерявшихся людей. Начиная поиски в составе разных поисковых подразделений. За год активной поисковой деятельности, принимал участие в десятках поисково-спасательных операциях.

- Благодаря совместным усилиям с различными государственными службами и при активной помощи отзывчивых граждан все наши поиски были доведены до конца. Люди находились, - рассказывает Алексей. К большому сожалению, не всегда живыми, поэтому возникла идея создания отряда, костяк которого будет состоять из специалистов разных областей, чтобы процент найденных живых людей стал выше.

Так в начале 2013 года и появилась, Ярославская региональная общественная поисково-спасательная организация по поиску пропавших, защите и спасению людей в условиях чрезвычайных ситуаций «Партизан». На сегодняшний день отряд осуществляет свою деятельность на основании Устава и заключённых Соглашений о информационном и оперативное взаимодействие с УМВД ЯО, ГУ МЧС ЯО, «Российским союзом спасателей», «Центром гражданской защиты» г. Ярославля, ГКУ ЯО «Пожарно-спасательная служба ЯО», волонтерскими организациями РФ и ближнего зарубежья. Сегодня, кроме филиалов в Ярославле и Костроме, у нас есть представители отряда в Рыбинске, Переславле-Залесском, Ростове, Угличе, что позволяет оперативно реагировать на заявки.

- Основной костяк у нас не большой, - продолжает командир партизанов, - но мы стараемся выполнять поставленные задачи не количеством, а качеством. В отряде есть студенты, военные, инженеры, дизайнеры, технари и управленцы, бывшие и действующие сотрудники правоохранительных органов, аттестованные спасатели. Объединяет их одно – неравнодушные к чужой беде, желание помочь тем, кто в этом нуждается. Нам легче помочь, чем пройти мимо.

## ЗНАНИЯ – СИЛА!

Большое значение в отряде уделяют обучению и самоподготовке. Волонтеры отряда проходили обучение в Центре гражданской защиты Ярославля, на «Курсах гражданской обороны» МЧС, в московском «Красном кресте», в ПСО «Экстремум» Санкт-Петербурга. Благодаря «Департаменту региональной безопасности» и ГОБУ ДПО «Учебно-методического центра ГО ЧС по Ярославской области» начиная с 2015 года у волонтеров отряда появилась возможность проходить обучение по первоначальной подготовке спасателей.

Большое внимание волонтеры уделяют профилактике и пропаганде: правильному поведению в природной среде, основам безопасности жизнедеятельности среди населения, проводя совместно с представителями ГУ МЧС России по Ярославской области образовательные мероприятия для школьников и студентов. Партизаны неоднократно проводили, а также принимали участие в образовательных профилактических акциях «Мы первыми приходим на помощь», которые проводятся для детей и школьников в первые дни сентября. Поддержали и оказывали содействие в проведении Всероссийской экологической акции «Чистый берег», проводимой по инициативе ярославского МЧС. Принимали участие в конференциях, учебно-методических сборах, учениях и других мероприятиях.

- Каждый год мы принимаем участие в качестве инструкторов в военно-патриотической игре «На пути к Победе», посвящённой Дню Победы. Несколько лет подряд организовываем и принимаем участие в акции «День донора от Партизан», которые проводит отряд, тем самым информируя и вовлекая новых людей в данный вид общественно-полезной деятельности.

Совместно с «Российским союзом спасателей» мы взяли шефство над областным детским туберкулезным санаторием «Бабайки» в Некрасовском районе и третий год подряд организуем и проводим новогодние ёлки, даря детям-сиротам и ребятам из асоциальных семей, находящимся на лечении в санатории, праздник и подарки.

## КАЖДОМУ ПО ТРУДУ!

За прошедший период были проведены сотни поисков. Около сорока человек найдены и спасены волонтерами отряда, в том числе дети и подростки.

Волонтеры были отмечены Благодарственными письмами и Почётными грамотами Губернатора Ярославской области и Главного управления МЧС России по



Ярославской области, в том числе есть и медали, одна из которых за отвагу на пожаре и спасение трёх погибавших жителей нашего города.

- Своей деятельностью, мы не пытаемся заменить существующие силовые структуры, - говорит Алексей Манаев, - мы пытаемся помогать, и помогать квалифицированно. В конце года, пять добровольцев отряда, на общих основаниях прошли аттестационную комиссию и приобрели квалификацию «Спасатель». Надо сказать, что мы к этому достаточно долго шли, и это нелегко далось в силу разных причин. И сегодня нам хочется сказать, **БОЛЬШОЕ СПАСИБО** всем кто нам помогал, обучал, оказывал помощь в приобретении оборудования, допускал на ведомственные учебно-тренировочные базы и оказывал содействие в размещении офиса и склада отряда. Мы всех вас помним, ценим, уважаем! Хотим пожелать всем огнеборцам и спасателям, исполнения желаний, крепкого здоровья, надёжных коллег и крепких тылов, желаем, чтобы государство по достоинству и щедро оценивало ваш труд. Ну, а мы, если что поможем, по возможности... С праздником! С Днем спасателя РФ!

Командир ярославского поисково-спасательного отряда «Партизан»  
Алексей Манаев



## В ЯРОСЛАВЛЕ СОСТОЯЛИСЬ СОРЕВНОВАНИЯ ЮНЫХ ПОЖАРНЫХ



В Ярославле в манеже пожарной части № 4 Главное управление совместно с Ярославским отделением ВДПО провели областные юношеские соревнования по пожарно-спасательному спорту среди команд дружин юных пожарных.

Совершенствование пожарно-технических знаний и физической подготовки юных пожарных, популяризация

профессии пожарного, развитие пожарно-прикладного спорта среди подрастающего поколения – вот основные цели, которые ставят перед собой не только организаторы, но и участники соревнований, - рассказал председатель Ярославского отделения ВДПО.

В состязаниях среди команд дружин юных пожарных принимали участие ребята из Рыбинска и Углича, а также Угличского, Любимского, Даниловского, Некрасовского, Пошехонского, Ростовского районов Ярославской области. Всего заявлено 10 команд из 8 муниципальных образований области.

В программу соревнований традиционно вошло комплексное двоеборье, включающее в себя преодоление 80-метровой полосы и подъем по штурмовой лестнице, а также пожарная эстафета.

Традиционно в областных юношеских соревнованиях по пожарно-спасательному спорту принимают участие и команды представительниц прекрасного пола.

Абсолютно все ребята показали волю и стремление к победе, но первыми стали сильнейшие – юные пожарные из г. Рыбинска. Победители и призеры соревнований были награждены дипломами, кубками и памятными призами.



### *Уважаемый Олег Анатольевич! Уважаемые ветераны и сотрудники МЧС!*

Сердечно поздравляем всех вас с Днем Спасателя России!

В этот праздничный день хотелось бы пожелать всем Вам нескончаемой силы духа, смелости и отваги для совершения все новых и новых подвигов!

МЧС России является одним из самых эффективных ведомств с отлаженной системой оперативного реагирования, на самом высоком уровне решающим задачи по предупреждению и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Вы - это военные и гражданские спасатели, поисково-спасательные отряды, медики и психологи, специалисты в области мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций. На вооружении спасателей находятся самые современные технологии. Но положительный имидж такой мощной структуры не возникает сам по себе. Его

создают реальные люди, которые уверенно смотрят в будущее и своим каждодневным героическим трудом стремятся сделать жизнь нашего общества безопасной.

Сотрудники выполняют важнейшие задачи по предотвращению и своевременному реагированию на чрезвычайные ситуации. И это требует не только высокой профессиональной подготовки, умения быстро принять решение, но и личного мужества. Успех пожарных и спасателей — это ежегодно сотни спасенных жизней. Люди знают, что сотрудники МЧС всегда придут на помощь в случае беды.

*Огромное человеческое спасибо Вам за ваш сложный незаменимый труд!*

*С праздником вас - С Днем Спасателя !*

Председатель ЯОООО ВДПО Г.И. Милованов.



**НОВОСТИ ПРОШЕДШЕГО КВАРТАЛА**

**ЛУЧШИЙ ПАПА ЯРОСЛАВЛЯ РАБОТАЕТ В МЧС**

В 12 ноября в Ярославле завершился открытый городской конкурс «Супер-папа», который был организован центром «Молодость» при поддержке управления по молодежной политике мэрии Ярославля. Сергей Смирнов - старший оперативный дежурный Центра управления в кризисных ситуациях занял третье место в конкурсе, а, кроме того, получил диплом победителя в кулинарном этапе.

Более 80 пап в возрасте до 35 лет подали заявки на участие в состязании. Но до финала дошли только 12. Именно они и боролись за звание «Супер-папа».

В этом году папы - участники конкурса, получили уникальную возможность проявить свои таланты в самых разных направлениях. Они показали спортивные умения в турнире по боулингу, кулинарные навыки, проявили интеллект в командной игре и продемонстрировали творческие способности на сцене дома культуры Красный Перевал, где проходил финал.

В финале конкурса папы, разделившись на четыре команды, показывали знания мультфильмов, которые смотрят их дети: какая немолодая девушка мечтала попасть в телевизор? Что нужно сделать, чтобы продать что-нибудь ненужное? По какой причине Шарик предпочитал магазинное мясо? Общими усилиями удавалось найти ответы на любой вопрос.

Сергей вместе с женой воспитывают 2-летнюю дочь Маргариту, которая, несмотря на свой юный возраст, активно поддерживала папу и также принимала участие в творческом конкурсе «Портрет папы». Маленькая Рита заняла в состязании 1 место.



**В РЯДАХ МЧС НОВЫЕ КАДЕТЫ**

Во дворце Культуры Угличского муниципального района состоялось «Посвящение в кадеты «Юный пожарный-спасатель». Почетное звание кадета присвоено 36 ученикам МОУ СОШ № 5 им. 63 Угличского пехотного полка.



От Главного управления МЧС России по Ярославской области в поздравлении кадетов приняли участие заместитель начальника управления гражданской защиты Дмитрий Саушев и начальник отдела территориального взаимодействия и применения сил единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций управления гражданской защиты Александр Пивень.

За успехи, достигнутые в спорте и участии в кадетских мероприятиях дипломом главного управления МЧС России награждена ученица 10 «К» класса Анна Дорошкевич.

Директору школы № 5 Татьяне Пятницыной вручена грамота Главного управления МЧС России по Ярославской области за профессионализм и преданность своему делу, активное участие в кадетском движении, воспитании юных патриотов России и плодотворное сотрудничество с МЧС России.

Командиры кадетских классов гордо возвысили знамена, и торжественно приняли присягу.

**КРАШ-КУРСЫ ДЛЯ ЯРОСЛАВСКИХ СТУДЕНТОВ**

Сегодня сотрудники Главного управления МЧС России по Ярославской области приняли участие в краш-курсах, организованных УГИБДД Ярославля.

Мероприятие проводится в преддверии Дня памяти жертв ДТП и рассчитано на молодых людей старше 18 лет. Первые краш-курсы посетили студенты ярославского промышленно-экономического колледжа.

Участниками акции стали инспекторы безопасности дорожного движения, спасатели и врачи медицины катастроф – все те, кто всегда первыми оказываются на месте происшествия.

Специалисты рассказывали молодежи о страшных авариях, свидетелями которых по долгу службы им довелось стать. Все примеры – это не просто искалеченные жизни, судьбы, это трагедии, исправить которые никто не в силах. Выступления специалистов сопровождали видео-ролики с мест ДТП и, безусловно, произвели сильное впечатление на слушателей.

Сотрудники госавтоинспекции уверены, что такая наглядная акция даст возможность молодым людям понять, что лихачество на дороге и несоблюдение правил дорожного движения может изменить их жизнь в любую секунду.



**ЗАЩИТНИКИ-ДОБРОВОЛЬЦЫ**

Ярославское добровольное пожарное общество пополнилось еще одной дружиной. Пожарные добровольцы станичного казачьего общества «Алексеевское» встали на защиту пожарной безопасности п. Новоалексеевка Переславского района.

В настоящее время в добровольной пожарной дружине «Защитник» состоит 8 человек, на вооружении находится 1 мотопомпа, 4 комплекта боевой одежды, пожарно-техническое оружие.

Начальник отдела обеспечения пожарной безопасности объектов и взаимодействия с ведомственной и добровольной пожарной охраной управления организации пожаротушения и проведения аварийно-спасательных работ Главного управления Рамиль Гиматов: «Добровольцы прошли обучение по программам дополнительного образования, изучив организационные основы пожарной охраны, охраны труда, тактики тушения пожаров и проведения аварийно-спасательных работ, научились работать с пожарной и аварийно-спасательной техникой, освоили навыки оказания первой медицинской и психологической помощи».



Рамиль Гиматов от имени Главного управления МЧС России по Ярославской области вручил добровольной пожарной дружине «Защитник» свидетельства об обучении и 3 комплекта боевой одежды пожарного.

Планируется, что добровольную пожарную дружину оснастят еще и автомобилем АРС-14 для тушения пожаров.

## ЭКСТРЕННАЯ ДОПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

*Человек не всегда самостоятельно может справиться с сильнейшими эмоциональными реакциями, которые захлестывают его в момент, когда он оказывается в какой-либо экстремальной ситуации. Это могут быть страх, гнев, обида, тревога, безысходность и острейшее чувство утраты, потери. Именно поэтому так важно его поддержать и помочь найти силы и мужество жить дальше.*

### Как правильно оказать такую помощь?

Помните, что в первую очередь пострадавший может нуждаться в медицинской помощи. Необходимо убедиться, что у человека нет физических травм, проблем с сердцем, и только тогда оказывать допсихологическую помощь.

### Психологические реакции: как с ними справиться?

**Агрессивная реакция** или гнев, злость – это активная энергозатратная реакция, которая бывает нескольких видов: вербальная (человек высказывает слова угрозы) и невербальная (человек совершает какие-то агрессивные действия). Гнев – это еще более эмоционально заразная реакция, чем истерика. Если вовремя ее не остановить, то в какой-то момент она может стать массовой.

Помощь пострадавшему. Разговаривайте с человеком спокойно, постепенно снижая темп и громкость речи. Обращайтесь к человеку по имени, задавайте вопросы, которые помогут бы ему сформулировать и понять его требования к этой ситуации, например, «Как вы считаете, что будет лучше сделать?». Необходимо говорить тише, медленнее и спокойнее, чем человек, который испытывает эту реакцию. Чтобы оказать человеку поддержку, примите его право на эту реакцию и то, что она направлена не на вас и не на окружающих, а на обстоятельства.

Помощь себе. Постарайтесь высказать, что вы чувствуете другому человеку. Дайте себе физическую нагрузку.

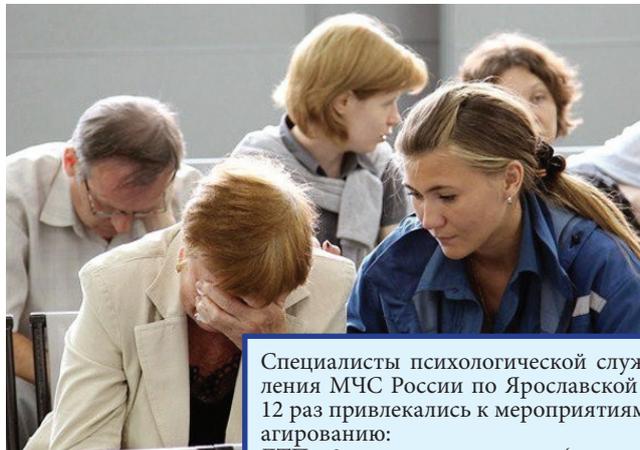
**Недопустимые действия.** Не нужно считать, что человек, выражающий агрессию, по характеру злой. Гнев – нормальная реакция на ненормальные обстоятельства, так человек выражает свою эмоциональную боль. Не старайтесь переспорить человека или переубедить его, даже если считаете, что он неправ. Не угрожайте и не запугивайте.

**Апатия** – это реакция снижения общей эмоциональной, поведенческой и интеллектуальной активности человека. Зачастую, когда человек попадает в экстремальную ситуацию, это оказывается для него настолько тяжелым переживанием, что он не в состоянии сразу осознать то, что случилось, и апатия в данном случае выступает как психоло-

гическая анестезия.

Помощь пострадавшему. Если это возможно, дайте такой реакции состояться, постарайтесь обеспечить человеку те условия, в которых он мог бы отдохнуть. Если это по каким-то причинам невозможно, то необходимо помочь человеку мягко выйти из этого состояния. Можно дать стакан сладкого крепкого чая, предложить какую-то умеренную физическую нагрузку (пройтись пешком, сделать несколько простых физических упражнений). Поговорите с человеком, задайте ему несколько простых вопросов, исходя из того, знаком он вам или нет: «Как тебя зовут?», «Как ты себя чувствуешь?». Скажите человеку, что испытывать апатию – это нормальная реакция на сложившиеся обстоятельства.

Помощь себе. Если вы чувствуете упадок



Специалисты психологической службы Главного управления МЧС России по Ярославской области в 2016 году 12 раз привлекались к мероприятиям по экстренному реагированию:

ДТП – 3 привлечения, пожар (техногенный) – 2 привлечения, суицид – 2 привлечения, обрушение (сопровождение поисково-спасательных работ) – 1 привлечение, другое – 4 привлечения (2 - психологическое сопровождение погибшего в Бурятии, 1 – отравление гелием семьи в г. Переславль-Залесский, 1 - гибель сотрудника МЧС).

Виды оказанной психологической помощи: - индивидуальная психологическая помощь – 26 человек; - групповая психологическая помощь - 39 человек; - информационно-психологическая поддержка – 31 человек; - дистанционная информационно-психологическая поддержка (телефон «Горячей линии») – 337; Всего поступило 433 обращения.

- сопровождение массовых мероприятий – 11.

сил, вам трудно собраться и начать что-то делать, и особенно, если вы понимаете, что не способны испытывать эмоции, дайте себе возможность отдохнуть. Снимите обувь, примите удобную позу, постарайтесь расслабиться. Не злоупотребляйте напитками, содержащими кофеин (кофе, крепкий чай), это может только усугубить ваше состояние. По возможности отдохните столько, сколько потребуется. Если ситуация требует от вас действий, дайте себе короткий отдых, расслабьтесь хотя бы на 15–20 минут. Помассируйте мочки ушей и пальцы рук. Эта процедура поможет вам немного взбодриться. Выпейте чашку некрепкого сладкого чая. Сделайте несколько физических упражне-

ний, но не в быстром темпе. После этого приступайте к выполнению тех дел, которые вам необходимо сделать. Выполняйте работу в среднем темпе, старайтесь сохранять силы. Например: если вам нужно дойти до какого-то места, не бегите – передвигайтесь шагом.

**Недопустимые действия.** Не «выдергивайте» человека из этого состояния и не прекращайте течение этой реакции без крайней на то нужды. Не нужно призывать человека собраться, «взять себя руки», апеллируя к моральным нормам, не нужно говорить, что «так нельзя», «ты сейчас должен».

**Страх** – это эмоция, которая оберегает нас от рискованных, опасных поступков, его время от времени испытывает каждый человек. Опасным страх становится, когда он не оправдан (человек боится того, что не представляет для него опасности) или силен настолько, что лишает человека способности думать и действовать.

Помощь пострадавшему. Не оставляйте человека одного, страх тяжело переносить в одиночестве. Если страх настолько силен, что буквально парализует человека, то можно предложить ему сделать несколько простых приемов. Например, задержать дыхание, насколько это возможно, а после сосредоточиться на спокойном медленном дыхании. Другой прием основан на том, что страх – это эмоция, а любая эмоция стано-

вится слабее, если включается мыслительная деятельность, поэтому можно предложить человеку простое интеллектуальное действие, например, отнимать от 100 по 7. Когда острота страха начинает спадать, поговорите с человеком о том, чего он боится, не нагнетая эмоции, дав возможность человеку выговориться. Такие разговоры не усиливают страх, а дают возможность человеку поделиться им. Поэтому, если человек говорит о том, чего он боится, поддержите его, поговорите

с ним на эту тему.

Помощь себе. Если вы находитесь в состоянии, когда страх лишает способности думать и действовать, то можно попробовать применить дыхательные или физические упражнения. Попытайтесь сформулировать про себя, а потом проговорить вслух, что вызывает страх.

**Недопустимые действия.** Даже если вы считаете, что страх неоправданный или нелепый, то не нужно пытаться убедить в этом человека фразами: «Не думай об этом», «Это ерунда», «Это глупости». Когда человек находится в таком состоянии, для него страх серьезен и приносит эмоциональную боль.

(продолжение читайте в следующем номере)

#### Учредители:

Главное управление МЧС России по Ярославской области; Ярославское областное отделение Общероссийской общественной организации ВДПО

#### Адрес редакции:

150000, г. Ярославль, Красная пл., 8, пресс-служба.  
Телефон: (4852) 79-08-42  
E-mail: mchs.yaroslavl@mail.ru

#### Ответственный за выпуск:

Михаил Зверев  
Над выпуском работали:  
Вера Павлова, Мария Короткова,  
Никита Овсянников.

#### Отпечатано

ООО «Аппарель-Полиграфия»  
ИНН 7602045756  
г. Ярославль, (4852) 74-59-88  
Заказ № 161991. Тираж 999 экз.