

## Памятка туристу по активному отдыху в Карелии

1. При бронировании тура рекомендуем внимательно ознакомиться с программой выбранного тура и общей информацией по условиям его проведения. По всем возникшим вопросам обращайтесь в организацию, предоставляющую тур.
2. При себе кроме документа, удостоверяющего личность, рекомендуем иметь ксерокопию паспорта (1 страница+прописка), путевку или документ, заменяющий ее (договор, заявка на бронирование).
3. Турист не должен забывать, что, выбрав активный вид отдыха, необходимо быть готовым к походным и различным погодным условиям, уважать участников тура и выполнять команды проводника на всём протяжении маршрута.
4. Необходимо проинформировать до поездки о возможных болезнях или противопоказаниях к участию в путешествии с умеренной физической нагрузкой и с ночевками в полевых условиях. Лицам, нуждающимся в лечении и постоянном врачебном наблюдении, участвовать в активных турах не рекомендуется. При появлении известных Вам признаков недомогания или заболевания на маршруте немедленно обратитесь к гиду-проводнику.
5. Руководитель группы сопровождающий, в зависимости от количества участников и особенностей программы их может быть несколько. Сопровождающий обязан ознакомить Вас с правилами безопасности в походе. Во время тура он обучает участников навыкам и азам туризма. Он имеет право снять участника с маршрута за систематическое нарушение правил безопасности в походе, за поступки угрожающие здоровью участников, при ухудшении здоровья участника, а также рекомендовать участнику сойти с маршрута в случае его явной неподготовленности (о чем составляется акт, а бывший участник сопровождается в ближайший населенный пункт, имеющий транспортное сообщение).
6. Маршрут или график движения по маршруту может быть скорректирован на месте, исходя из погодных условий, подготовленности группы и других обстоятельств. Инструктор имеет право принимать решение об объезде, обходе (обносе) опасных участков. На воде участники всегда находятся в спасательных жилетах, при прохождении опасных порогов - в касках. В касках, также необходимо находиться при проведении туров на снегоходах, квадроциклах и в горной местности.
7. Большинство туров не требует специальной подготовки, в них могут участвовать все желающие, включая детей с 7-ми летнего возраста в сопровождении 1 родителя на каждого ребенка или близких родственников, несущих за них полную ответственность. Без сопровождения на тур допускаются лица с 16 лет. Если сложность маршрута предполагает другие требования к участникам, это оговаривается в программе. Для участия в сплаве по рекам, выше 3 категории сложности желательно наличие туристского опыта сплава по рекам.

### С собой необходимо взять на маршрут:

1. Два комплекта спортивной одежды и обуви. Один комплект одежды должен быть обязательно шерстяной, температура в Карелии летом может опуститься до 10 градусов и ниже. Из обуви желательно иметь легкие быстросохнущие тапочки или кеды, кроссовки для стоянки.
2. Куртку от дождя и комаров (штормовку, ветровку).
3. Личную посуду и нож.
4. Медикаменты (для туристов с хроническими заболеваниями).
4. Флягу или другую емкость для питья во время движения.
5. Репелент "ОТ КЛЕЩЕЙ"

Телефон службы спасения: 8 (8142) 73-35-16

Мы желаем Вам безопасного и прекрасного путешествия!

Адрес защитного сооружения: \_\_\_\_\_

Адрес пункта выдачи средств индивидуальной защиты: \_\_\_\_\_

Адрес сборного эвакуационного пункта: \_\_\_\_\_

Кроме того, Вы должны **ЗНАТЬ**:

время прибытия на сборный эвакуационный пункт, вид транспорта, на котором Вы эвакуируетесь и время его отправления; что необходимо иметь с собой при эвакуации из документов, средств защиты, имущества, продуктов; что необходимо сделать, уходя из квартиры: правила поведения и порядок действий по сигналам ГО.

**УМЕТЬ:**

1. Пользоваться средствами индивидуальной защиты органов дыхания, индивидуальной аптечкой, индивидуальным перевязочным пакетом.
2. Изготовить ватно-марлевую повязку и пользоваться ее.

**ПРИМЕЧАНИЕ:**

1. \*Указанные мероприятия выполняются в соответствующих зонах опасности в соответствии с законодательством Российской Федерации.
2. Дополнительную информацию о возможных опасностях можно получить по месту работы и в администрации по месту жительства.

**ГРАЖДАНЕ!**

Для того чтобы защитить себя от опасностей Вы должны **ЗНАТЬ:**

действия по сигналам «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА», «ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА», «РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ», «УГРОЗА КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ЗАТОПЛЕНИЯ».

Доведение сигналов гражданской обороны осуществляется путем подачи предупредительного сигнала «**ВНИМАНИЕ ВСЕМ!**», предусматривающего включение сирен, прерывистых гудков и других средств громкоговорящей связи с последующей передачей речевой информации.

При этом необходимо включить телевизор, радиоприемник, репродуктор радиотрансляционной сети и прослушать сообщение о нижеперечисленных сигналах или информацию о действии в ЧС.

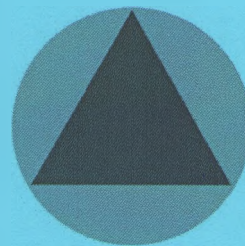
При возникновении ЧС необходимо действовать в соответствии с рекомендациями, содержащимися в информационном сообщении.

**По сигналу «ХИМИЧЕСКАЯ ТРЕВОГА»\*:**

1. Отключить свет, газ, воду, отопительные приборы.
2. Взять документы.
3. Плотно закрыть окна, отключить вытяжку, обеспечить герметизацию помещений.
4. Использовать средства индивидуальной защиты (при наличии), остаться в герметичном помещении или укрыться в закрепленном защитном сооружении.

## ПАМЯТКА

### по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям



г. Петрозаводск

**По сигналу «ВОЗДУШНАЯ ТРЕВОГА»:**

1. Отключить свет, газ, воду, отопительные приборы.
2. Взять документы.
3. Плотно закрыть окна.
4. Пройти в закрепленное защитное сооружение или простейшее укрытие.

**По сигналу «РАДИАЦИОННАЯ ОПАСНОСТЬ»:**

1. Отключить свет, газ, воду, отопительные приборы.
2. Взять документы.
3. Плотно закрыть окна, отключить вытяжку, обеспечить герметизацию помещений.
4. Принять йодистый препарат.
5. Использовать средства индивидуальной защиты (при наличии), остаться в герметичном помещении или укрыться в закрепленном защитном сооружении.

**По сигналу «УГРОЗА КАТАСТРОФИЧЕСКОГО ЗАТОПЛЕНИЯ»\*:**

1. Отключить свет, газ, воду, отопительные приборы.
2. Взять с собой документы.
3. Осуществить эвакуацию или, при ее невозможности, занять верхние ярусы прочных сооружений до прибытия помощи.

**По сигналу «ОТБОЙ» вышеперечисленных сигналов:**

1. Вернуться из защитного сооружения к месту работы или проживания.
2. Быть в готовности к возможному повторению сигналов оповещения.