|  |
| --- |
| Памятка школьнику БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГЕ  Ежегодно в нашей стране жертвами дорожно-транспортных происшествий становятся дети. Каждый день вы выходите на улицу и становитесь участниками дорожного движения. Очень часто ребята нарушают правила дорожного движения или вовсе их не знают. Давайте сейчас, прочитав эту памятку, запомним основные правила и не будем их нарушать.  ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ДОРОГЕ  ¬ Никогда не выбегайте на дорогу перед приближающимся автомобилем. Это опасно, потому что водитель не может остановить машину сразу.  ¬ Дорогу необходимо переходить в специально установленных местах по пешеходному переходу. ¬ На проезжую часть выходите только после того, как убедитесь в отсутствии приближающегося транспорта и слева и справа.  ¬ Выйдя из автобуса не выбегайте на дорогу. Подождите, пока автобус отъедет, и только потом, убедившись в отсутствии машин, переходите дорогу. ¬ Опасно выезжать на проезжую часть на скейтах и роликовых коньках.  ¬ Не выбегайте на дорогу вне зоны пешеходного перехода, в этом месте водитель не ожидает пешеходов и не сможет мгновенно остановить автомобиль. ¬ Опасно играть в мяч и другие игры рядом с проезжей частью, лучше это делать во дворе или на детской площадке.  ¬ Умейте пользоваться светофором. Помните!  Только строгое соблюдение Правил дорожного движения защищает всех вас  **Важно чтобы родители были примером для детей в соблюдении правил дорожного движения.**  Не спешите, переходите дорогу размеренным шагом. Выходя на проезжую часть дороги, прекратите разговаривать — ребёнок должен привыкнуть, что при переходе дороги нужно сосредоточиться.  Не переходите дорогу на красный или жёлтый сигнал светофора. Переходите дорогу только в местах, обозначенных дорожным знаком «Пешеходный переход».  Из автобуса, троллейбуса, трамвая, такси выходите первыми. В противном случае ребёнок может упасть или побежать на проезжую часть дороги.  Привлекайте ребёнка к участию в ваших наблюдениях за обстановкой на дороге: показывайте ему те машины, которые готовятся поворачивать, едут с большой скоростью и т.д.  Не выходите с ребёнком из-за машины, кустов, не осмотрев предварительно дороги, — это типичная ошибка, и нельзя допускать, чтобы дети её повторяли.  Не разрешайте детям играть вблизи дорог и на проезжей части улицы |
| |  | | --- | |  | |  | |  | |

**ПАМЯТКА ПО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ НА ОБЪЕКТАХ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА**

Железнодорожные пути являются объектами повышенной опасности. Находясь на них, вы подвергаете свою жизнь риску. Переходить железнодорожные пути можно только в установленных и оборудованных для этого местах, убедившись в отсутствии приближающегося поезда или на разрешающий сигнал переездной сигнализации.

В целях сохранения своей жизни никогда и ни при каких обстоятельствах:

· не подлезайте под пассажирские платформы и подвижной состав;

· не прыгайте с пассажирской платформы на пути;

· не проходите по железнодорожному переезду при запрещающем сигнале светофора переездной сигнализации независимо от положения и наличия шлагбаума;

· не находитесь на объектах железнодорожного транспорта в состоянии алкогольного опьянения;

· не поднимайтесь на опоры и специальные конструкции контактной сети, воздушных линий и искусственных сооружений.

**НА ЖЕЛЕЗНОЙ ДОРОГЕ ЗАПРЕЩЕНО:**

1. Ходить по железнодорожным путям.

2. Переходить и перебегать через железнодорожные пути перед близко идущим поездом, если расстояние до него менее 400 метров.

3. Переходить через путь сразу же после прохода поезда одного направления, не убедившись в отсутствии следования поезда встречного направления.

4. На станциях и перегонах подлезать под вагоны и перелезать через автосцепки для прохода через путь.

5. Проходить вдоль, железнодорожного пути ближе 5 метров от крайнего рельса.

6. Проходить по железнодорожным мостам и тоннелям, не оборудованным дорожками для прохода пешеходов.

7. Стоять на подножках и переходных площадках, открывать двери вагонов на ходу поезда, задерживать открытие и закрытие автоматических дверей пригородных поездов.

8. Проезжать в поездах в нетрезвом состоянии.

9. Оставлять детей без присмотра на посадочных платформах и в вагонах.

10. Выходить из вагона на междупутье и стоять там при проходе встречного поезда.

11. Прыгать с платформы на железнодорожные пути.

12. Устраивать на платформе различные подвижные игры.

13. Курить в вагонах (в том числе в тамбурах) пригородных поездов, в не установленных для курения местах в поездах местного и дальнего сообщения.

14. Бежать по платформе рядом с вагоном прибывающего или уходящего поезда, а также находиться ближе двух метров от края платформы во время прохождения поезда без остановки.

Родители! Обратите особое внимание на разъяснение детям правил нахождения на железной дороге. На железной дороге запрещено оставлять детей без присмотра – это может привести к трагическим последствиям. Всегда помните, что находясь на железнодорожных объектах, детей необходимо держать за руку или на руках. Железная дорога не место для игр, а зона повышенной опасности! Берегите вашу жизнь и жизнь ваших детей! Любое постороннее вмешательство в деятельность железнодорожного транспорта незаконно, оно преследуется по закону и влечет за собой уголовную и административную ответственность (за нарушения правил безопасности детьми ответственность несут родители). Наложение на рельсы посторонних предметов, закидывание поездов камнями и другие противоправные действия могут повлечь за собой гибель людей.

Категорически запрещается:

· повреждать объекты инфраструктуры железнодорожного транспорта;

· повреждать железнодорожный подвижной состав;

· класть на железнодорожные пути посторонние предметы;

· бросать предметы в движущийся подвижной состав;

· оставлять ложные сообщения о готовящихся террористических актах на объектах железнодорожного транспорта.

**Поведению на воде в летний период**

Помни, что на водоем ты должен ходить только в сопровождении взрослых!

Рекомендации для детей:

- Купаться можно в разрешенных местах, в купальнях или на оборудованных пляжах.

- Для купания выбирай песчаный берег, тихие неглубокие места с чистым дном.

- Не купайся в запрещенных и необорудованных для купания местах (у плотин, на водосбросе, в карьерах, котлованах, бассейнах для промышленных нужд).

- Помни, что при купании категорически запрещается: · заплывать далеко от берега, выплывать за пределы ограждения мест купания; · подплывать близко к проходящим катерам, весельным лодкам, гидроциклам; · взбираться на технические предупредительные знаки; · прыгать в воду с лодок, катеров и других плавательных средств; · купаться в вечернее время после захода солнца; · прыгать в воду в незнакомых местах; · купаться у крутых, обрывистых берегов; · играть на воде в опасные игры, не «топи» друзей и не ныряй глубоко;

- Помни, что после еды разрешается купаться не раньше чем через полтора - два часа.

- Во время купания не делайте лишних движений, не переутомляйте себя

. - Остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко.

- Не плавай при больших волнах, сильном течении.

- Помни, что причиной гибели на воде часто бывает сковывающая его движения судорога. Причины этому следующие: · переохлаждение в воде; · переутомление мышц; · купание незакалённого в воде с низкой температурой;

- Во всех случаях рекомендуется по возможности выйти из воды.

Основные правила безопасности летом, которые должен знать каждый ребенок:

- Если светит солнце, то носи летом головной убор; - Не находись долго на солнце, если ты чувствуешь, что кожа начинает печь и краснеть, немедленно уйди в тень или оденься;

- Старайся не быть под прямым солнцем днем, а только утром и ближе к вечеру;

- Не бери с собой в жаркое место и не ешь продукты, которые быстро испортятся: мясо, колбаса, рыба, молочные продукты;

- Пей много воды летом, но старайся не пить сладкую воду, от неё еще больше хочется пить;

- Всегда ешь вымытые продукты и мой перед едой руки;

- Если рядом насекомые, то не делай резких движений. Если ты кушаешь, то будь осторожен, чтобы насекомое не попало в рот и не ужалило;

- Не подходи близко к собакам, особенно если у собаки щенки и собака кушает;

- Не общайся с незнакомцами (ни с мужчинами, ни с женщинами), ничего не бери у них и не веди к себе домой, не называй свой адрес, фамилию, телефон. Взрослый должен просить помощи у взрослого, и не должен обращаться к ребенку!

БЕРЕГИ СВОЮ ЖИЗНЬ!

**Памятка родителям, работникам учреждений образования о мерах, профилактики несчастных случаев вследствие падения с высоты**

**Как защитить ребёнка от падения из окна:**

Сейчас лето, и многие родители забывают о том, что открытое окно может быть смертельно опасно для ребёнка. Каждый год от падений с высоты гибнет огромное количество детей. Будьте бдительны!

1. Никогда не держите окна открытыми, если дома ребёнок! Вам кажется, что Вы рядом, но секунда, на которую Вы отвлечетесь, может стать последней в жизни Вашего ребёнка!

2. Никогда не используйте антимоскитные сетки - дети опираются на них и выпадают вместе с ними наружу!

3. Никогда не оставляйте ребёнка без присмотра!

4. Установите на окна блокираторы, чтобы ребёнок не мог самостоятельно открыть окно! Падение из окна - является одной из основных причин детского травматизма и смертности, особенно в городах. Дети очень уязвимы перед раскрытым окном из-за естественной любознательности.

Наличие в доме кондиционера - закономерно снижает риск выпадения из окна, однако помните, что в доме, где есть ребёнок - НЕПРЕМЕННО должны стоять хотя бы фиксаторы - это минимальная защита, так как ребенок может открыть окно и сам.

**Как защитить ребёнка от падения из окна?**

1. Большинство случаев падения происходит тогда, когда родители оставляют детей без присмотра. Не оставляйте маленьких детей одних.

2. Отодвиньте от окон все виды мебели, чтобы ребёнок не мог залезть на подоконник.

3. НИКОГДА не рассчитывайте на москитные сетки! Они не предназначены для защиты от падений! Напротив - москитная сетка способствует трагедии, ибо ребёнок чувствует себя за ней в безопасности и опирается, как на окно, так и на неё. Очень часто дети выпадают вместе с этими сетками.

4. По возможности, открывайте окна сверху, а не снизу.

5. Ставьте на окна специальные фиксаторы, которые не позволяют ребёнку открыть окно более, чем на несколько дюймов.

6. Защитите окна, вставив оконные решетки. Решётки защитят детей от падения из открытых окон. Вы можете обратиться в специальные фирмы, занимающиеся их монтажом и выбрать наиболее подходящие вашему типу окон.

7. Если вы что-то показываете ребёнку из окна - всегда крепко фиксируйте его, будьте готовы к резким движениям малыша, держите ладони сухими, не держите ребёнка за одежду.

8. Если у вас нет возможности прямо сейчас установить фиксирующее и страховое оборудование, вы легко можете просто открутить отверткой болты, крепящие рукоятки и убрать их повыше, используя по мере необходимости и сразу вынимая после использования.

**Обратите внимание:**

\* Если вы устанавливаете решётку на весь размер окна, должен быть способ быстро открыть ее в случае пожара! (Это особенно необходимо, когда специалисты МЧС вынимают людей из горящего дома лестницами, батутами, или когда спастись можно только крайней мерой - незащищённым прыжком из окна) Решётка должна открываться на навесках и запираться навесным замком. Ключ вешается высоко от пола, около самого окна, на гвоздике, так, чтобы подросток и взрослый смогли быстро открыть окно за 30-60 секунд при острой необходимости. Не заваривайте решётками окна наглухо, это может стоить вам жизни даже на первом этаже!

\* При любом типе решёток - просвет между прутьями не должен быть более половины поперечного размера головы ребёнка (не более 10 см). Если ребёнок может просунуть голову между прутьями - нет ни малейшего толку от такой решётки!

\* Устанавливать фиксаторы, решётки - должны только профессионалы! Не экономьте на безопасности своих детей! Обращайтесь только к надёжным фирмам, дающим долгую гарантию.

Поиск устройств, способных защитить пластиковое окно от попыток детей его открыть, начинается, как правило, после того, как мама застает своего ребёнка стоящего на подоконнике у открытого окна. Безопасность детей дома.

**Как сделать безопасные окна для детей?**

Многие родители пытаются самостоятельно изобретать способы и устройства защиты окон от детей. Всем известен простой способ защиты от открытия окна ребёнком, открутив ручку и положив её повыше.

**Вместе сохраним здоровье детей!**

**ПАМЯТКА ПО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ НА ОБЪЕКТАХ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА**

Железнодорожные пути являются объектами повышенной опасности. Находясь на них, вы подвергаете свою жизнь риску. Переходить железнодорожные пути можно только в установленных и оборудованных для этого местах, убедившись в отсутствии приближающегося поезда или на разрешающий сигнал переездной сигнализации.

В целях сохранения своей жизни никогда и ни при каких обстоятельствах:

· не подлезайте под пассажирские платформы и подвижной состав;

· не прыгайте с пассажирской платформы на пути;

· не проходите по железнодорожному переезду при запрещающем сигнале светофора переездной сигнализации независимо от положения и наличия шлагбаума;

· не находитесь на объектах железнодорожного транспорта в состоянии алкогольного опьянения;

· не поднимайтесь на опоры и специальные конструкции контактной сети, воздушных линий и искусственных сооружений.

**НА ЖЕЛЕЗНОЙ ДОРОГЕ ЗАПРЕЩЕНО:**

1. Ходить по железнодорожным путям.

2. Переходить и перебегать через железнодорожные пути перед близко идущим поездом, если расстояние до него менее 400 метров.

3. Переходить через путь сразу же после прохода поезда одного направления, не убедившись в отсутствии следования поезда встречного направления.

4. На станциях и перегонах подлезать под вагоны и перелезать через автосцепки для прохода через путь.

5. Проходить вдоль, железнодорожного пути ближе 5 метров от крайнего рельса.

6. Проходить по железнодорожным мостам и тоннелям, не оборудованным дорожками для прохода пешеходов.

7. Стоять на подножках и переходных площадках, открывать двери вагонов на ходу поезда, задерживать открытие и закрытие автоматических дверей пригородных поездов.

8. Проезжать в поездах в нетрезвом состоянии.

9. Оставлять детей без присмотра на посадочных платформах и в вагонах.

10. Выходить из вагона на междупутье и стоять там при проходе встречного поезда.

11. Прыгать с платформы на железнодорожные пути.

12. Устраивать на платформе различные подвижные игры.

13. Курить в вагонах (в том числе в тамбурах) пригородных поездов, в не установленных для курения местах в поездах местного и дальнего сообщения.

14. Бежать по платформе рядом с вагоном прибывающего или уходящего поезда, а также находиться ближе двух метров от края платформы во время прохождения поезда без остановки.

Родители! Обратите особое внимание на разъяснение детям правил нахождения на железной дороге. На железной дороге запрещено оставлять детей без присмотра – это может привести к трагическим последствиям. Всегда помните, что находясь на железнодорожных объектах, детей необходимо держать за руку или на руках. Железная дорога не место для игр, а зона повышенной опасности! Берегите вашу жизнь и жизнь ваших детей! Любое постороннее вмешательство в деятельность железнодорожного транспорта незаконно, оно преследуется по закону и влечет за собой уголовную и административную ответственность (за нарушения правил безопасности детьми ответственность несут родители). Наложение на рельсы посторонних предметов, закидывание поездов камнями и другие противоправные действия могут повлечь за собой гибель людей.

Категорически запрещается:

· повреждать объекты инфраструктуры железнодорожного транспорта;

· повреждать железнодорожный подвижной состав;

· класть на железнодорожные пути посторонние предметы;

· бросать предметы в движущийся подвижной состав;

· оставлять ложные сообщения о готовящихся террористических актах на объектах железнодорожного транспорта.

**Памятка родителям, работникам учреждений образования о мерах, профилактики несчастных случаев вследствие падения с высоты**

**Как защитить ребёнка от падения из окна:**

Сейчас лето, и многие родители забывают о том, что открытое окно может быть смертельно опасно для ребёнка. Каждый год от падений с высоты гибнет огромное количество детей. Будьте бдительны!

1. Никогда не держите окна открытыми, если дома ребёнок! Вам кажется, что Вы рядом, но секунда, на которую Вы отвлечетесь, может стать последней в жизни Вашего ребёнка!

2. Никогда не используйте антимоскитные сетки - дети опираются на них и выпадают вместе с ними наружу!

3. Никогда не оставляйте ребёнка без присмотра!

4. Установите на окна блокираторы, чтобы ребёнок не мог самостоятельно открыть окно! Падение из окна - является одной из основных причин детского травматизма и смертности, особенно в городах. Дети очень уязвимы перед раскрытым окном из-за естественной любознательности.

Наличие в доме кондиционера - закономерно снижает риск выпадения из окна, однако помните, что в доме, где есть ребёнок - НЕПРЕМЕННО должны стоять хотя бы фиксаторы - это минимальная защита, так как ребенок может открыть окно и сам.

**Как защитить ребёнка от падения из окна?**

1. Большинство случаев падения происходит тогда, когда родители оставляют детей без присмотра. Не оставляйте маленьких детей одних.

2. Отодвиньте от окон все виды мебели, чтобы ребёнок не мог залезть на подоконник.

3. НИКОГДА не рассчитывайте на москитные сетки! Они не предназначены для защиты от падений! Напротив - москитная сетка способствует трагедии, ибо ребёнок чувствует себя за ней в безопасности и опирается, как на окно, так и на неё. Очень часто дети выпадают вместе с этими сетками.

4. По возможности, открывайте окна сверху, а не снизу.

5. Ставьте на окна специальные фиксаторы, которые не позволяют ребёнку открыть окно более, чем на несколько дюймов.

6. Защитите окна, вставив оконные решетки. Решётки защитят детей от падения из открытых окон. Вы можете обратиться в специальные фирмы, занимающиеся их монтажом и выбрать наиболее подходящие вашему типу окон.

7. Если вы что-то показываете ребёнку из окна - всегда крепко фиксируйте его, будьте готовы к резким движениям малыша, держите ладони сухими, не держите ребёнка за одежду.

8. Если у вас нет возможности прямо сейчас установить фиксирующее и страховое оборудование, вы легко можете просто открутить отверткой болты, крепящие рукоятки и убрать их повыше, используя по мере необходимости и сразу вынимая после использования.

**Обратите внимание:**

\* Если вы устанавливаете решётку на весь размер окна, должен быть способ быстро открыть ее в случае пожара! (Это особенно необходимо, когда специалисты МЧС вынимают людей из горящего дома лестницами, батутами, или когда спастись можно только крайней мерой - незащищённым прыжком из окна) Решётка должна открываться на навесках и запираться навесным замком. Ключ вешается высоко от пола, около самого окна, на гвоздике, так, чтобы подросток и взрослый смогли быстро открыть окно за 30-60 секунд при острой необходимости. Не заваривайте решётками окна наглухо, это может стоить вам жизни даже на первом этаже!

\* При любом типе решёток - просвет между прутьями не должен быть более половины поперечного размера головы ребёнка (не более 10 см). Если ребёнок может просунуть голову между прутьями - нет ни малейшего толку от такой решётки!

\* Устанавливать фиксаторы, решётки - должны только профессионалы! Не экономьте на безопасности своих детей! Обращайтесь только к надёжным фирмам, дающим долгую гарантию.

Поиск устройств, способных защитить пластиковое окно от попыток детей его открыть, начинается, как правило, после того, как мама застает своего ребёнка стоящего на подоконнике у открытого окна. Безопасность детей дома.

**Как сделать безопасные окна для детей?**

Многие родители пытаются самостоятельно изобретать способы и устройства защиты окон от детей. Всем известен простой способ защиты от открытия окна ребёнком, открутив ручку и положив её повыше.

**Вместе сохраним здоровье детей!**

9

9

**Инструкция для родителей: как защитить школьника от коронавируса.**

**Советы для родителей школьника**

Прежде всего, стоит сказать, что самое главное - это самоизоляции. По максимуму нужно оставаться дома, чтобы не контактировать с другими людьми. Напомним, что инкубационный период длится до 14 дней, поэтому с виду здоровый человек может быть переносчиком вируса.

**1. Лучшая профилактика-чистые руки**

Важной мерой предосторожности от заболеваний коронавирусной инфекцией считается регулярное мытье рук с мылом, так как оно убивает все микробы и вирусы, скапливающиеся на поверхности кожи. Если в данный момент вымыть руки не представляется возможным, стоит воспользоваться дезинфицирующим средством (хлоргексидином) или влажными салфетками с антибактериальным эффектом.

**2. Соблюдение безопасного расстояния**

Вирусы через воздух моментально передаются от зараженного человека к здоровому, например, при чиханье или кашле. Поэтому необходимо находиться на расстояние от больного не меньше двух метров. Также нельзя трогать руками лицо, нос, рот и глаза, так как вирус попадает в слизистую и таким образом вы заражаетесь.

Под рукой нужно иметь одноразовые бумажные салфетки, которыми необходимо пользоваться при кашле, а затем тут же утилизировать их.

Если нет острой необходимости, лучше избегать поездок в общественном транспорте, посещения мест, где большое скопление народа.

**3. Правильный образ жизни**

Чтобы обеспечить организму так называемый защитный барьер, стоит правильно питаться, соблюдать режим дня (не ложиться за полночь и не спать до обеда). Физическая активность, еда, богатая минералами и белками тоже способствуют защите организма от заболевания.

**4. Медицинская стерильная маска**

Посещая общественные места, нельзя забывать о таком средстве защиты, как медицинская маска, которая является отличным способом предохранения от вирусов. Также маску необходимо использовать при уходе за больными ОРВИ, при общении с людьми, которые заражены гриппом и другими простудными заболеваниями.

**5. Проветривание и увлажнение квартиры**

Ежедневная влажная уборка с использованием моющих средств, а также регулярное проветривание комнат в квартире является одним из важных условий профилактики заболеваний коронавирусом. В сухом воздухе микробы и вредные вещества активнее распространяются.

*Необходимо чистить и дезинфицировать все поверхности в помещении: столы, дверные ручки, стулья, а также не забывать протирать влажными салфетками смартфоны и гаджеты.*

**Памятка по противопожарной безопасности для школьников**

1) Если ты почувствовал запах дыма или увидел огонь, сразу позвони пожарным. Если огонь тебе не угрожает, сделать это можно с домашнего телефона. В других случаях лучше сразу покинуть квартиру, а затем вызвать пожарных по телефону 101. Обязательно сообщи о пожаре взрослым.

2) По телефону ты должен точно назвать пожарным свой адрес: улицу, дом, квартиру. Чётко произнеси имя и фамилию. Если сможешь, объясни, что именно горит. Постарайся говорить спокойно и не торопясь.

3) Постарайся ответить на все вопросы оператора. Помни: любая твоя информация поможет специалистам быстрее справиться с огнем.

4) Сообщив о пожаре, внимательно выслушай оператора и обязательно сделай то, что он скажет.

5) Если рядом с тобой находятся пожилые люди или маленькие дети, помоги им покинуть опасную зону.

6) Не забудь про своих домашних питомцев, ведь они не могут позаботиться о себе сами. Если не можешь взять их с собой, покидая квартиру, постарайся найти для них наиболее безопасное место. Таким местом, к примеру, может стать ванная комната.

7) Если в момент пожара ты находишься в квартире с родителями, слушайся их советов.

8) Выходя из горящего помещения, плотно закрой за собой все двери, чтобы задержать распространение огня на 10-15 минут - этого времени достаточно, чтобы дом смогли покинуть твои родные и соседи. ЗНАЙ: вызов пожарной команды просто так, из шалости или любопытства, не только отвлечёт спасателей от настоящего происшествия, но и будет иметь весьма неприятные последствия. Заведомо ложный вызов пожарных (милиции, "скорой помощи", других специальных служб) является нарушением закона и наказывается штрафом, который придётся заплатить твоим родителям. Чтобы не случилось беды: • Не пользуйтесь неисправными электроустановками; • Не устанавливайте электрические калориферы вблизи сгораемых предметов; • Не оставляйте включенными в сеть электроприборы, уходя из дома на длительное время

**Памятка для детей и взрослых.**

**Осторожно – клещи!**

С наступлением первых, по настоящему, теплых майских дней после бесконечной зимы, вызывает вполне естественное желание пообщаться с пробуждающей природой, подышать пьянящими ароматами весеннего леса. Все бы хорошо, но посещение леса весной и в начале лета сопряжено с высоким риском быть укушенным клещом, а это чревато заражением такой опасной болезнью, как клещевой энцефалит...

**Как происходит заражение**

Клещи, находясь на ветках или траве, при приближении животного или человека могут прицепиться к нему, а потом добраться до открытых участков кожи, чаще всего - шея, волосистая часть головы, спина, подмышечные и паховые области и др. Слюна клеща содержит обезболивающее вещество, поэтому укус его безболезнен, и длительное время не заметен. Вместе со слюной зараженные клещи передают в кровь человека или животного не только вирус клещевого энцефалита, но в некоторых случаях спирохеты, которые вызывают заболевание, клинически сходное с клещевым энцефалитом – клещевой боррелиоз.

**Как предотвратить присасывание клещей**

Основная мера защиты – не допускать присасывания клещей. Для этого используют средства индивидуальной защиты: рациональное использование обычной одежды и отпугивающие средства (репелленты). При посещении леса одевайтесь так, чтобы исключить возможность заползания клещей под одежду и на открытые участки кожи, за воротник, на волосы. Через каждые 1,5-2 часа пребывания в лесу проводить само- и взаимо осмотры верхней одежды и открытых частей тела.

**Лучшая защита от клещей – это соблюдение техники безопасности:**

1. Не рекомендуется без особой надобности залезать в непроходимые чащи низкорослого кустарника.

2. Перемещаясь по лесу, не срывайте веток, этим действием, вы стряхиваете на себя клещей.

3. Ноги должны быть полностью прикрыты.

4. Спортивные трико, штаны должны быть заправлены в носки.

5. Обязательно наличие головного убора.

6. Длинные волосы желательно спрятать под головной убор.

7. После похода по лесу, необходимо проверить, и стряхнуть как верхнюю одежду, так и нижнее белье.

8. Осмотреть все тело.

9. Обязательно расчесать волосы мелкой расческой.

**Как удалить присосавшегося клеща?**

1. Тело клеща осторожно смазывают маслом, и оставляют на 15-20 минут

2. Затем необходимо сделать из прочной нити петлю и затянуть ее у основания хоботка клеща.

3. Придерживая кожу пальцами, покачивая клеща, постепенно вытягивать его, растягивая концы нити в стороны. Можно захватить клеща пинцетом или обернутыми чистой марлей пальцами как можно ближе к его ротовому аппарату и, держа строго перпендикулярно поверхности укуса, повернуть тело клеща вокруг оси, извлечь его из кожных покровов

4. Место укуса необходимо смазать 70% спиртом, 5% йодом, зеленкой или одеколоном.

5. Если клещ удален, а его головка осталась в коже, то нужно обратиться в поликлинику для лечебной помощи. Если обратиться нет возможности, то нужно обработать место 5% йодом и извлечь как занозу.

6. Клещей, снятых с тела, необходимо поместить в пузырек (в крайнем случае сжечь или залить кипятком). Не следует давить их пальцами, т.к. если клещ заражен, то вирус может попасть в организм человека через слизистые носа, глаз и незначительно поврежденную кожу.

7. После контакта с клещами обязательно вымыть руки с мылом.

8. Для определения зараженности клеща необходимо (в пузырьке, банке) доставить его в лабораторию.

Памятка для родителей по профилактике инфекционных заболеваний

Болезнь легче предупредить, чем лечить. Для возникновения любой инфекции в семье или детском коллективе необходимо создать условия из 3-х предвестников: иметь контакт здорового восприимчивого человека через окружающие факторы среды обитания (воздух, вода, почва, продукты питания, окружающие предметы) с инфекционным больным или носителем инфекционного агента (бактерионоситель). Если нарушить эту связь, то заражение не произойдет, и инфекция не распространится среди членов семьи, а также в любом организованном детском коллективе. Для этого необходимо: Инфекционного больного изолировать на дому или в инфекционной больнице. Ограничить контакт с больным других членов семьи, пользоваться средствами защиты при уходе за больным (маски, перчатки, дезинфицирующие средства). После обслуживания больного тщательно мыть руки с использованием антисептиков. Больной с температурой, жалобами на головную боль, кашель, боли в животе, рвоту, понос, зуд, сыпь на теле – не должен идти на работу, в школу и места скопления людей. Необходимо обратиться за медицинской помощью к врачу и выполнять все его рекомендации. Бактерионоситель должен строго выполнять правила личной гигиены и своевременно проходить профилактическое лечение.

Профилактика вредного воздействия факторов среды обитания:

Воздух. Постоянно соблюдайте режим проветривания. В детских дошкольных учреждениях, жилых домах проводите кварцевание воздуха в отсутствие детей в период эпидемиологического неблагополучия по заболеваемости острыми респираторными инфекциями и гриппом, ветряной оспой и другими вирусными инфекциями. Ограничивайте посещение массовых мероприятий в закрытых помещениях (цирк, кинотеатр, дискотека). Держитесь на расстоянии не менее 1 метра от больного с явными признаками инфекции.

Почва. Соблюдайте правила личной гигиены. Постоянно мойте руки после работы, игр на улице, после посещения туалета, перед приемом пищи. Это золотое правило профилактики острых кишечных инфекций, вирусных инфекций, паразитарных и заразных кожных заболеваний (чесотки и микроспории).

Вода. Для питья пригодна вода только из проверенных источников. Вода из открытых водоемов, родников и не редко из колодцев не соответствует требованиям санитарного законодательства и не пригодна для питья. В случае аварии на водопроводе или эпидемиологическом неблагополучии (рост кишечных заболеваний) рекомендуется употреблять бутилированную воду.

Продукты питания. Строго соблюдайте правила хранения и сроки реализации продуктов. При покупке продуктов требуйте сертификаты качества. Не приобретайте продукты в местах несанкционированной торговли. Окружающие предметы - игрушки, дверные ручки, лестничные перила, деньги, мобильные телефоны, домашние животные и птицы могут быть факторами передачи инфекций. После контакта с ними необходимо тщательно мыть руки с мылом. Домашние животные и птицы должны регулярно, не реже 1 раза в год, осматриваться ветеринарными специалистами. Не трогайте голыми руками бродячих животных, больных и мертвых животных и птиц. Профилактика здоровья и поддержание иммунитета против инфекций. Соблюдайте здоровый образ жизни - полноценно питайтесь; соблюдайте режим труда и отдыха; покажите личный пример отказа от вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики); избегайте стрессовых ситуаций; активно занимайтесь физкультурой и спортом.

**Памятка по предупреждению отравления ядовитыми растениями**

**Проблема острых отравлений у детей- одна из наиболее актуальных, особенно в летний период. Часто встречаются отравления в возрасте от 1до 5 лет. В отличие от взрослых отравления ядовитыми грибами и растениями у детей протекают тяжелее потому что:**

* **Все системы органов еще незрелые.**
* **Низкая устойчивость организма к яду.**
* **Характерно более быстрое проникновение яда в организм.**
* **Склонность детского организма к токсикозу и эксикозу (обезвоживанию).**

**Профилактика отравления ядовитыми растениями и грибами состоит в мерах предосторожности.**

**Уважаемые родители! Научите своих детей следующему:**

* **Нельзя пробовать на вкус неизвестные ягоды, листья, стебли растений, плоды, семена, грибы, как бы привлекательно они не выглядели.**

* **К незнакомым растениям даже нельзя дотрагиваться, так как можно получить ожег, аллергическую реакцию.**

* **К ядовитым растениям относятся: бузина черная, вороний глаз, дурман, болиголов, багульник, белена черная и многие другие. Чтобы избежать отравления, надо научить детей хорошо знать основные признаки ядовитых и несъедобных грибов и растений и поддерживать правила- никогда ничего незнакомого и опасного не пробовать на вкус, не употреблять в пищу и даже не трогать руками.**

* **В ядовитых растениях содержатся яды, способные вызвать отравления как при вдыхании летучих арома-веществ, выделяемых растениями, так и при попадании сока на кожу.**

* **Самое сильное отравление можно получить при приеме внутрь токсина с ягодами, листьями, корнями.**

**Действия при отравлении ядовитыми растениями:**

***При попадании в организм ядовитых растений, а также при подозрении на это необходимо срочно принять меры первой помощи:***

1. **Незамедлительно вызвать врача или скорую медицинскую помощь**
2. **Если пострадавший в сознании, надо промыть ему желудок: дать выпить 3-4 стакана воды и, пальцем или черенком ложки надавливая на корень языка, вызвать у него рвоту. Промывание желудка следует повторить 2-3 раза.**
3. **При отравлении аконитом и болиголовом желудок промывают бледно-розовым раствором марганцовокислого калия (перманганата калия).**
4. **Так как многие яды хорошо адсорбируются активированным углем, после промывания желудка рекомендуется принять активированный уголь (карболен).**
5. **После оказания первой медицинской помощи рекомендуется как можно быстрее доставить пострадавшего в мед. учреждение. Особая срочность вызвана в тех случаях, когда отравление вызвано растениями, воздействующими на нервную систему и сердце.**
6. **При развитии судорог важно не допустить нарушения дыхания за счет спазма жевательных мышц, поэтому в рот пострадавшего следует вставить черенок ложки, обернутый бинтом или носовым платком.**



**Памятка по предупреждению отравления грибами**

**Разве неприятно отправиться в лес по грибы. Однако грибников и любителей этой пищи может подстерегать грозная опасность- отравление ядовитыми грибами, так как не каждый знает, какие из них являются  съедобными, а какие ядовитые, тем более большую опасность представляют отравления грибами у детей.**

**В целях предупреждения отравления никогда не собирайте грибы:**

* **Вблизи промышленных предприятий, свалок, полей, обработанных химикатами, железнодорожных путей и автодорог, под высоковольтными линиями, в черте города, в том числе и в парках.**
* **С неприятным запахом, имеющие у основания клубневидное утолщение, с оболочкой, «сумкой» у основания ножки.**
* **Появившиеся после первых заморозков, которые могут вызвать появление в грибах ядовитых веществ.**
* **Многие виды ядовитых грибов легко спутать со съедобными, помните об этом!**
* **Неправильная кулинарная обработка съедобных грибов так же может вызвать отравления. Правильно обрабатывайте грибы.**

**Абсолютно надежных методов определения ядовиты грибы или нет, не существует. Единственный выход- точно знать каждый из грибов и не брать те, в которых сомневаетесь.**

**Что же делать, если все таки отравления избежать не удалось.**

**Первые симптомы отравления могут появиться в течение 2-3 часов после еды. Признаки отравления: слабость, рвота, диарея, температура, острая боль в животе, головная боль; иногда могут быть: редкий пульс, холодный пот, расстройства зрения, бред, галлюцинации, судороги.**

**Действия:**

1. **Незамедлительно вызовите скорую помощь, по возможности сохраните остатки грибов, вызвавших отравление.**
2. **Немедленно начните промывание желудка водой с помощью зонда или методом искусственно вызванной рвоты.**
3. **Дайте пострадавшему растолченные таблетки активированного угля, размешав их с водой, из расчета 1 таблетка на 10 кг. веса.**
4. **Тепло укройте пострадавшего, разотрите ему руки, ноги.**
5. **На голову положите холодный компресс.**

**Главное правило осторожного поведения на природе** – **не трогай того, чего не знаешь. В лесу много  ядовитых растений. Поэтому вам следует строго-настрого приказать малышу не прикасаться к незнакомым грибам, без согласования с вами не пробовать на вкус плоды деревьев или кустарников.**

***Самое лучшее – посмотреть с детьми дома специальную литературу с иллюстрациями съедобных грибов и ягод.* В беседе с ребенком обязательно подчеркните, что несъедобные для человека грибы пригодны для других обитателей леса. Поэтому в лесу лучше воздержаться от соблазна пнуть их ногой, выражая свое презрение и недовольство, что они попались на пути.**

**Правила поведения в лесу**

**Заранее, дома, перед прогулкой в лес, обязательно выделите время, чтобы проговорить с ребенком, как следует вести себя в лесу.**

**Объясните малышу, что лес – территория незнакомая. Потому бегать, не глядя под ноги, может быть опасно для здоровья, так как легко не заметить яму в высокой траве, упавшие ветки и торчащие корни деревьев. Убегать далеко вперед, играть в прятки не допустимо без вашего разрешения!**

**Проходя мимо раскидистых кустарников и деревьев с низко расположенными ветвями, придется отводить ветки. При этом нужно следить, чтобы человеку, идущему сзади, ветка не ударила по лицу.**

**Осторожно трогать траву! Края травинок бывают острыми, как бритва. Желая сорвать пучок, можно порезать нежную кожу на ладонях.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Как не стать жертвой преступления**     Большой город таит в себе немало опасностей, здесь не место наивности, доверчивости и расслабленности. Соблюдение этих несложных рекомендаций поможет юным жителям мегаполиса оградить себя от возможности попасть в различные криминальные ситуации. Прочитай, запомни сам и расскажи друзьям!       Не вступай в ненужный разговор!   * На все предложения подзаработать отвечай отказом или спрашивай, куда ты можешь прийти, чтобы ознакомиться с условиями труда и договора. Не принимай предложений незнакомцев, обещающих съемки в кино, участие в конкурсе красоты или поездку куда-либо, спроси адрес, куда бы ты мог прийти вместе с родителями. * Ни под каким предлогом не ходи с посторонними, что бы те ни просили, обещая заплатить: проводить короткой дорогой, донести сумку и т.д. Никогда и ни при каких обстоятельствах не вступай в перебранку в общественном месте. Если с тобой в общественном транспорте едет подвыпивший человек, лучше уступи ему место и перейди в другой конец автобуса или вагона электрички, но ни в коем случае не вступай с ним в разговор. * Не назначай встреч в безлюдных местах, скверах или в неосвещенных местах. * Завидев компанию молодых людей или подростков, лучше перейди на другую сторону и ни в коем случае не вступай с ними в разговор. Старайся избавиться от навязчивого незнакомца. Не доверяй присматривать за своими вещами посторонним людям, даже если до этого они оставляли тебе для присмотра свои. * Располагая деньгами, не соглашайся играть в азартные игры с незнакомцами, даже если ты имеешь хорошую реакцию и угадываешь, где находится спрятанный предмет.     Ты пошел в магазин   * Входя в магазин, не держи кошелек в руках. * Не пересчитывай наличность в людном месте, даже если тебе кажется, что никто на тебя не смотрит. * Не клади все деньги в одно место. Даже если твой кошелек вытащат или ты его потеряешь, то какая-то часть суммы у тебя сохранится. * Девушкам при посещении магазинов лучше носить сумочку прижатой к телу. * Не говори посторонним, что именно ты хочешь приобрести. * Не делай покупки с рук.     Один в квартире   * Ни в коем случае не открывай дверь посторонним, даже если эти люди представились сотрудниками милиции, работниками коммунальных услуг или почты, знакомыми или сослуживцами родителей. * Не соглашайся подождать прихода родителей в квартире у соседа, ведь сосед для тебя посторонний. * Если кто-то из пришедших к тебе домой одноклассников просит показать украшения твоих родителей, сошлись, что не знаешь, где они лежат. * Прежде чем открыть дверь квартиры, дождись, когда на лестничной площадке никого не будет. * Если в кабине лифта или возле нее стоят незнакомые люди, откажись от поездки. * Не хвастайся перед товарищами драгоценностями и оружием своих родителей.     Подросток и чужая машина   * Если ты видишь тормозящую машину, как можно дальше отойди от нее и ни в коем случае не садись, даже если улица, которую ищут, тебе по пути. * Никогда не садись в чужую машину, даже если за рулем или в салоне сидит женщина. * Не соглашайся на предложение подвезти тебя до дома, даже если ты очень устал и в машине никого, кроме водителя, нет. * Если ты решил добираться «автостопом», попроси сопровождающих записать номер машины, марку, фамилию водителя и сообщить об этом родителям. * Не соглашайся на предложение водителя взять попутчиков, а если он настаивает, попроси проехать чуть дальше и выйди из машины. * Не соглашайся на предложение случайных знакомых или посторонних людей остановить машину и вместе добраться до дома. * Не садись в машину, если в ней уже сидят пассажиры. * Идя вдоль дороги, выбирай маршрут так, чтобы идти навстречу транспорту. * Никогда не бери с капота чужой машины ни красивую коробку из-под сигарет, ни оставленную банку из-под «пепси». Известны случаи, когда в них было заложено взрывное устройство. | |  | | --- | |  | |  | |
| |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | |  |  |  |  | | |
|  | |
|  | |
|  | |