



КОМИССИЯ
ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ
И ЗАЩИТЕ ИХ ПРАВ
БЕЛОЯРСКОГО РАЙОНА

**КОМПЛЕКСНАЯ
БЕЗОПАСНОСТЬ
НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ**



г. Белярский
2019



К родителям

Мир, в котором мы живем, полон опасностей, постоянно угрожающих здоровью, жизни нас и наших детей. Никто из нас не застрахован от того, что в любой момент может оказаться в зоне опасного события, особенно ребенок.

Разрешить это противоречие возможно путем формирования у детей и подростков умения оценивать возникающие опасности, заранее предусмотреть меры защиты, предотвратить опасность, научить их осознанно действовать в той или иной ситуации. Важно не только оберегать детей от опасности, но и готовить их к встрече с возможными трудностями, формировать представление о наиболее опасных ситуациях, о необходимости соблюдения мер предосторожности, прививать им навыки безопасного поведения в разных условиях совместно с родителями, которые выступают для ребенка примером для подражания.

Сборник содержит материалы, помогающие детям и подросткам в освоении навыков по безопасному поведению в быту и на улице, в лесу, у водоемов, в освоении правил поведения во время грозы, а также, помогут объяснить опасность игр с огнем.

За безопасность ребенка отвечают родители и другие его законные представители. И многие несчастные случаи можно предотвратить, если соблюдать элементарные правила безопасности, которые помогут сохранить им жизнь.

Уважаемые родители, помните, что от природы дети беспечны и доверчивы, внимание у детей бывает рассеянным, поэтому, чем чаще вы напоминаете ребенку несложные правила поведения, тем больше вероятности, что он их запомнит и будет применять. Сохранение жизни и здоровья детей — это главная обязанность родителей!

**Комиссия
по делам несовершеннолетних и защите их прав
Белоярского района**





РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОТИВОПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЛЬЦАМ МНОГОКВАРТИРНЫХ ДОМОВ

В целях недопущения пожаров Вам необходимо выполнять следующие требования пожарной безопасности:

1. Между зданиями (домами и сооружениями) не складировать материалы и не устраивать стоянки транспорта.
2. Трубы дымоходов в чердачных помещениях следует оштукатурить и побелить.
3. Нельзя устанавливать мебель и другие сгораемые предметы на расстоянии менее 70 см от отопительных приборов и на расстоянии менее 1,25 м от топочных отверстий.
4. Нельзя производить розжиг газовых отопительных приборов без предварительной продувки, а розжиг печей на твердом топливе — с использованием горючих жидкостей.
5. Не устанавливайте в коридорах, тамбурах, холлах, на лестничных клетках мебель и прочее оборудование, мешающее эвакуации.
6. Держите закрытыми на замок двери подвалов, чердаков, технических помещений, мусорных камер. На двери вывесите табличку с указанием места хранения ключей. Не складировать сгораемые предметы в чердачном помещении.
7. При сильном запахе газа в помещении не включайте и не выключайте освещение. Перекройте вентиль подачи газа и проветрите помещение.
8. Монтаж (ремонт) электропроводки поручайте только квалифицированным специалистам.
9. Не допускайте установку в устройствах защиты некалиброванных плавких вставок.



10. Во избежание возгорания электропроводки и поражения током, при наличии трехпроводной электросети, установите устройство защитного отключения (УЗО).

11. При обнаружении неисправности в электрошитах, розетках, выключателях, светильниках немедленно их обесточьте и вызовите специалиста для устранения неисправности.

12. В подсобных помещениях (сарай, кладовые и т.п.) устанавливайте светильники с защитными колпаками.

13. Под электронагревательные приборы (электроплитки, утюги, чайники и т.п.) установите негорючие и нетеплопроводящие подставки (керамическая плитка и т.п.).

14. Не эксплуатируйте газовые приборы с неисправной автоматикой.

15. Не устанавливайте дополнительные двери, препятствующие эвакуации людей из соседних и расположенных выше квартир.

16. Клапаны мусоропроводов оборудуйте уплотнениями в притворах и держите их закрытыми.

17. Не храните на балконах горючие материалы и вещи, так как брошенные с верхних этажей непогашенная сигарета или спичка могут привести к их возгоранию. Не демонтируйте лестницы и не заваривайте переходные люки на балконах.

18. В квартирах держите шланг для оперативного пожаротушения, а в помещениях установите автономные пожарные извещатели (работающие на батарейках), реагирующие на дым. Приобретите огнетушитель.

19. Не используйте источники открытого огня (свечи, лучины, керосиновые лампы без колпаков) при посещении помещений, не оборудованных электрическим освещением (подвалы, сарай, чердаки), а применяйте переносные (ручные) электрофонари на батарейках или аккумуляторах.

20. Не разрешайте детям играть со спичками. Храните спички в местах, недоступных для детей.



Рекомендации по действиям при пожаре



Первое правило: не паниковать. Избежать опасности легче, если действуешь спокойно и разумно. Паника — всегда потеря способности найти разумный выход. О возникновении пожара немедленно сообщите в пожарную охрану по телефону «01» (для стационарных телефонов) или «101» (для мобильных телефонов). Вызывая пожарных, нужно четко

сообщить название населенного пункта или района, название улицы, номер дома, этаж, где произошел пожар. Нужно разъяснить, что горит: квартира, чердак, подвал, коридор, склад, ферма или что-то другое. Объяснить, кто звонит, назвать номер своего телефона.

Если у вас в доме нет телефона, и вы не можете выйти из дома или квартиры, откройте окно и зовите на помощь криками «Пожар!», привлечите внимание прохожих.

Если очаг загорания небольшой, то четкими и уверенными действиями его можно погасить.

Помните: в доме всегда есть средства, позволяющие потушить пожар, — одеяла, грубая ткань, а также ведра и другие емкости для воды.

При этом:

- нельзя открывать окна и двери, т.к. приток свежего воздуха поддерживает горение. Нужно избегать создания сквозняков и сильного притока воздуха в помещение, где возник пожар, т.к. при этом будет сильно распространяться огонь. Поэтому нужно ограничить открывание окон и дверей, а также не разбивать оконных стекол;

- нельзя тушить водой электроприборы, включенные в сеть.

Прежде всего, загоревшийся электроприбор необходимо отключить от сети, т.е. вынуть вилку из розетки, а затем залить водой.



Если это телевизор, то заливать надо его заднюю часть, стоя при этом сбоку от экрана, т.к. нагретый кинескоп может взорваться и поранить вас. Если нет рядом воды, то можно накрыть его плотным одеялом или засыпать песком, землей.

Если вы видите, что не можете справиться с огнем, и пожар принимает угрожающие размеры, то необходимо срочно покинуть помещение и помочь выйти людям из помещения. Начинайте немедленно выводить из зоны пожара детей, стариков, больных людей. В помещении необходимо выключить по мере возможности электричество и газ. В первую очередь выводятся люди из тех помещений, где в условиях пожара больше всего угрожает опасность их жизни, а также из верхних этажей здания. В первую очередь выводятся дети младших возрастов, престарелые и инвалиды. Очень важно зимой при сильных морозах взять с собой теплую одежду и тепло одеть детей или завернуть их в одеяла.

При пожаре дым скапливается в верхней части помещения, ядовитые продукты горения с теплым воздухом также поднимаются вверх.

Поэтому при сильном задымлении необходимо нагнуться или лечь на пол, накрыв нос и рот мокрым носовым платком или полотенцем, и двигаться на четвереньках или ползком к выходу вдоль стены, чтобы не потерять направление.

При загорании одежды необходимо обернуть пострадавшего плотной тканью или пальто, одеялом, лучше мокрым, или облить водой. Пламя можно также сбить, катаясь по земле, защитив прежде голову.

Нельзя позволить пострадавшим бежать, пытаться срывать одежду.

Необходимо предотвратить движение человека, вплоть до применения подножки. Для того чтобы полностью загасить пламя, устраните всякий приток воздуха под защитное покрытие.

Приложите влажную ткань к ожогам. Не смазывайте ожоги. Не трогайте ничего, что прилипло к ожогам. Позвоните «03» (для стационарных телефонов) или «103» (для мобильных телефонов) и вызовите «Скорую помощь».

Если лестница задымлена, надо быстро открыть находящиеся на лестничной клетке окна, либо выбить стекла, чтобы выпустить дым и дать



приток свежего воздуха, а двери помещений, откуда проникает на лестницу дым, плотно прикрыть. Не пытайтесь выйти через задымленный коридор или лестницу (дым очень токсичен), горячие газы могут обжечь легкие. Если лестница окажется отрезанной огнем или сильно задымленной, то следует выйти на балкон или подойти к окну и привлечь внимание прохожих, предварительно как можно сильнее уплотнив дверь, через которую возможно проникание дыма, мокрой тканью или смоченными водой тряпками. Спасание следует выполнять по балконам, наружным стационарным, приставным и выдвижным лестницам. Спускаться по водосточным трубам и стоякам, а также с помощью связанных простыней крайне опасно, эти приемы возможны лишь в исключительных случаях.

Недопустимо прыгать из окон здания, начиная с третьего этажа, т.к. неизбежны травмы.

Если лестница в многоэтажном доме задымлена, лучше оставаться в квартире и ждать приезда пожарных. При невозможности выйти из квартиры, намочите тряпки, полотенца, простыни, и, плотно прикрыв двери, постарайтесь, как можно тщательнее заткнуть щели между дверью и косяком.

Не менее опасным считается и сильный запах газа в помещении.

Необходимо сразу же открыть окна и двери. Нельзя зажигать спички и включать электрический свет, т. к. малейшая искра способна вызвать взрыв и пожар. Необходимо перекрыть газовый кран и вызвать аварийную службу по телефону «04» (для стационарных телефонов) или «104» (для мобильных телефонов).

Если в горящих помещениях имеется газовая сеть, необходимо как можно быстрее отключить ее. При появлении запаха газа избегайте всяких действий, вызывающих появление искр и повышение температуры воздуха в помещении.

К пострадавшему на пожаре следует вызвать скорую помощь по телефону «03» (для стационарных телефонов) или «103» (для мобильных телефонов), а пока она едет — вынести человека на свежий воздух, освободив от стесняющей одежды, сделать искусственное дыхание и



растирание тела. При ожогах не забинтовывать пострадавшего, а наоборот, снять с него одежду.

Как себя вести

1. В случае если коридоры и лестница не слишком заполнены дымом — перекройте кран подачи газа, отключите ток. Закройте все двери в вашей квартире (помещении, конторе и т.д.), чтобы избежать притока воздуха и распространения огня. Уходите по наиболее безопасному в данной ситуации пути (вы должны изучить его заранее). Вызовите пожарную охрану по телефону «01» (для стационарных телефонов) или «101» (для мобильных телефонов), и, встретив ее, проведите на место пожара. Не входите в здание без разрешения пожарных.

2. При невозможности самостоятельно эвакуироваться на улицу и если дым заполнил коридоры и лестничную клетку, плотно закройте входную дверь вашей квартиры (конторы, офиса и т.д.), законопатыте все щели мокрыми тряпками, чтобы предотвратить проникание дыма.

Поливая водой полотно двери, можно достаточно долго увеличить время ее сопротивления огню. Если дым проник в помещение, старайтесь передвигаться ползком, т.к. около пола есть свежий воздух. Не паникуйте и не пытайтесь самостоятельно выбраться через окна или балкон на улицу, т.к. через несколько минут придут пожарные. Время прибытия пожарных подразделений в городских условиях занимает несколько минут.

Пожар в высотном доме

Если пожар начался в вашей квартире, то, прежде всего, вызовите пожарных по телефону «01» (для стационарных телефонов) или «101» (для мобильных телефонов), из предосторожности продублируйте вызов с другого телефона. В случае, если вы не можете справиться с огнем, и видите, что пожар принимает угрожающие размеры, то удалите всех со своего этажа по запасным лестницам, лестницам на балконе на нижележащие этажи, или, если это возможно и предусмотрено при строительстве вашего дома, — разбейте перегородку, отделяющую ваш балкон от соседней секции, и



перейдите на соседний балкон. Чтобы предотвратить распространение огня, плотно прикройте входную дверь.

Не пытайтесь спуститься вниз на лифте, т.к. при пожаре все лифты автоматически отключаются и лифтовые шахты могут быть задымлены.

Независимо от того, начался ли пожар у вас в квартире или в другой части вашего дома, предупредите пожарных по телефону, не считайте, что другие это уже сделали.

Следует уметь пользоваться огнетушителем, если он есть в помещении. До приезда пожарных помогайте друг другу по спасению людей и тушению пожара.



РЕКОМЕНДАЦИИ ПО БЕЗОПАСНОСТИ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

При движении по дороге будьте внимательны и осторожны.

При движении группой необходимо построиться в ряд по два человека, идти по тротуару шагом, придерживаясь правой стороны, из строя не выходить, на левую сторону не забегать, не мешать другим пешеходам.

Пешеходы должны двигаться по тротуарам или пешеходным дорожкам, а при их отсутствии по обочине.

При отсутствии тротуаров, пешеходных дорожек или обочин, а также в случае невозможности двигаться по ним пешеходы могут двигаться по велосипедной дорожке или идти в один ряд по краю проезжей части (на дорогах с разделительной полосой по внешнему краю проезжей части).

Вне населенных пунктов при движении по проезжей части пешеходы должны идти навстречу движению транспортных средств.

Пересекать проезжую часть разрешается только по пешеходным переходам, в том числе по подземным и надземным, а при их отсутствии – на перекрестках, по линии тротуаров или обочин.



При отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части на участках без разделительной полосы и ограждений, там, где она хорошо просматривается в обе стороны.

В местах, где движение регулируется, пешеходы должны руководствоваться сигналами регулировщика или пешеходного светофора, а при его отсутствии – транспортного светофора. Переходить проезжую часть можно только на зеленый сигнал светофора, при разрешающем жесте регулировщика. При красном и желтом сигнале, а также при мигающих сигналах светофора переход запрещается.

На нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть после того, как оценят расстояние до приближающегося транспорта, его скорость и убедятся, что переход будет безопасен.

При пересечении проезжей части вне пешеходного перехода пешеходы не должны создавать помех для движения транспортных средств, не выходить из-за стоящего транспорта, не убедившись в отсутствии приближающихся транспортных средств.

Выйдя на проезжую часть, не задерживайтесь и не останавливайтесь: если это не связано с обеспечением безопасности. При переходе улицы оцените ситуацию на дороге в целом, затем посмотрите налево в сторону приближающихся транспортных средств, а дойдя до середины, остановитесь и посмотрите направо, и если путь свободен, закончите переход.

Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны останавливаться на линии, разделяющей транспортные потоки, противоположных направлений. Продолжать переход можно лишь убедившись в безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулировщика).

При приближении транспортных средств с включенными синими маяками или специальными звуковыми сигналами пешеходы обязаны воздержаться от перехода и уступить дорогу этим транспортным средствам.

Ожидать транспортные средства разрешается только на специальных посадочных площадках, а при их отсутствии на тротуаре или обочине.

Во время ожидания транспортного средства не играйте, не катайтесь на коньках, лыжах и санках, не выбегайте на дорогу.





ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Основные правила поведения на воде просты, главное здесь — не терять самоконтроль:

- купаться только в специально оборудованных местах;
- не нырять в незнакомых местах;
- не заплывать за буйки;
- не выплывать на судовой ход и не приближаться к судам;
- не устраивать в воде игр, связанных с захватами;
- не использовать неисправные плавательные средства;
- не купаться в нетрезвом виде, так как алкоголь блокирует правильную работу сосудов в головном мозге;
- купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева;
- не доводить себя до озноба: могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания, потеря сознания, лучше искупаться несколько раз по 15 минут, а в перерывах играть в подвижные игры;
- не входит в воду после долгого пребывания на солнце: это может вызвать рефлекторное сокращение мышц и повлечь за собой остановку дыхания;
- не заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил; почувствовав усталость, не надо теряться и стремиться, как можно быстрее, доплыть до берега, нужно «отдыхать» на воде;
- если захватило течением, не пытаться с ним бороться, следует плыть по течению, постепенно, под небольшим углом приближаясь к берегу;
- не плавать на надувных матрасах и игрушках, автомобильных камерах; ветром или течением их может отнести далеко от берега, из них может выйти воздух и они потеряют плавучесть.





Что делать, если на ваших глазах тонет человек?

Посмотрите, нет ли рядом спасательного средства, лодки. Можно ли позвать кого-нибудь на помощь? Ободрив криком потерпевшего, идти на помощь самому.

Как подплывать к тонущему

К тонущему человеку лучше подплывать сзади, чтобы он не видел спасателя. Если утопающий смотрит на спасателя — метра за 2–3 поднырнуть, схватить за колени и развернуть спиной к себе. Если тонущий человек исчез подводой, нырять с учетом течения, обнаружив, взять под мышки (подходить со стороны головы, если лежит лицом вверх, или со стороны ног, если лицом вниз) и, оттолкнувшись от дна всплывать.

Как освобождаться от захватов

При захвате за кисти рук резким рывком в сторону больших пальцев освободить руки, разведя их. Ногами в грудь оттолкнуть от себя.

При захвате за шею спереди ладонью одной руки упереться в подбородок, большим и указательным пальцами той же руки зажать ноздри, другой рукой удерживать за поясницу, резко толкнуть в подбородок. В крайних случаях ударить коленом в пах.

При захвате за шею сзади, схватить одной рукой за кисть, а другой резко поднять локоть тонущего вверх и выскользнуть из захвата. При захвате за туловище под руки действовать как при захвате за шею спереди. При захвате за туловище через руки спереди нанести резкий удар большими пальцами в область ребер тонущего. При захвате за ноги спереди схватив за висок и подбородок поворачивать голову тонущего на бок, пока не ослабит захват.



Как буксировать на берег

Удерживая руками за подбородок, плыть на спине, выполняя движения ногами стилем брасс. Пропустив руку под руку пострадавшего, схватить за челюсть и грести свободной рукой и ногами. Пропустить

свою руку под руку пострадавшего и схватить другую руку. Грести свободной рукой и ногами. Лояльный пострадавший держится за плечи спасателя, а тот плывет брассом.

Подплыв к утопающему, надо поднырнуть под него и, взяв сзади одним из приемов захвата (классически — за волосы), транспортировать к берегу.

Если утопающий схватил вас за руку, шею или за ноги — освобождайтесь.

Если человек уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его в глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если человек был в воде не более 6 минут.

Вытащив на берег потерпевшего, осмотрите его: рот и нос надо немедленно очистить от песка и ила пальцами, повернув голову человека набок. Затем положите пострадавшего животом на свое колено (голову свесить лицом вниз) и, сильно нажав, выплесните воду из желудка и дыхательных путей. Все это надо делать быстро. Затем уложить пострадавшего на спину, расстегнуть ему пояс или верхние пуговицы и начать искусственное дыхание.

Если у человека не бьется сердце, искусственное дыхание следует сочетать с непрямой массаж сердца. Не останавливайте меры по реанимации до прибытия скорой помощи.



На пляже опасность может таиться не только в воде

Признаки теплового и солнечного удара:

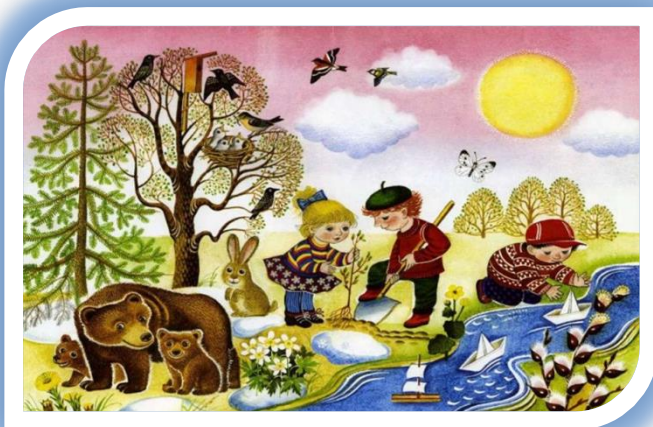
слабость, сонливость, головная боль, жажда, тошнота, возможно



учащенное дыхание, повышение температуры тела, потеря сознания.

При появлении этих симптомов необходимо:

- незамедлительно вызвать скорую помощь;
- перевести или перенести пострадавшего в прохладное место;
- приложить холод к голове, шее, груди. Можно вылить на грудь ведро прохладной воды;
- при судорогах — повернуть человека набок, прижать плечевой пояс и голову к полу (к земле);
- при потере сознания более чем на 3-4 минуты перевернуть на живот.



Правила безопасности при близости оросительных каналов

Во многих местах есть оросительные каналы, не имеющие специального ограждения. Эти каналы кажутся идеальным местом, чтоб поплавать и отдохнуть в жаркий день. Тем не менее, эти водоемы очень опасны и не должны использоваться для отдыха. Чтобы избежать утопления или других

несчастных случаев,

- никогда;
- не разрешайте детям играть рядом с каналами;
- не плавайте в каналах;
- не играйте рядом с каналами;
- не гуляйте вдоль берегов или краев канала — там может быть очень скользко;
- не используйте каналы для развлечений, например, рыбалки, катания на каноэ, каяках или для купания;
- не прыгайте в каналы, чтоб спасти животных;



– не прыгайте в каналы, чтоб забрать оттуда игрушки или другие предметы.

Для получения помощи звоните в МЧС.

Предотвратите утопление ребенка, научив его правилам поведения на воде.



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ

При переходе водоёма по льду следует пользоваться оборудованными ледовыми переправами или проложенными тропами, а при их отсутствии — убедиться в прочности льда с помощью пешни.

Во время движения по льду следует обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега. Особую осторожность необходимо проявлять в тех местах, где быстрое течение, родники, где выступают на поверхности кусты, трава, выпадают в водоём ручьи и вливаются тёплые сточные воды промышленных предприятий, ведётся заготовка льда и т.п.

Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров в соленой воде.

В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед также непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша. Безопасным для перехода является лёд с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 см.

Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3 суток, то прочность льда снижается на 25%.

Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета — прочный, прочность льда белого цвета в 2 раза меньше.

При переходе по льду группами необходимо следовать друг за другом на расстоянии 5–6 метров и быть готовым оказать немедленную помощь



впереди идущему. Перевозка грузов производится на санях или других приспособлениях с возможно большей площадью опоры на поверхность льда.

Пользоваться на водоёмах площадками для катания на коньках разрешается после тщательной проверки прочности льда, толщина которого должна быть не менее 12 см, а при массовом катании — не менее 25 см.

При переходе водоёма по льду на лыжах рекомендуется пользоваться проложенной лыжней, а при её отсутствии, прежде чем двигаться по целине, следует отстегнуть крепления лыж и снять петли лыжных палок с кистей рук. Рюкзак или ранец необходимо взять на одно плечо.

Расстояние между лыжниками должно быть 5–6 метров. Во время движения лыжник, идущий впереди, ударами палок проверяет прочность льда и следит за его состоянием.

Во время рыбной ловли нельзя пробивать много лунок на ограниченной площади и собираться большими группами.

Каждому рыболову рекомендуется иметь спасательное средство в виде шнура длиной 12–15 метров, на одном конце которого должен быть закреплён груз весом 400–500 граммов, а на другом — изготовлена петля.

В местах с большим количеством рыболовов на значительной площади льда в период интенсивного подлёдного лова рыбы должны выставляться спасательные посты, укомплектованные подготовленными спасателями, оснащённые спасательными средствами,

электромегафонами, средствами связи и владеющие постоянно информацией о гидрометеорологической обстановке в этом районе.



**Что делать, если вы уже провалились
в холодную воду?**

Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.

Раскиньте руками в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда,



придав телу горизонтальное положение по направлению течения.

Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу на лед.

Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.

Ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь лед уже проверен на прочность.

Если нужна ваша помощь

Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни, одежду.

Следует ползком, широко расправляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.

Остановитесь от находящегося в полынье человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.

Осторожно вытащите пострадавшего на лед и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.

Ползите в ту сторону, откуда пришли.

Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело до покраснения кожи смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь — это может привести к летальному исходу.



ЕСЛИ ВЫ ЗАБЛУДИЛИСЬ В ЛЕСУ

Возьмите себе за правило, что, прежде чем войти в лес, нужно посмотреть карту местности и запомнить, с какой стороны от вас стоит солнце. Например, если оно находится справа, выходить обратно надо так, чтобы оно было слева.



Если Вы поняли, что заблудились, первым делом немедленно остановитесь и присядьте.

Не делайте ни одного шага, не подумав. Сосредоточьтесь и не паникуйте. Берегите силы. Постарайтесь не вымокнуть, найдите способ укрыться от дождя.

Думайте только о том, как выбраться к тому месту, откуда начинается знакомый путь.

Для этого:

1. Вспомните последнюю примету на вашем пути и постарайтесь выбраться к ней.

2. Припомните знакомые ориентиры: шоссе, железная дорога, река, постройки, и т.д.

3. Прислушайтесь. Может быть, среди птичьего гомона есть и другие звуки: работает трактор, лает собака, идет поезд и т.д.

4. Если вы не нашли никаких ориентиров, постарайтесь влезть на самое высокое дерево (прежде, оцените свои силы). С высоты есть наибольшая вероятность увидеть различные трубы, антенны, вышки электропередач.

5. Будьте уверены, что лесная дорога всегда выводит к жилью.

6. Двигаясь по лесу, проверяйте свой курс по неподвижным предметам (как правило, шаги правой и левой ноги слегка разнятся и есть опасность пойти по кругу).

6. Не забывайте элементарные приметы:

- муравейники всегда располагаются с южной стороны деревьев;
- мох предпочитает северную сторону;
- годовые кольца на спиле пня с южной стороны обычно толще;
- обратите внимание на деревья — их крона пышнее с южной стороны.

Дополнительные важные советы

Никогда не пугайте детей тем, как вы их накажете, если они потеряются. Известно много случаев, когда дети прятались от спасателей и не отвечали на их зов, потому что боялись родительского гнева.

Учите детей оставаться на одном месте, если они потеряются. Это облегчит поиски спасателей и сохранит силы ребёнку.



Научите его «обнимать дерево». В буквальном смысле. Научите, что дерево — это его друг, оно всегда поможет и защитит. Это позволит ребёнку чувствовать себя защищённым, снизит уровень тревожности, предотвратит от паники и необдуманных действий.

Для коммуникации пользуйтесь свистками. Они лучше слышны, чем крики и дуть в свисток менее энергозатратно, чем кричать «Ау-у-у!» или «Мама-а-а-а-а-а!».



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ПОХОДЕ

Каждый участник похода обязан строго выполнять все указания и команды руководителей групп.

Уважительное, бережное отношение к природе, тактичное поведение по отношению к местным жителям — одно из главных правил поведения в походе.

В лесу необходимо строго соблюдать санитарно-гигиенические правила и немедленно ставить в известность руководителя о недомогании или получении травмы, даже незначительной.

Во время похода ни в коем случае не пробовать неизвестные ягоды, грибы, собирать в гербарий заведомо ядовитые или незнакомые растения. Если гроза застигнет в лесу, то не следует прятаться под высокие деревья. Особенно опасны отдельно стоящие дуб, тополь, ель, сосна. Находясь в грозу на открытом месте, лучше лечь или присесть в яму, канаву.

При ветреной и пыльной погоде надо надевать защитные очки для предупреждения засорения глаз.

Для предупреждения теплового удара не следует надевать неоправданно теплую и «душную» (не обеспечивающую вентиляцию и не впитывающую пот) одежду.



Для предотвращения травм, связанных с ожогами, надо руководствоваться следующими правилами:

- дежурные у костра должны иметь на себе брюки, обувь и рукавицы;
- не допускать игр и развлечений с огнем;
- готовую горячую пищу следует оставлять только в том месте, где на нее не могут наступить люди.

Обязательно на маршруте у каждого участника должен быть головной убор, майка или рубашка с длинным рукавом, солнцезащитные очки, ветровка, фляжка с водой, защитные средства от клещей и комаров, желательно, фонарик, большой полиэтиленовый мешок и свисток.

Строго запрещается купаться в загрязненных и изобилующих ключами водоемах, а также в местах быстрого течения, прыгать в воду в неизвестных местах, купаться с плотов, подплывать близко к проходящему судну.

Запрещается пить сырую воду из непроверенных источников и заброшенных колодцев.

Участники похода, состояние здоровья которых требует регулярный прием лекарственных препаратов, должны заблаговременно обеспечить себя ими на все время следования по маршруту, а также поставить в известность о своем заболевании руководителя.

Следуя по маршруту, не отдаляться от группы далеко, всегда сообщать руководителю, в какую сторону вы пошли и зачем.

Меры пожарной безопасности в лесу

Прежде всего, не следует разводить костры без особой надобности, ибо от них возникает преобладающее число пожаров. Следует помнить, что запрещается разводить костры в хвойных молодняках, на старых горельниках, на лесосеках, захламленных порубочными остатками. Избегать жечь костры на торфяниках и вблизи сухой травы, особенно при сильном ветре. Большую опасность представляют собой старые пни и валежник. Затаившись в корнях или гнилой сердцевине, огонь может разгореться и перерасти в лесной пожар.

Для костра следует поискать место где-нибудь на песчаной или галечной косе у реки или озера. Можно также выбрать для костра открытую поляну.



Но прежде чем поднести к хворосту зажженную спичку, надо обнести облюбванное место так называемой минерализованной полосой шириной не менее полуметра, то есть, проще говоря, удалить вокруг будущего костра все, что может гореть. Ну и, естественно, в дальнейшем следить, чтобы огонь не перебрался в лес.

Покидая место привала, надо обязательно потушить костер. Если не найдется поблизости воды, тщательно засыпать его землей. Не уходить от кострища до тех пор, пока не останется ни одного тлеющего уголька.

Лес может загореться и от бутылки или осколка стекла, брошенных на освещенной солнцем лесной поляне. Фокусируя лучи, они способны сработать как зажигательные линзы.

Как быть, если, находясь в лесу в турпоходе, на сборе ягод и грибов, ребята заметят в лесу огонь? Небольшой пожар они могут потушить своими силами. Для этого достаточно пучка ветвей лиственных пород или деревца длиной 1,5–2 м. Нанося ими скользящие удары по кромке огня сбоку в сторону очага пожара, они как бы сметаю горячие материалы на уже выгоревшую площадь. Затем, сбив основное пламя, при следующем ударе, по этому же, месту пучок ветвей задерживают, прижимают к горячей кромке и поворачивают его, этим достигается охлаждение горячих материалов.

Другой способ, если под руками имеется лопата. Вдоль кромки огня копают ямки, грунт из которых бросают в нижнюю часть пламени. Сначала сбивают пламя, затем, остановив пожар, на его кромку снова насыпают грунт сплошной полоской высотой 6–8 см и шириной 0,5 м.

Распространение лесного пожара можно остановить, сгребая на пути движения огня горячие материалы. Ширина очищенной полосы должна быть не менее 0,5 м.

Если же вблизи от места загорания окажется водоем, то естественно, что вода — наиболее эффективное средство тушения огня.

Не случайно работники лесной охраны требуют, чтобы каждая группа, будь то взрослые или дети, выезжающая в лес на отдых или в турпоход, имела при себе топор, лопаты, ведра и смогла в случае необходимости оказать помощь лесу — сберечь его от огня.



Если нет возможности потушить пожар своими силами, то обязанность каждого — незамедлительно сообщить о нем в пожарную охрану по телефону «101», а с мобильного — «112».



Как действовать во время грозы
Молния опасна тогда, когда вслед за вспышкой следует раскат грома. В этом случае срочно примите меры предосторожности.

Если Вы находитесь в сельской местности: закройте окна, двери, дымоходы и вентиляционные отверстия. Не растапливайте печь, поскольку высокотемпературные газы, выходящие из печной трубы, имеют низкое сопротивление. Не

разговаривайте по телефону: молния иногда попадает в натянутые между столбами провода.

Во время ударов молнии не подходите близко к электропроводке, молниеотводу, водостокам с крыш, антенне, не стойте рядом с окном, по возможности выключите телевизор, радио и другие электробытовые приборы.

Если вы находитесь дома или внутри помещения:

-закройте окна, двери и не подходите близко к батареям центрального отопления;

- отключите электробытовые приборы от электрической сети, отсоедините кабель наружной антенны от телевизора;

-не разговаривайте по домашнему телефону. Мобильный телефон необходимо выключить и воздержаться от переговоров;- находитесь подальше от воды: не мойте посуду, не принимайте душ, ванну.

Если во время грозы вы оказались на улице:

-спрячьтесь в здании (укрытии), желательно защищенном молниеотводом;



- не находитесь вблизи металлических или сетчатых оград, крупных металлических объектов, влажных стен, заземления молниеотвода;

- оказавшись на открытой местности, присядьте, пригните голову к коленям, так как эта поза менее опасная.

Если Вы находитесь в лесу, то укройтесь на низкорослом участке леса. Не укрывайтесь вблизи высоких деревьев, особенно сосен, дубов и тополей. Не находитесь в водоеме или на его берегу. Отойдите от берега, спуститесь с возвышенного места в низину. Потушите костер, помня привлекательность для молнии теплового потока. Внутри палатки лучше располагаться на раскладушке или надувном матрасе; при этом не следует касаться опорных столбов и мокрого полотна палатки.

В степи, поле или при отсутствии укрытия (здания) не ложитесь на землю, подставляя электрическому току все свое тело, а сядьте на корточки в ложбине, овраге или другом естественном углублении, обхватив ноги руками. Не убегайте и не прячьтесь в стоге сена. Не подходите к молниеотводам или высоким одиночным предметам (столбам) на расстояние меньше 8-10 м. Особенно опасно находиться возле ЛЭП и любых других металлических конструкций.

Если грозовой фронт настиг Вас во время занятий спортом, то немедленно прекратите их. Металлические предметы (мотоцикл, велосипед, ледоруб и т.д.) положите в сторону, отойдите от них на 20–30 м.

Если гроза застала Вас в автомобиле, не покидайте его, при этом закройте окна и опустите антенну радиоприемника.

Если гроза застала вас врасплох, необходимо помнить самое главное:

- молния никогда не ударяет в кустарник;
- надо избегать отдельно стоящих деревьев;
- если есть возможность, переждите грозу в автомобиле;
- держитесь подальше от высоких металлических конструкций;
- во время грозы выключайте электроприборы в доме.

Придерживаясь этих правил, вы сможете избежать поражения молнией. Если же вас или ваших близких ударила молния, следует действовать так же, как и в случае с ударом электрическим током.





Как себя вести, если на Вас напал клещ

С приходом теплого весеннего периода активизируются клещи, которые являются разносчиками очень опасных для человека заболеваний – клещевого энцефалита и клещевого боррелиоза (болезни Лайма).

Клещевой энцефалит – острое инфекционное заболевание с преимущественным поражением нервной системы. Заражение человека происходит при кровососании инфицированного клеща.

Вероятность контакта с клещами в очагах клещевого энцефалита очень высока. Поэтому каждый человек должен знать и соблюдать необходимые меры предосторожности, в целях исключения случаев нападения клеща. Прежде всего, надо помнить, что опасность «зацепить» клеща существует не только в лесу, но и в любой полосе зеленых насаждений, в том числе и в черте города (особенно это касается лужаек с травой и невысоким кустарником).

Существенную роль в защите от клещей имеет специальная одежда – костюм для защиты от гнуса и клещей.

При отсутствии специального противоклещевого костюма, собираясь в лес, необходимо одеться таким образом, чтобы уменьшить возможность заползания клещей под одежду. Брюки должны быть заправлены в сапоги, а гольфы или носки должны быть с плотной резинкой. Верхняя часть одежды должна быть заправлена в брюки, а манжеты рукавов плотно прилегать к руке. На голове иметь шлем (капюшон), плотно пришитый к рубашке. Лучше, чтобы одежда была однотонной, т.к. клещи на ней более заметны. Обычно клещи ползут снизу вверх. Поэтому необходимо не реже чем через 1,5-2 часа проводить само и взаимосомотры для обнаружения клещей. Надо помнить, что клещи обычно присасываются не сразу, чем быстрее будет снят присосавшийся клещ, тем меньшую дозу возбудителя он передаст.



По возвращении из леса, необходимо провести полный осмотр тела, одежды, принесенных из лесу цветов и другие предметы. Кроме того, осматривать после прогулок на природе нужно не только себя и детей, но и своих собак и кошек, которые на себе могут принести в дом клеща.

Присосавшегося к телу клеща следует немедленно удалить, стараясь не оторвать погруженный в кожу хоботок. Удалять насекомое необходимо с помощью петли из обычной нитки, накинув ее на основание хоботка и скручивая нитку за концы. Ранку смазать раствором йода, а клеща в стеклянной банке доставить на пункт серопрфилактики для исследования на зараженность вирусом клещевого энцефалита и клещевого боррелиоза.

БЕЗОПАСНОСТЬ В ВАШЕМ ДОМЕ

Помните, что большинство несчастных случаев можно предотвратить! Вот несколько советов для предупреждения опасных ситуаций:

- поворачивайте от края плиты рукоятки стоящих на ней сковородок, чтобы ребёнок не мог дотянуться и вылить на себя

кипящий жир;

- укорачивайте провода электрочайников — по той же причине;
- следите за тем, чтобы кастрюли с горячим содержимым не стояли на краю стола, на подоконнике;
- надёжно запирайте лекарства и всё, что может оказаться ядовитым для ребёнка;
- убирайте подальше опасное для ребёнка оборудование, ремонтируйте болтающиеся штепсели и подводящие провода;
- следите за тем, чтобы среди игрушек отсутствовали мелкие предметы;



- вставляйте блокираторы в электророзетки во избежание засунуть отвёртку, шпильку, пальчик в одну из дырочек, какие он видит в стене;
- надёжно закрепляйте москитные сетки на окнах и балконных рамах, сделайте недоступными для маленьких детей подоконники.

Эти меры предосторожности помогут Вам избежать неприятностей.

Не забывайте, что Вам нужно осознавать опасности не только в своём доме, но и в домах других людей. Это гораздо труднее, особенно, когда имеете дело с друзьями или собственными родителями. Всё, что Вы можете, — это помнить, например, что у них нет шпингалетов на окнах или что они не запирают «яды» в шкафчике под раковиной.

Постарайтесь тактично, чтобы не обидеть их, обговорить эти важные для Вас моменты.

И помните, что Вы должны обезопасить своего ребёнка в любых условиях!



КАК РЕБЕНКУ ПРАВИЛЬНО ИГРАТЬ С ЖИВОТНЫМИ

Дети будут играть с животными независимо от того, есть они у Вас дома или нет. Научите ребенка, как нужно обращаться с животными и установите определенные правила, которые ребенок должен будет соблюдать:

- никогда не гоняйтесь за животными;
- никогда не дразните животных;
- никогда не трогайте животное, когда оно ест, спит или находится рядом со своими детенышами;
- всегда держите лицо на приличном расстоянии от пасти животного, от когтей и от клюва;



- мойте руки после прикосновения к животному или к предметам, которые используются в уходе за домашними питомцами;
- не приближайтесь к незнакомым собакам и кошкам;
- перед тем как погладить собаку, спросите разрешения у ее хозяина;
- перед тем как будете гладить собаку, дайте ей понюхать Вашу руку.

Как себя вести,

если Вас или Вашего ребенка атакует агрессивное животное

- никогда не кричите и не убегайте;
- стойте спокойно, вытянув руки по бокам;
- не смотрите прямо в глаза животного;
- избегая зрительного контакта, медленно двигайтесь спиной назад после того, как животное потеряет к Вам интерес;
- если животное нападает на Вас, поставьте между собой и животным любой предмет — пальто, велосипед, мяч — все, что находится под рукой;
- если собака или другое животное сбило Вас с ног, согнитесь, обхватив голову руками и прикрывая уши, сохраняйте спокойствие, не кричите и не сопротивляйтесь.



Как правильно ухаживать за домашними питомцами, чтоб сохранить здоровье ребенка

Следите за состоянием здоровья домашних питомцев.

Все домашние питомцы, независимо от того, живут они на улице или в доме, должны быть здоровыми и проявлять дружелюбие по отношению к детям.

Делайте прививки домашним котам и собакам и регулярно проводите профилактику от блох, глистов и лишая.

Следите, чтоб отведенное для животного место было чистым. Немедленно выбрасывайте любые продукты



жизнедеятельности животного. Следите, чтоб коробки с мусором были вне зоны досягаемости детей.

В случае агрессивного поведения животного немедленно обращайтесь к ветеринару.



КАК ЗАЩИТИТЬ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ ОТ ИНТЕРНЕТ- ЗАВИСИМОСТИ

Родители в состоянии избавить своего ребенка от возникновения Интернет-зависимости задолго до того, как это придется делать психологу или психиатру. Обычно для этого необходимо уделять своему ребенку как можно больше внимания.

Дети, окруженные родительской заботой и вниманием, не станут искать утешения в уничтожении монстров, поскольку не будут чувствовать себя одинокими.

Приобщать к культуре и спорту.

Если у ребенка не останется времени на компьютерные игры, то и зависимости взяться будет неоткуда. Интересно, что 90% детей, занимающихся спортом или искусством, не увлекаются компьютерными играми.

Не сердиться на ребенка за увлечение играми и ни в коем случае не запрещать их. Исключение составляют игры с насилием и жестокостью.

Детская психология такова: чем больше нельзя, тем больше хочется.

Поэтому заострять внимание на том, что «компьютерные игры — зло», излишне, Вы лишь сделаете малыша одержимым мыслями о запретном плоде со всеми вытекающими последствиями.

Объяснить ребенку различия между игрой и реальностью, что кроме интересного виртуального мира существуют еще настоящие друзья, родители и учеба.



Если верить статистике, 80% детей начинают увлекаться компьютерными играми из-за недостатка общения в реальной жизни. Помогите своему ребенку найти общий язык со сверстниками, и он предпочтет поиграть во дворе, нежели играть в одиночестве.

Занять его чем-то еще, кроме компьютера.

Найдите для своего ребенка замену компьютерной игре исходя из его личных талантов и предпочтений. Какое-нибудь хобби ребенку обязательно придется по вкусу, и он станет меньше времени проводить за компьютером. Не существует детей, которых бы не интересовало ничего, кроме компьютера.

Ребенку обязательно нужно чувствовать вашу любовь и заботу, быть уверенным, что его обязательно поймут и поддержат. Тогда у него будет меньше поводов отдалиться от вас, «зависнув» в виртуальной реальности.

Больше половины юных пользователей Интернета ищут в нем именно игры и развлечения, которых им не хватает в реальной жизни.

Они стремятся заполнить этот пробел виртуальными радостями.

Если же у ребенка будет достаточно увлечений и друзей в реальной жизни, ему просто не захочется проводить долгие часы за компьютером.

Как себя вести в экстремальных ситуациях

Терроризм - это метод, посредством которого организованная группа или партия стремятся достичь провозглашенных ею целей через систематическое использование насилия. Для нагнетания страха применяются такие террористические способы (методы), как взрывы и поджоги жилых и административных зданий, магазинов, вокзалов, захват заложников, автобусов, угоны самолетов и т.д. Для предотвращения возможного террористического акта или уменьшения его последствий необходимо соблюдать следующие меры предосторожности:

- не трогайте: в вагоне поезда (электрички, трамвая, троллейбуса, автобуса), а также, подъезде дома или на улице (рынке, в общественных местах и т.д.) бесхозные пакеты (сумки, коробки и т.д.) и не подпускайте к ним других. Сообщите о находке сотруднику полиции;



- в присутствии террористов не выражайте свое недовольство, воздержитесь от резких движений криков, стонов;
- при угрозе применения террористами оружия ложитесь на живот, защищая голову руками, дальше от окон, застекленных дверей, проходов, лестниц;
- в случае ранения двигайтесь как можно меньше - это уменьшит кровопотерю;
- будьте внимательны, используйте любую возможность для спасения;
- если произошел взрыв - примите меры к недопущению пожара и паники, окажите первую медицинскую помощь пострадавшим;
- постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей и сообщите их прибывшим сотрудникам спецслужб.

При обнаружении подозрительного предмета, который может оказаться самодельным взрывным устройством или если Вы обнаружили подозрительный предмет, не оставляйте этот факт без внимания!

а) в общественном транспорте:

- опросите людей находящихся рядом,
- постарайтесь установить принадлежность предмета (сумки и т.д.) или кто мог его оставить.

Если хозяин не установлен, немедленно сообщите о находке водителю (машинисту и т.д.).

б) в подъезде своего дома:

- опросите соседей, возможно он принадлежит им. Если владелец не установлен - немедленно сообщите о находке в Ваше отделение полиции

в) в администрации (учреждении):

- немедленно сообщите о находке руководителю администрации (учреждения).

Во всех перечисленных случаях:

- не трогайте, не вскрывайте и не передвигайте находку;
- зафиксируйте время обнаружения находки;
- постарайтесь сделать так, что бы люди отошли как можно дальше от опасной находки;
- обязательно дождитесь прибытия оперативно-следственной группы;



- не забывайте, что Вы являетесь основным очевидцем.

Помните:

внешний вид предмета может скрывать его настоящее назначение. В качестве камуфляжа для взрывных устройств используются обычные сумки, пакеты, свертки, коробки, игрушки и т.п.



ПОЛЕЗНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ

Единая дежурная диспетчерская служба Белоярского района Ханты-Мансийский автономный округ-Югра, город Белоярский, переулок Северный, дом 5, пом.1

+7 (34670) 2-60-20,

+7 (34670) 4-19-11(круглосуточно)

Единая социально-психологическая служба «Телефон доверия» в Ханты-Мансийском автономном округе — Югре

(звонок бесплатный)

8-800-101-1212 (с 08.00 до 20.00)

8-800-101-1200 (с 20.00 до 08.00)

Детский телефон доверия в Ханты-Мансийском автономном округе — Югре
(звонок бесплатный)

8-800-2000-122

Детская общественная приемная при территориальной комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав при администрации Белоярского района

+7 (34670)6-21-56, 6-21-57, 2-05-30





Телефоны экстренных служб для вызова с мобильного телефона Службы городской экстренной помощи (вызов с городского)

Вызов экстренных служб через номер 112

Для экстренного вызова специальных служб также работает номер 112.

На русском и английском языках.

Вызов с номера экстренного вызова 112 возможен:

- при отсутствии денежных средств на вашем счету;
- при заблокированной SIM-карте;
- при отсутствии SIM-карты телефона.

СЛУЖБА					
Единый телефон пожарной охраны	101	101	101	101	101
Единая дежурно-диспетчерская служба	112	112	112	112	112
Единый телефон отдела полиции	102	102	102	102	102
Единый телефон скорой помощи	103	103	103	103	103
Единый телефон аварийно газовой службы	104	104	104	104	104

Брошюра изготовлена специалистами отдела по организации деятельности комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав администрации Белоярского района



