

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПАДЕНИИ СОСУЛЕК И СНЕГА С КРЫШ

Сотрудники МЧС России напоминают о том, что снегопады и потепление могут вызвать образование сосулек и сход снега с крыш зданий. Уважаемые жители, будьте осторожны, когда проходите рядом с жилыми домами, особенно если на их крышах есть снежные карнизы, сосульки. Сход скопившейся на крыше снежной массы очень опасен!

Образование сосулек на козырьках, крышах зданий и сооружений представляет собой серьезную проблему. Падающие с крыш зданий сосульки могут причинить травмы прохожим, а иногда привести и к летальному исходу. Под тяжестью сосулек могут обрываться электропровода, ломаться конструкции зданий и сооружений, может быть причинен серьезный ущерб припаркованным возле здания автомобилям. Со всех домов сбить их невозможно, да и нарастают они снова и снова.

Помните: чаще всего сосульки образуются над водостоками, поэтому именно эти участки фасадов домов бывают особенно опасны, их необходимо обходить стороной. Следует по возможности вообще не подходить близко к стенам зданий. Если во время движения по тротуару вы услышали наверху подозрительный шум – ни в коем случае нельзя останавливаться, поднимать голову и рассматривать, что там случилось. Возможно, это сход снега или ледяной глыбы (сосулек).

Нужно постараться поскорее покинуть опасное место, либо как можно быстрее прижаться к стене, козырек крыши послужит укрытием.

Одним из факторов, предотвращающих образование сосулек и сходов снежных масс, является регулярное и своевременное удаление снега с крыш. При отсутствии снега сосулькам просто не из чего образовываться. В случае падения сосулек люди имеют право на возмещение вреда.

Если сосульки образовались на кровле торгового центра, магазина, другого учреждения – сообщите об этом администрации. Если вы видите, что с крыши вашего или другого жилого дома свисает снежно-ледяная глыба, звоните в управляющую компанию этого дома. Коммунальщики обязаны незамедлительно поставить ограждения вокруг опасной территории. В ближайшие дни управляющая компания должна найти подрядчиков или своими силами очистить крышу. В случае, если все же сосулька упала и повредила ваш автомобиль, необходимо вызвать сотрудников ГИБДД и составить акт, который будет служить доказательством того, что гражданину причинен вред.

Если на автомобиль упал с крыши снег или сосульки, где были вывешены сигнальные ленты, а вы их проигнорировали, или припарковали автомобиль под шлагбаумом «Парковка запрещена. Возможен сход снега» - ответственность за случившееся полностью лежит на вас.

Если из-за падения с крыши сосульки или снега пострадал человек, надо вызвать скорую помощь. Вызов будет зафиксирован вместе с историей болезни, где укажут причину травмы, либо вам нужно найти 2-3 свидетелей происшествия.

Будьте осторожны и внимательны, старайтесь не ходить и не ставить автомобили вблизи зданий. Сообщайте об опасности схода снега и льда с крыш в коммунальные службы.

ВНИМАНИЕ!!!

Увеличилось количество случаев трагической гибели семей с несовершеннолетними детьми в результате острого отравления угарным газом в результате его утечки.

1. 23.01.2014 в результате утечки угарного газа в одном из частных домовладений х. Дарьевка Родионово-Несветайского района сотрудниками районного спасательного подразделения МЧС России по Ростовской области обнаружены тела 4 человек: 63-летней женщины, 75-летнего мужчины и двух малолетних детей, их внуков, 6 и 4 лет.

В числе погибших двое малолетних детей: девочка, 2009 года рождения и обучающийся 1 класса МБОУ «Дарьевская СОШ», 2006 года рождения.

По сообщению СУ СК России по Ростовской области все члены семьи погибли во сне, отравившись угарным газом.

2. 30.01.2014 в результате утечки угарного газа в одном из частных домовладений, расположенных в г. Азове, обнаружены тела 4 человек: супругов и двух их детей, 16 и 6 лет.

В числе погибших двое несовершеннолетних детей: обучающийся МБОУ СОШ № 9 г. Азова, 1997 года рождения, воспитанник МБДОУ детского сада № 31 г. Азова, 2007 года рождения.

По сообщению СУ СК России по Ростовской области все члены семьи погибли во сне по причине острого отравления угарным газом.

3. 30.01.2014 в результате утечки угарного газа в одном из частных домовладений, расположенных в Пролетарском районе г. Ростова-на-Дону, родственниками обнаружены тела 2 человек: мамы и несовершеннолетнего сына.

В числе погибших: обучающийся 6 класса МБОУ СОШ № 17 г. Ростова-на-Дону, 2001 года рождения, а также его мать.

По предварительным данным мама с сыном умерли во сне в результате острого отравления угарным газом.

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!
БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ!
БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ!**

ПРАВИЛ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ОБРАЩЕНИИ С ГАЗОВЫМИ ПРИБОРАМИ

Чаще всего трагедии происходят из-за неисправности газового оборудования. Но большие и малые беды можно предупредить, если знать и соблюдать правила безопасности. Газ не имеет ни цвета, ни запаха. Для того чтобы вовремя определить утечку газа и принять соответствующие меры, он подается с небольшой добавкой сильно пахнущих, но малотоксичных веществ - меркаптанов. Сжиженный газ тяжелее воздуха в два раза и при утечке заполняет в первую очередь подвалы, подполы, подземные коммуникации и может распространяться на большие расстояния. В сочетании с воздухом газ образует взрывоопасную смесь. При неполном сгорании газа выделяется окись углерода (газ без цвета и запаха), от которого возможно удушье со смертельным исходом.

При обнаружении запаха газа в подвале, в подъезде, во дворе, в квартире необходимо:

- оповестить окружающих о мерах предосторожности;
- исключить использование открытого огня, электроприборов, могущих дать искру, прекратить пользоваться газовым прибором (перекрыть кран на плите, перекрыть газовую трубу);
- обеспечить проветривание загазованного помещения, открыв окна, двери, форточки и т.д. Сквозняк будет способствовать разбавлению горючей смеси бытового газа с воздухом до безопасной концентрации;
- вызвать аварийную службу по телефону 04;
- покинуть загазованное помещение до прибытия аварийной службы и ликвидации аварии.

По прибытии работников газовой службы необходимо обеспечить им свободный доступ к месту установки баллонов со сжиженным газом или во время осуществления работ по подаче газа в жилище. В зимнее время в частных домах необходимо периодически проверять вентиляционные каналы с целью недопущения их обмерзания и закупорки.

Существуют правила пользования газовой плитой:

- перед розжигом помещение необходимо проветрить, форточку оставить открытой на все время работы с плитой;
- зажженную спичку поднести к горелке, и только тогда открыть кран на плите на ту горелку, которую необходимо разжечь;
- пламя должно загораться во всех отверстиях горелки, иметь голубовато-фиолетовый цвет без коптящих языков. Если пламя коптящее, значит, газ сгорает не полностью. В данном случае необходимо отрегулировать подачу воздуха. И это должен сделать специалист;
- если происходит отрыв пламени от горелки, значит, воздуха поступает слишком много.

Пользоваться такой горелкой категорически запрещено:

- при обнаружении любой неисправности газового оборудования следует позвонить в газовую службу и вызвать специалистов;
- перед розжигом духового шкафа его необходимо проветрить.

Для удобства розжига лучше всего приготовить бумажный жгутик или деревянную лучину. Лучину следует поджечь, поднести к запальнику духового шкафа, затем открыть кран на духовой шкафу;

- по окончании пользования плитой или духовым шкафом следует закрыть краник на плите или духовом шкафу, затем кран на трубе.

При внезапном прекращении подачи газа немедленно закрыть краны горелок газовых приборов и сообщить в газовую службу по телефону 04.

Запрещается:

- оставлять работающие газовые приборы без присмотра;
- допускать к пользованию газовыми приборами детей дошкольного возраста, лиц, не контролирующих свои действия и не знающих правил пользования этими приборами;
- использовать газ и газовые приборы не по назначению;
- пользоваться газовыми плитами для отопления помещений;
- пользоваться помещениями, где установлены газовые приборы, для сна и отдыха;
- применять открытый огонь для обнаружения утечек газа (с этой целью используются мыльная эмульсия или специальные приборы);
- хранить в помещениях и подвалах порожние и заполненные сжиженным газом баллоны.
- производить самовольно, без специального инструктажа и разрешения, замену порожних баллонов на заполненные газом;
- производить самовольную газификацию дома, перестановку, замену и ремонт газовых приборов;
- осуществлять перепланировку помещения, где установлены газовые приборы, без согласования с соответствующими организациями.

Если в Вашей или соседней квартире произошел взрыв газа:

- отключите электричество, газ, перекройте воду;
- посмотрите, не пострадал ли кто-нибудь рядом с вами; кому из людей, находившихся в квартире, нужна помощь;
- если работает телефон, то сообщите о случившемся по телефонам: 112 (с мобильного), 01, 02 или 03;
- не пытайтесь воспользоваться лестницей, а тем более лифтом, чтобы выйти на улицу, так как и лестница, и лифт могли оказаться серьезно поврежденными, а для вас это может стать очень опасным;
- покидать помещение следует только, если начался пожар или есть угроза обрушения конструкций здания;
- держитесь подальше от шкафов и застекленных перегородок;
- не паникуйте: спасатели придут к вам на помощь обязательно. Экономьте силы.

Если вас завалило упавшей перегородкой или мебелью, попробуйте помочь себе сами. Подавайте сигналы (стучите по металлическим предметам, перекрытиям), чтобы вас услышали и обнаружили. Пытайтесь делать это при остановке работы спасательного оборудования («минуты тишины»). Если вы получили травмы, постарайтесь оказать себе посильную первую помощь: остановите кровотечение, уберите от себя острые, твердые предметы, укройтесь. Самое безопасное место в доме: это проемы капитальных внутренних стен, углы, образованные капитальными стенами, двери в капитальных стенах, места у колонн, под балками каркаса здания, санузлы, коридоры.

Самые опасные места в доме: наружные окна, угловые комнаты, лестницы, двери легких перегородок, печные трубы, внешние углы в угловых комнатах, отопительные батареи, лифт. При обрушении опасны книжные полки, картины и цветы над кроватью, люстры, кровати, стоящие вдоль окна, загромождающие проход предметы.

Рекомендации ГУ МЧС России по Ростовской области в зимний период

Как действовать во время гололеда (гололедицы):

- выходить на улицу следует в обуви на низком каблуке и с нескользящей подошвой, передвигайтесь осторожно, не торопясь, наступая на всю подошву. При этом ноги должны быть слегка расслаблены, руки свободны.

- если ты поскользнулся, присядь, чтобы снизить высоту падения. В момент падения постарайся сгруппироваться, и, перекатившись, смягчить удар о землю.

- особое внимание обращай на провода линий электропередачи, контактных сетей электротранспорта.

В случае холодов, соблюдайте простые правила, которые позволят Вам избежать переохлаждения и обморожений на сильном морозе:

- носи свободную одежду - это способствует нормальной циркуляции крови;

- одевайся как "капуста" - при этом между слоями одежды всегда есть прослойки воздуха, отлично удерживающие тепло;

- тесная обувь, отсутствие стельки, сырые грязные носки часто служат основной предпосылкой для появления потертостей и обморожения. Особое внимание уделять обуви необходимо тем, у кого часто потеют ноги. В сапоги нужно положить теплые стельки, а вместо хлопчатобумажных носков надеть шерстяные - они впитывают влагу, оставляя ноги сухими;

- не выходи на мороз без варежек, шапки и шарфа. Перчатки из натуральных материалов хоть и удобны, но от мороза спасают гораздо хуже;

- не носи на морозе металлических украшений - колец, серёжек и т.д. Во-первых, металл остывает гораздо быстрее тела до низких температур, вследствие чего возможно их прилипание к коже. Во-вторых, кольца на пальцах затрудняют нормальную циркуляцию крови;

- пользуйся помощью друга - следите за лицом друга, особенно за ушами, носом и щеками, за любыми заметными изменениями в цвете, а он или она будут следить за вашими;

- не позволяй обмороженному месту снова замерзнуть - это вызовет куда более значительные повреждения кожи;

- не снимай на морозе обувь с обмороженных конечностей - они распухнут, и ты не сможешь снова одеть обувь;

- прячься от ветра - вероятность обморожения на ветру значительно выше;

- не мочи кожу - вода проводит тепло значительно лучше воздуха. Не выходи на мороз с влажными волосами после душа;

- на длительную прогулку на морозе следует захватить с собой пару сменных носков, варежек и термос с горячим чаем. Перед выходом на мороз надо поесть – тебе может понадобиться энергия.

Правила безопасного поведения на водоемах зимой:

- надежным является лед, имеющий зеленоватый или синеватый оттенок, а желтоватый лед опасен;
- опасны участки льда в местах впадения рек и ручьев, у крутых берегов, на крутых изгибах русла;
- места, где поверх льда выступает вода, представляют большую опасность, так как обычно свидетельствуют о наличии промоины;
- преодолевать водоем по льду следует только в специально обозначенных местах – ледовые переправы.
- при движении по льду группы людей необходимо соблюдать дистанцию примерно 5 м;
- при наличии рюкзака необходимо предусмотреть возможность быстрого освобождения от него (лучше нести его на одном плече).

Санки, лыжи, коньки – самые любимые развлечения детей зимой. К сожалению, именно они становятся причиной многих травм. Здесь возрастает роль взрослых, которые должны научить ребенка правилам поведения, позволяющим избежать получения травм, и усилить контроль за их соблюдением. Необходимо проверить санки, не повреждены ли они, крепление на лыжах, надежно и правильно прикреплено оно к ногам ребенка, а коньки на соответствие размера.

Именно взрослые должны проконтролировать места, где играют их дети зимой. Склон, который выбирается для спуска на санках или лыжах, обязательно должен быть вдалеке от дороги, свободен от палок и корней деревьев. Каждый ребенок должен понимать, что катаясь с закрытыми глазами, можно столкнуться с соседом или деревом, а спуск спиной, снижает возможность управлять санками или лыжами, своевременно и адекватно реагировать на опасность. Особенно опасно цепляться к транспортным средствам, привязывать санки друг к другу, перевернувшись, одни санки потянут за собой другие.

На коньках лучше всего кататься в специально оборудованных местах или катках. Если не удастся избежать зимних игр на замершем море, то дети должны знать основные правила поведения на льду:

- нельзя использовать первый лед для катания, молодой лед тонок, непрочен и может не выдержать тяжести человека;
- избегать места близкие к прорубям, спускам теплой воды от промышленных предприятий, рыбацким лункам и др.;
- опасно выбегать и прыгать с берега на лед, когда неизвестна его прочность;
- не следует испытывать прочность льда ударами ногой, можно провалиться.

МЧС напоминает: не допускайте детский травматизм в зимнее время.

Игра в снежки, еще одна зимняя забава, которая может привести к повреждениям глаз, поэтому задача взрослых убедить ребенка беречься от попадания снега в лицо и не бросать снежки с ледяной корочкой и обледенелыми кусочками снега в друзей, особенно в голову.

Гололед, довольно частое атмосферное явление зимой, является причиной множества травм и переломов. Во-первых, правильно подберите ребенку обувь: предпочтение лучше отдать обуви с ребристой подошвой, произведенной из мягкой резины или термоэластопластов, без каблуков. Во-вторых, научите ребенка перемещаться по скользкой улице: нужно не спешить, избегать резких движений, постоянно смотреть себе под ноги. Ноги должны быть слегка расслаблены и согнуты в коленях, корпус при этом чуть наклонен вперед. Держать руки в карманах в гололед опасно, при падении едва ли будет время их вынуть и ухватиться за что-нибудь. Огромную опасность в гололед представляют ступеньки, по возможности избегайте их, если это невозможно, то ногу при спуске по лестнице необходимо ставить вдоль ступеньки, в случае потери равновесия такая позиция смягчит падение.

Объясните ребенку, что внимание и осторожность - это главные принципы поведения, которых следует неукоснительно придерживаться в гололед.

Еще одна распространенная зимняя травма – обморожение. Повреждение тканей под действием холода может наступить не только при низких температурах воздуха, но и при температуре выше нуля, особенно во время обильного снегопада, при сырой погоде, влажной одежде, тесной обуви. Обморожению подвергаются чаще всего пальцы рук и ног, щеки, нос, уши.

Обморожения чаще всего наступают незаметно, без боли, поэтому необходимо обращать внимание на цвет румянца у ребенка (нормальный румянец – нежно-розового цвета, если он стал неравномерный, с ярко-красными или белыми пятнами - это обморожение), проверять чувствительность кожи лица, постоянно шевелить пальцами рук и ног.

Чтобы избежать неприятных последствий, правильно одевайте ребенка для прогулок: необходимы варежки – не промокашки, шарф, шапка из водоотталкивающего материала на теплой подкладке, обувь, не сдавливающая нижние конечности и не пропускающая воду. Кожу лица нужно защищать специальным детским кремом.

Зимой к списку травм добавляется еще и риск «приклеиться». Постарайтесь доходчиво объяснить ребенку, что в мороз нельзя лизать языком и притрагиваться мокрыми руками к железным конструкциям, можно «приклеиться». Напомните, что не стоит проводить эксперименты.

Если ваш ребенок увлекается зимними видами спорта, позаботьтесь не только о его спортивной экипировке, но и о защите: наколенниках, налокотниках, защиты для позвоночника, они помогают в значительной мере уменьшить вероятность получения травм.

Зимой возрастает число дорожно-транспортных травм. Часто ребенок видит, что машина приближается, но надеется проскочить, но на скользкой дороге водитель не успевает затормозить, поскольку увеличивается тормозной путь автомобиля. Пересекать проезжую часть дороги необходимо исключительно по пешеходному переходу ни в коем случае не перебежать, следует быть предельно внимательными. Обязательно соблюдать правила дорожного движения.

Уважаемые взрослые! Многих серьезных травм можно избежать, если вы будете внимательно следить за своими детьми и заботиться, чтобы их окружение было безопасным!

ПАМЯТКА ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

Как одеваться, чтобы не замерзнуть в мороз?

В сильный мороз стараться не выходить из дома без особой на то необходимости. А если такая надобность все же есть, прежде чем выйти на улицу, следует заранее ознакомиться с прогнозом погоды, чтобы одеться соответственно температурному режиму.

В мороз нужно хорошо питаться. Выходить на улицу в зимнее время лучше не натощак, а перекусив, чтобы была энергия. Хорошо пить горячий чай с медом и молоком, а также употреблять белковую пищу, шоколад.

Перед выходом на мороз будет разумным нанести на кожу открытых поверхностей (в основном, лицо) специальный крем от мороза. Они создаются на основе жира и прекрасно защищают кожу от мороза и ветра. Наносить крем желательно не позднее, чем за полчаса до выхода на мороз. Ни в коем случае нельзя пользоваться увлажняющими кремами и средствами, потому что в их состав входит вода, которая замерзает на морозе. При использовании косметики нужно отдать предпочтение жирным средствам.

Для того чтобы не замерзнуть на улице, нужно знать, как правильно одеваться в мороз. В тепле, прежде всего, должна находиться голова, уши и шея должны быть закрыты.

Одежда зимой должна быть многослойная. Минздравсоцразвития рекомендует в сильный мороз одеваться по принципу "капусты". Это значит, что недостаточно одной теплой вещи. Когда одежды много, между ней создается воздушная прослойка, она не дает холоду проникать к телу, а тепло от поверхности тела дольше остается внутри.

Для создания многослойности одежды, можно надеть на тело пару свитеров, нижние и верхние штаны, обычные и шерстяные носки. На ребенка лучше надеть майку, поверх майки надеть водолазку из натурального волокна, хлопка или вискозы, и уже сверху – шерстяной свитер или пуловер.

Школьницам нужно надевать хлопковые или шерстяные колготки. А вот обычные тонкие колготки – плохая идея: при температуре ниже -15 С их свойства меняются: волокно начинает постепенно травмировать кожу.

В одежде желательно отдавать предпочтение натуральным тканям. Это способствует нормальной циркуляции крови. Постарайтесь отказаться от «нетехнологичной» синтетики, которая не обеспечивает нормального доступа воздуха к коже. Все, что вы надеваете под *верхнюю одежду* – куртку или шубу – должно дышать! Верхняя одежда должна быть непромокаемой. Желательно иметь капюшон, чтобы в ветреную погоду защитить от обморожения уши и лицо. Медики не советуют выходить на мороз без

варежек. Лучше всего варежки из влагоотталкивающей и непродуваемой ткани с мехом внутри. Перчатки из натуральных материалов хоть и удобны, но от мороза не спасают.

Если есть возможность, лучше отдать предпочтение длиннополой одежде, которая также будет задерживать проникновение холода к телу.

Хочется также отметить привычку некоторых родителей повязывать на лицо ребенка шарф в морозы. Делать этого не нужно по нескольким причинам. Во-первых, ребенок не получает кислород, и прогулка становится бесполезной. Во-вторых, под шарфом накапливается влага, наилучшая среда для размножения вирусов и бактерий. Для детского личика следует применить защитный детский крем либо вазелиновое масло, для губ – бальзам или гигиеническую помаду, а ноздри можно обработать вазелиновым маслом, а лучше мазью «Оксолин», которая защитит детей от вирусов и бактерий в эпидемиологический период.

Не нужно носить на морозе металлических (в том числе золотых, серебряных) украшений — колец, сережек и т.д. Во-первых, металл в силу высокой теплопроводности остывает гораздо быстрее тела, вследствие чего возможно "прилипание" к коже или слизистой рта с болевыми ощущениями и холодовыми травмами. Во-вторых, кольца на пальцах затрудняют нормальную циркуляцию крови.

Обувь тоже должна быть подобрана правильно: тесная обувь, отсутствие стельки, сырые грязные носки часто служат основной предпосылкой для появления потертостей и обморожения. Рекомендуется в зимние сапоги или ботинки положить теплые стельки, а вместо хлопчатобумажных носков надеть шерстяные, поскольку они впитывают влагу, оставляя ноги сухими. Во избежание травм не рекомендуется зимой носить обувь на высоких каблуках.

Зимняя одежда ни в коем случае не должна быть тесной, потому что в этом случае нарушается правильное кровообращение. Кровь хуже продвигается в зажатые одеждой области тела и хуже их согревает. Обязательно правильно подбирайте размер зимней одежды. Лучше, если она будет свободной и не сковывающей движений, так как это способствует нормальной циркуляции крови.

Как только на прогулке вы почувствовали переохлаждение или признаки отморожения конечностей, необходимо как можно скорее зайти в любое теплое место — магазин, кафе, подъезд — для согревания и осмотра потенциально уязвимых для отморожения мест. Первые симптомы, сигнализирующие о наступлении отморожения, — "зябкость, покалывание, онемение до потери чувствительности, побледнение, похолодание кожи, ограничение в движении конечностями".

После длительной прогулки на морозе, призывают медики, обязательно убедитесь, что не отморозили руки и ноги, спину, уши, нос. Помните: "пущенное на самотек отморожение может привести к гангрене и последующей потере конечности". Причем дети наиболее подвержены

переохлаждению и отморожениям. Отпуская ребенка гулять в мороз на улице, помните, что ему желательно каждые 15-20 минут возвращаться в тепло и согреваться.

В зимний период перегрев ребенка вероятнее переохлаждения и намного опаснее. Одевая ребенка на прогулку, следует учесть, что он постоянно двигается. Родители должны сами регулировать процесс одевания ребенка. Для этого после прогулки необходимо проверить руки, ноги и голову детей. Если руки, ноги или голова под шапочкой влажные от пота, значит, произошел перегрев, и один слой одежды нужно убрать. Если же руки и ноги прохладные, то ребенок был недостаточно тепло одет.

Обратите внимание, что ребенок должен свободно двигаться в уличной одежде. Если одежда тяжела и сковывает движения, значит, ребенок не сможет на прогулке активно проводить время, кровообращение замедлится, ребенок замерзнет даже в ста одежках, а прогулка просто не принесет никакого удовольствия и оздоровительного эффекта.

Нельзя брать голыми руками за металлические поверхности на морозе. Особенно опасно прикосновение влажных оголенных частей тела к замороженному металлу.

При возвращении с мороза в теплое помещение нельзя сразу подвергать поверхность замерзших частей тела воздействию прямого источника тепла (батареи, горячая вода, радиаторы, обогреватели и т.д.). В таких случаях при быстром нагреве замерзшей поверхности кожи возможны серьезные повреждения и даже ожоги. Отогреваться от мороза нужно постепенно. Лучше всего лечь под одеяло и выпить горячего чая. В морозы, лучше воздержаться от поездок на дальние расстояния и не брать в поездки детей.

Как согреваться на морозе?

Самое важное на морозе – это движение. Даже самая теплая одежда не способна сохранить достаточное тепло. Поэтому чем активнее двигаться на морозе, тем лучше тело согревает само себя. Как только начинает ощущаться околечение или похолодание конечностей, желательно сразу же начать активное движение, пока еще не больно это делать. В противном случае околечение будет быстро нарастать, в связи с чем способность к движению будет падать. Кстати, дети, несмотря на маленькое количество жировой ткани, лучше переносят пребывание на морозе, потому что активно двигаются. Как только дети прекращают физическую активность на холоде, они начинают очень быстро замерзать.

Когда лицо начнет замерзать от мороза и холода, можно растереть его сухой поверхностью рук. Еще лучше просто мимически подвигать различными лицевыми мышцами, чтобы кровь начала активнее согревать

область лица. Нельзя растирать лицо снегом или тканью перчаток/варежек, ими можно повредить кожу и занести инфекцию в образовавшиеся ранки. Растирания вообще стоит исключить из методов для согревания даже после возвращения в теплое помещение, чтобы не травмировать кожу.

Советы по оказанию первой помощи при общем переохлаждении и отморожениях

1. Нельзя заставлять пострадавшего энергично двигаться и пить спиртное. Во-вторых, не рекомендуется проводить массаж, растирание снегом, шерстяной тканью, делать теплые ванночки и согревающие компрессы, прикладывать грелку, смазывать кожу маслами или жирами. Растирание снегом приводит к еще большему охлаждению, а кристаллики льда повреждают кожу, в результате чего может произойти инфицирование.

2. Пострадавшего нужно быстро доставить в тёплое помещение, переодеть в теплое и сухое бельё, укутать в одеяло. "Восстановление температуры охлажденных тканей при отморожениях конечностей должно проводиться по принципу постепенного отогревания "изнутри — снаружи", — советуют медики.

3. При этом необходимо вызвать скорую помощь, предложить пострадавшему, если он в сознании, обильное горячее сладкое питьё и горячую пищу. Аккуратно, чтобы вторично не травмировать ткани вследствие отрывания примерзшей одежды от кожи пострадавшего, снять с отмороженных конечностей обувь и одежду. Обязательно соблюдение постельного режима и возвышенное положение отмороженных конечностей.

Уважаемые родители!

- поговорите со своим ребенком об опасности игр с огнем;
- объясните *правила* безопасного обращения с бытовыми электроприборами и газовым оборудованием;
- напомните детям о *правилах* поведения в случае возникновения пожара;
- убедитесь, что ваш ребенок знает номер телефона *пожарной охраны*.

Как показывает статистика, во время пожара дети часто в испуге прячутся в самых укромных уголках – под кроватью, в шкафу. Объясните, что этого делать нельзя!

При обнаружении пожара, ребенку необходимо:

- как можно быстрее покинуть опасное помещение, не тратя время на спасение имущества;
- не пользоваться лифтом во время пожара;
- сообщить о случившемся взрослым;
- позвонить в *пожарную охрану*.

Памятка

Шалость детей с огнем - довольно распространенная причина пожара. Ребенок, оставшись без присмотра взрослых, может взять спички и, подражая взрослым, поджечь бумагу, включить в розетку электрический нагревательный прибор или даже устроить костер. Беря пример со взрослых, дети иногда пытаются курить. Виноваты в этом, конечно, родители, которые оставляют одних детей в квартире, не прячут от них спички, не контролируют поведение детей, не следят за их играми, а иногда, потакая детским капризам, разрешают играть со спичками, поручают разжигать или присматривать за горящими конфорками газовой плиты, топящимися печами, работающими электробытовыми приборами.



Особенно опасны игры детей с огнем в местах, скрытых от глаз взрослых: на стройках, чердаках, в подвалах. При этом, как правило, сами виновники при виде пламени, вышедшего из под контроля, теряются, получают тяжелейшие травмы, а иногда и гибнут.

Между тем избежать подобных трагедий можно. Необходимо постоянно разъяснять ребенку опасность игр с огнем, хранить спички или иные зажигательные принадлежности, а также особо опасные в пожарном отношении изделия, предметы и материалы вне досягаемости детей и по

возможности не оставлять детей надолго без присмотра.

Следует иметь в виду, что если пожар произойдет в результате безнадзорности детей с причинением ущерба третьим лицам, то родители по закону несут ответственность за это в административном порядке. Суд вправе по заявлению потерпевшего взыскать с родителей, допустивших безнадзорность детей, сумму причиненного пожаром ущерба.

ВЫ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ КАК И ГДЕ ПРОВОДИТ СВОЙ ДОСУГ ВАШ РЕБЕНОК!!!

Памятка для детей. Что делать в случае пожара

Пожар может возникнуть в любом месте и в любое время. Поэтому к нему надо быть подготовленным. Мы предлагаем тебе запомнить простейшие правила, которые помогут спастись от огня и дыма:

- Главное, что нужно запомнить - спички и зажигалки служат для хозяйственных дел, но никак не для игры. Даже маленькая искра может привести к большой беде.

- Если пожар случится в твоей квартире – немедленно убегай подальше: на улицу или к соседям.



- Ни в коем случае не прячься от пожара под кроватью или в шкафу.
- Тушить огонь дело взрослых, но вызывать пожарных ты можешь сам.

- Если на тебе вспыхнула одежда – остановись и падай на землю и катайся, пока не собьешь пламя.

- Телефон пожарной охраны запомнить очень легко - «01», «112» - с городского телефона, «010», «112» - с сотового телефона. Назови свое имя и адрес. Если не дозвонился сам, попроси об этом старших.

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.

Рекомендации родителям по профилактике похищения детей

8. Определите понятие «Незнакомец». Ваша задача - дать понять ребенку, что пока мама или папа лично не познакомят его с человеком, он для него чужой. Неважно, родственник он или сосед по даче, важно, что мама с папой сказали «это твой друг», с ним ты в безопасности. Прежде, чем доверить своего ребенка подруге или родственнику, вы должны быть на сто процентов уверены в этом человеке.

9. Объясните ребенку, что если взрослый просит помощи, необходимо обратиться к знакомому взрослому человеку и сообщить об этом. Пусть ребенок понимает, что помочь нужно, но не самому, а при поддержке человека, которого ребенок хорошо знает.

10. Объясните ребенку, что позволительно "нарушать правила поведения" в опасных ситуациях. Нельзя разговаривать и принимать подарки от незнакомцев. Даже если человек является другом семьи, но взрослых нет дома, не стоит пускать его в дом в качестве гостя. Нельзя подходить и садиться в чужую и даже знакомую машину без разрешения родителей.

11. Расскажите ребенку, что нужно позвать на помощь, если он заметил, что за ним следят. Научите распознавать подозрительное поведение и помнить описание человека или транспортного средства, чтобы проинформировать родителей или полицию в случае необходимости. Если при себе нет ручки и бумаги, записать номерной знак машины можно в грязи или на снегу.

12. Объясните ребенку, что если кто-то попытается его увести из помещения, необходимо привлечь внимание окружающих любым способом (например, разбить окно или сбросить товар с полки в магазине и т.п.).

13. Проигрывайте вместе с ребенком самые различные ситуации. Обозначьте линию поведения ребенка в том случае, если незнакомец предложит ему угощение, «посмотреть кошечку» или пригласит сесть в машину.

14. Ребенок должен знать, как зовут его родителей и их телефоны, свою фамилию, домашний адрес.

15. Избегайте одежды и игрушек с именем вашего ребенка на ней, так как ребенок обычно не боится того, кто знает его имя.

16. Постарайтесь познакомиться с друзьями вашего ребенка.

17. Помните, что ни в коем случае нельзя оставлять ребенка дошкольного и младшего школьного возраста без присмотра в общественных местах, сопровождайте вашего ребенка от двери до двери в садик, школу, бассейн и т.п., в общественных местах сопровождайте в туалет.

11. Не разрешайте маленьким детям играть в безлюдном месте.

12. Приучайте детей сообщать вам, куда они направляются и где находятся.

13. Объясните ребенку, почему нельзя ходить через пустые парки, поля аллеи, передвигаться автостопом.

14. Объясните ребенку, что никто, за исключением его самого, его родителей или врача, о котором известно родителям, не имеет права прикасаться к интимным частям его тела. Если же такая ситуация возникла, дайте понять ребенку, что не стоит бояться рассказать об этом маме или папе.

15. Необходимо иметь современную цветную фотографию своего ребенка, медицинский и стоматологический анамнез.

16. Проследите, чтобы дети знали экстренные номера вызова милиции, скорой, пожарной службы.

17. Расскажите ребенку о местах, где он может получить помощь, оказавшись в трудной жизненной ситуации.

Алгоритм действий в случае пропажи ребёнка

1. Обратитесь с заявлением в полицию.

2. Уточните последнее местонахождение ребенка.

3. Выясните у друзей, знакомых, кто и когда последний раз видел ребёнка, при каких обстоятельствах.

4. Ознакомьтесь с записными книжками, дневниками, другими записями для уточнения связей ребенка. Информацию предоставьте сотрудникам полиции.

5. Запросите детализацию звонков подростка в офисе компании сотовой связи, обзвоните абонентов входящих и исходящих вызовов за день.

6. Обратитесь в справочную службу «скорой помощи».

7. Проинформируйте родственников, знакомых об уходе ребёнка, попросите оказать посильную помощь в его розыске.

8. Обойдите ближайшие места отдыха детей, в том числе берега водоёмов.

9. Для организации поиска пропавшего ребенка можно обратиться за помощью к руководителю поисково-спасательного отряда «Лиза Алтер Юг» Максиму Максиму по тел 8-904-44-600-90

Материал разработан педагогами-психологами
центра ППРК «Гармония»
Сотниковой Е.В., Супрун М.В.

