

Гроза и молния – что делать?

I. ДОМА

1. Старайтесь во время грозы находиться в помещении с закрытыми окнами, дверями и дымоходом.
2. Если ваш дом находится в сельской местности, заземлите антенну приемника, а разговоры по телефону отложите до окончания грозы.

II. ВНЕ ДОМА

3. Если вы оказались у воды, не купайтесь.
4. Не укрывайтесь от молнии вблизи одиноко стоящих деревьев и кустов. Не прислоняйтесь к столбам, стогам сена и т. д.
5. В лесу выбирайте для укрытия деревья более низкие, чем остальные, но не прислоняйтесь к их стволам.
6. Не ходите босиком. Не ложитесь на землю. Ноги должны быть расположены, как по команде «смирно».
7. Оказавшись в лодке далеко от берега, сядьте в ней, постарайтесь укрыться от дождя и помните, что возможность поражения молнией человека в лодке меньше десяти тысячной процента.



Правила поведения на водоёмах

- *Запрещено заплывать за буйки, а если их нет, то слишком далеко от берега;*
- *Нельзя близко подплывать к судам;*
- *Нельзя прыгать в воду в местах, где мелко или незнакомое дно;*
- *Нельзя прыгать в воду с лодок, причалов, мостов и других, не предназначенных для этого мест;*
- *Нельзя после перегрева на солнце или долгого бега резко прыгать в холодную воду, это может вызвать шок и потерю сознания или остановку сердца. Предварительно надо сполоснуться водой;*
- *Нельзя купаться в шторм и при сильных волнах;*
- *Не купайся в водоёмах, берег которых обложен большими камнями или бетонными плитами, они покрываются мхом становятся скользкими и по ним опасно и трудно выбираться;*
- *Надувные матрасы и круги предназначены для плавания только вблизи берега;*
- *Нельзя играть в воде в игры связанные с захватами соперника и удержанием его под водой, твой товарищ может захлебнуться и потерять сознание.*



Опасные растения

При «близком знакомстве» с некоторыми растениями у вас может быть очень серьёзное отравление, а знать опасные виды необходимо. Знать эти растения необходимо, так как от них можно «заработать» неприятный зуд, воспаление и отравление.

Изучайте снимки цветов, запоминайте их и будьте готовы – если где-то встретили, можете любоваться, но в стороне.

Борщевик



Волчье лыко

Белена



Болиголов



Ландыш майский



Безопасность на воде

Плавание и другие водные процедуры способствуют укреплению иммунитета и физическому развитию. А отдых в летний период на водоёме будет полезным вдвойне. Свежий воздух и тёплое солнышко в разумных количествах не могут навредить. На глубокий водоём – это ещё и зона повышенной опасности. Чтобы отдых не превратился в трагедию, стоит соблюдать меры предосторожности.

Что нужно знать родителям про безопасность детей на воде

- *Купаться надо часа через полтора после еды;*
- *Если температура воды менее +16 °С, то купаться вообще не рекомендуется, так как от холода могут начаться судороги или может произойти потеря сознания;*
- *При температуре воды от +17 до +19 °С и температуре воздуха около 25 °С, в воде не следует находиться более 10-15 минут;*
- *Плывать надо только в специально оборудованных для этого безопасных местах. Если вы решили поплавать, находясь в местах дикой природы, то выбирайте место с чистой водой, глубиной до 2-х метров, с ровным гравийным или песчаным дном и где течение воды слабое, то есть не превышает 0,5 м/с (для проверки бросьте в воду щепку или палочку). Всегда хорошо проверяйте дно и следите за купающимися детьми. Дети должны купаться у самого берега. Никогда не купайтесь в заболоченных местах;*
- *Если вы находитесь в нетрезвом состоянии, то не пускайте детей в воду, они, оставшись без присмотра, могут попасть в беду.*



Как вести себя с собакой

Правило №1 – Не подходи близко к собаке, находящейся на привязи.

Правило №2 – Не трогай и не гладь чужих собак.

Правило №3 – Не пугайся и не кричи, если к тебе бежит собака.

Правило №4 – Не убегай. Остановись. Собака чаще нападает на движущегося человека.

Правило №5 – Не трогай миску с пищей.

Правило №6 – Не дразни собаку едой.

Правило №7 – Не отбирай у собаки еду и игрушки.

Правило №8 – Не трогай щенков.

Правило №9 – Не подходи к незнакомой собаке.

Правило №10 – Не трогай спящую собаку.

Правило №11 – Не разнимай дерущихся собак.

Правило №12 – Не подходи к стаям бродячих собак.

Правило №13 – Не дразни собак.

Правило №14 – Не позволяй собаке кусать тебя за руки.

Правило №15 – Не смотри в глаза нападающей собаке.

«Если на тебя напала собака»

Правило №1 – Встань боком и твердым голосом отдай несколько команд («Фу!», «Нельзя!», «Сидеть!»)

Правило №2 – Не делая резких движений, позови хозяина (если он находится поблизости).

Правило №3 – Если тебе помочь некому, уходи от собаки, медленно ускоряя шаг.

Правило №4 – Не смотри собаке в глаза, это может спровоцировать ее на активные действия.

Правило №5 – Если собака приседает – она готовится прыгнуть. Защити горло (прижми подбородок к груди и выставь вперед локти).

Правило №6 – Если тебя укусила собака, немедленно обратись к взрослому и к врачу.



Игры с огнём

С целью недопущения пожаров в природной среде запрещается:

- Бросать в лесу горящие спички, окурки, тлеющие предметы;
- Разводить костёр в густых зарослях и хвойном молодняке;
- Оставлять в лесу самовозгораемые материалы;
- Выжигать сухую траву на лесных полянах, в садах, на полях, под деревьями;
- Поджигать камыш;
- Разводить костёр в ветреную погоду и оставлять его без присмотра;
- Оставлять костёр горящим после покидания стоянки.

При обнаружении природного пожара постарайтесь ликвидировать очаг возгорания собственными силами; если это не удалось сделать, быстро покиньте опасную зону. Обязательно сообщите о месте пожара в лесную охрану, администрацию, полицию, спасателям. Выходить нужно на дорогу, широкую просеку, опушку леса, к водоёму. Двигаться следует перпендикулярно к направлению распространению огня. Если обстоятельства мешают вам уйти от огня, войдите в водоём или укройтесь на открытой поляне, накрывшись мокрой одеждой. Дышать нужно воздухом возле земли, прикрывая нос и рот мокрой тряпкой.



Правила езды на велосипеде

1. Родителям стоит проследить за наличием звукового сигнала и световозвращателей на велосипеде.
2. Для безопасного передвижения в темноте или при других условиях плохой видимости обязательным является наличие фонаря или специальной велосипедной фары.
3. Важно учитывать возрастные ограничения при езде на велосипеде. Под родительским контролем малыши до 7 лет могут кататься по тротуарам. Старшим детям до 13 лет допускается движение по отведенным велосипедным дорожкам и паркам. С 14-летнего возраста ребенок может сам передвигаться на велосипеде по автодорогам.
4. Если юный велосипедист будет ездить по проезжей части, разумно установить на детские велосипеды зеркала заднего вида и задний красный мигающий сигнал.
5. Движение по проезжей части разрешается в крайней правой полосе и обочине, не создавая препятствий и помех для пешеходов. Ездить можно только в один ряд. Но если есть специальные дорожки, отведенные для велосипедистов, то стоит воспользоваться ими.
6. Двигаясь по автодороге, велосипедист должен предупреждать о своих дальнейших маневрах водителей и других участников дорожного движения. Поворачивая нужно вытянуть руку в сторону желаемого направления.
7. Любые повороты велосипедистов, которые требуют пересечения двух и более полос автодороги, строго запрещаются правилами дорожного движения.
8. Выезжая из придомовой территории нужно уступить транспортным средствам, движущимся по проезжей части.
9. Люди, переходящие выезд из придомовой территории, имеют преимущество перед велосипедистами, им нужно уступать дорогу.
10. Нельзя осуществлять движение на красный свет светофора.
11. Во время езды нельзя держаться за другой транспорт, отпускать руль или снимать ноги с педалей, запрещается разговор по мобильному без гарнитуры, нельзя перевозить других пассажиров на велосипеде.
12. Обязательно перед ездой осмотрите велосипед на исправность тормозов, звукового сигнала, световозвращателей и др.



Безопасность в твоих руках!



Не разговаривай
с незнакомыми людьми!



Не трогай
чужие вещи!

Ты помни правила всегда,

Чтоб не случилась вдруг беда,

И неприятность не пришла.

И где-то вдруг тебя нашла.

И надо их не только знать.

А постоянно выполнять!



Не наступай
на люки!



Не играй на стройке!



Безопасность в лесу

Отправляясь в лес за грибами, на прогулку или в поход, люди часто не задумываются о своей безопасности. Отправляясь в лес не имея достаточно опыта и знаний местных условий, легко сбиться с дороги и, потеряв ориентировку, оказаться в бедственном положении.

Если ты заблудился в лесу:

- *Прекратить движение и попытаться восстановить ориентировку с помощью компаса или пользуясь различными природными признаками;*
- *Организовать временную стоянку на сухом месте, чтобы успокоиться и продумать дальнейшие действия;*
- *Если «прогулка» затянулась следует поискать пищу вокруг себя;*
- *Попытаться обозначить своё местоположение поисковым группам (солнечный зайчик, сигнальный флаг, электрический фонарик, костёр);*
- *Если вы решили не дожидаться помощи спасателей и отправились в путь, оставляйте метки по ходу своего движения. Помните, часто поставленные метки облегчают поиск спасателям;*
- *Ориентируйтесь по звукам: гудкам, стуку колёс поезда, сигналу автомобиля, лаю собак;*
- *Если идти вниз по течению реки или ручья, можно выйти к морю, а там – и к жилью.*

Помните, что отчаяние – плохой помощник!



Пищевое отравление и обезвоживание

Поддерживайте чистоту:

Мойте руки перед приготовлением пищи...



...и после посещения туалета



Тщательно мойте кухонные приборы и принадлежности, используемые для приготовления пищи



Тщательно прожаривайте и проваривайте продукты

Доводите такие блюда, как супы и жаркое, до кипения.



При прокалывании приготовленного мяса или птицы сок должен быть прозрачным, а не розовым

Используйте безопасную воду и безопасные сырые продукты



Используйте безопасную воду (кипятите или покупайте в магазине)

Выбирайте продукты, подвергнутые обработке (например, пастеризованное молоко)



Тщательно мойте фрукты и овощи



Храните продукты правильно

Не оставляйте приготовленную пищу при комнатной температуре более двух часов



Отделяйте сырое мясо, птицу и морские продукты от других пищевых продуктов. Для обработки сырых продуктов пользуйтесь отдельными кухонными принадлежностями



Осторожно насекомые!

Если Вас укусили летающие жалящие насекомые – ПЧЕЛА?



ПЧЕЛА

ПЧЕЛА – ЛЕТАЮЩЕЕ ЖАЛЯЩЕЕ НАСЕКОМОЕ. ОКРАСКА ПЧЕЛЫ ИЗ ЧЁРНОГО ФОНА С ЖЁЛТЫМИ ПЯТНАМИ. РАЗМЕР ПЧЕЛЫ ОТ 3 ММ ДО 45 ММ. ИЗВЕСТНО ОКОЛО 21 ТЫСЯЧИ ВИДОВ ПЧЁЛ. ПЧЁЛЫ НЕ ВСТРЕЧАЮТСЯ ТАМ, ГДЕ НЕТ ЦВЕТУЩИХ РАСТЕНИЙ. ПРОДУКТЫ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПЧЁЛ ШИРОКО ИСПОЛЬЗУЮТ В МЕДИЦИНЕ: ЯД, ПРОПОЛИС, ВОСК, МЁД И ПЫЛЬЦУ. ПЧЁЛЫ КУСАЮТ 1 РАЗ В ЖИЗНИ – ОСТАВЛЯЮТ ЖАЛО И УМИРАЮТ. ЕДИНИЧНЫЕ УКУСЫ НЕ ПРИНОСЯТ ПРОБЛЕМ, КРОМЕ БОЛИ, ЗУДА И ПОКРАСНЕНИЯ. ЕСЛИ У ЧЕЛОВЕКА ИНДИВИДУАЛЬНАЯ НЕПЕРЕНОСИМОСТЬ К ПЧЕЛИНОМУ ЯДУ, НУЖНО СРОЧНО ОБРАТИТЬСЯ К ВРАЧУ. ПЧЕЛИНЫЙ ЯД ВЫЗЫВАЕТ СИЛЬНЫЙ ОТЁК, АЛЛЕРГИЧЕСКУЮ РЕАКЦИЮ, УКУСЫ НЕСКОЛЬКИХ ПЧЁЛ ВЫЗЫВАЮТ ИНТОКСИКАЦИЮ.



**ПЧЕЛА:
ЗАЩИТА**

- 1) ВЫЕЗЖАЯ ЗА ГОРОД, ЯРКОЕ, С КОРОТКИМ РУКАВОМ НЕ НОСИТЬ!
- 2) НЕ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ СРЕДСТВАМИ ГИГИЕНЫ СО СТОЙКИМ ЗАПАХОМ.
- 3) НЕ ПОДХОДИТЬ К УЛЬЯМ, ОСИНЫМ ГНЁЗДАМ, ДЫРАМ В ПНЯХ.
- 4) НА ПИКНИКЕ НЕ ОСТАВЛЯТЬ ОТКРЫТЫМИ ПИЩУ, ФРУКТЫ, СОКИ.
- 5) МУСОР, ОСТАТКИ ЕДЫ УПАКОВЫВАТЬ В ПАКЕТЫ, МУСОРНЫЙ БАК НА ДАЧЕ ЗАКРЫВАТЬ КРЫШКОЙ.
- 6) НЕ УБИВАТЬ ПЧЁЛ! ПОГИБАЯ, ОНИ ВЫДЕЛЯЮТ ФЕРОМОН ТРЕВОГИ, КОТОРЫЙ СЛУЖИТ СИГНАЛОМ К АТАКЕ.
- 7) ЕСЛИ ПЧЕЛА РЯДОМ, НЕ РАЗМАХИВАТЬ РУКАМИ. НОСИМ ГОЛОВНОЙ УБОР: ПЧЁЛ ЗЛЯТ ЗАПАХ ПОТА, АЛКОГОЛЯ, РАСПУЩЕННЫЕ ВОЛОСЫ.

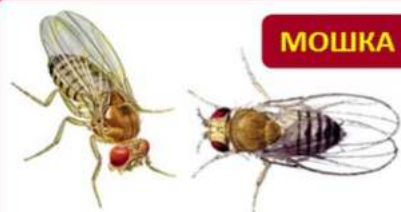


**ПЧЕЛА:
УКУСИЛА**

ЕСЛИ УКУСИЛА ПЧЕЛА:

- 1) ПОСЛЕ УКУСА ИЗВЛЕКАЮТ ЖАЛО! МЕСТО УКУСА ОБРАБОТАТЬ СПИРТОМ, ПЕРЕКИСЬЮ ВОДОРОДА, РАСТВОРОМ МАРГАНЦОВКИ;
- 2) СДЕЛАТЬ ХОЛОДНЫЙ КОМПРЕСС;
- 3) ВЫПИТЬ ВОДЫ ИЛИ ЧАЮ ДЛЯ ПОПОЛНЕНИЯ ЗАПАСА ЖИДКОСТИ;
- 4) У ЧЕЛОВЕКА С АЛЛЕРГИЕЙ ДОЛЖЕН БЫТЬ ПАСПОРТ С КОТАКТНОЙ ИНФОРМАЦИЕЙ, ОПИСАНИЕМ СИМПТОМОВ, СПОСОБАМИ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ. АЛЛЕРГИКИ НОСЯТ ПРИ СЕБЕ ШПРИЦ И НАБОР МЕДИКАМЕНТОВ;
- 5) 25-30 КАПЕЛЬ КОРДИАМИНА; ДАТЬ АНТИГИСТАМИННЫЕ ПРЕПАРАТЫ: КЛАРИТИН, ТАВЕГИЛ, ДИМЕДРОЛ, СУПРАСТИН; ОБЛОЖИТЬ ГРЕЛКАМИ;
- 6) ВЫВАТЬ СКОРУЮ ПОМОЩЬ.

Если Вас укусили летающие кровососущие насекомые – МОШКА?



МОШКА

МОШКИ – НАСЕКОМОЕ ОТРЯДА ДВУКРЫЛЫХ. ДЛИНА ТЕЛА МОШЕК ОТ 1,2 ДО 6 ММ. ВО ВРЕМЯ ПОЛЁТА ОНИ ИЗДАЮТ ХАРАКТЕРНЫЙ ЗВУК ЗА СЧЁТ РАЗВИТЫХ ЖУЖЖАЛЕЦ. МОШКИ ОБИТАЮТ НА ВСЕХ КОНТИНЕНТАХ, КРОМЕ АНТАРКТИДЫ И ПУСТЫНИ САХАРА. НАЛИЧИЕ ВОДЫ – УСЛОВИЕ ОБИТАНИЯ МОШЕК. САМКИ МОШЕК ПРЕДПОЧИТАЮТ ПИТЬ КРОВЬ. САМЦЫ – ПИТАЮТСЯ НЕКТАРОМ РАСТЕНИЙ. УКУСЫ МОШЕК СОПРОВОЖДАЮТСЯ БОЛЬЮ, ОТЁЧНОСТЬЮ, ЗУДОМ, ПОВЫШЕНИЕМ ТЕМПЕРАТУРЫ ТЕЛА. УКУС МОШЕК ОПАСЕН ДЛЯ АЛЛЕРГИКОВ – В СЛЮНЕ СОДЕРЖАТСЯ ГЕМОЛИТИЧЕСКИЕ ЯДЫ. ПЕРЕНОСЯТ ЗАБОЛЕВАНИЯ: ОНХОЦЕРКОЗ, МИКСОМАТОЗ, СИБИРСКАЯ ЯЗВА, ТУЛЯРЕМИЯ, ЧУМА И ПРОЧИЕ.



**МОШКА:
ЗАЩИТА**

- 1) НЕ РАСПОЛАГАЙТЕСЬ НА ОТДЫХ ВБЛИЗИ ВОДОЁМОВ С БЕРЕГАМИ, ПОРОСШИМИ РАСТИТЕЛЬНОСТЬЮ;
- 2) НАДЕВАТЬ МАКСИМАЛЬНО ПРИКРЫВАЮЩУЮ ТЕЛО ОДЕЖДУ;
- 3) НЕ ОСТАНАВЛИВАТЬСЯ НА ПИКНИК РЯДОМ СО СКОТОВОДЧЕСКИМИ ХОЗЯЙСТВАМИ;
- 4) ИСПОЛЬЗОВАТЬ РЕПЕЛЕНТЫ В ВИДЕ СПРЕЕВ, МАЗЕЙ, ЛОСЬОНОВ; ИХ НАДО НАНОСИТЬ НА ОТКРЫТЫЕ УЧАСТКИ ТЕЛА;
- 5) ПРИМЕНЯТЬ ФУМИГАТОРЫ ПО ИНСТРУКЦИИ, КОТОРЫЕ СОДЕРЖАТ ТОКСИЧНЫЕ ДЛЯ МОШЕК ВЕЩЕСТВА;
- 6) МОЖНО НАНЕСТИ НА КОЖУ ЭФИРНОЕ МАСЛО С ЗВОЗДИКОЙ ИЛИ ЭВКАЛИПТОМ.



**МОШКА:
УКУСИЛА**

ЕСЛИ УКУСИЛА МОШКА:

- 1) ПРОМЫТЬ РАНКУ ВОДОЙ, ЖЕЛАТЕЛЬНО С МЫЛОМ;
- 2) ОБРАБОТАТЬ МЕСТО УКУСА ПЕРЕКИСЬЮ ВОДОРОДА И ПРОДЕЗИНФИЦИРОВАТЬ ЙОДОМ ИЛИ ЗЕЛЁНКОЙ;
- 3) ДЛЯ УМЕНЬШЕНИЯ ОТЁЧНОСТИ ПРИЛОЖИТЬ МАРЛЕВЫЙ ИЛИ ВАТНЫЙ ТАМПОН, СМОЧИВ ЕГО РАСТВОРОМ ПИЩЕВОЙ СОДЫ ИЛИ БОРНЫМ СПИРТОМ;
- 4) ВЫПИТЬ АНТИГИСТАМИННОЕ СРЕДСТВО;
- 5) ЕСЛИ МЕДИКАМЕНТОВ ПОД РУКОЙ НЕТ, ТО МОЖНО НАНЕСТИ НА УКУС КАШИЦУ ИЗ ЛИСТЬЕВ ОДУВАНЧИКА, РЕПЧАТОГО ЛУКА ИЛИ ПОЛЫНИ.

Осторожно, солнце!



Солнечный удар:

Носовое кровотечение
Потеря сознания
Тошнота

Тепловой удар:

Головная боль
Потемнение в глазах
Покраснение кожи
Тошнота

Что делать?



Вызвать «скорую»



Перенести пострадавшего в тень



Освободить от лишней одежды, расслабить ремень



Обтереть тело холодной водой



Холодный компресс на лоб



Дать пострадавшему пить