



## ***ВЕСТНИК УМЦ***

**Информационный бюллетень  
Республиканского государственного казённого  
учреждения ДПО  
«УМЦ экологической безопасности  
и защиты населения»**



### ***Чтобы не заблудиться в лесу***

В выходные за город устремляется большое количество грибников — как опытных, так и не очень. Именно на осень приходится пик заблудившихся в лесу.

Особое внимание обращаем на то, что чаще всего теряются отдыхающие, приехавшие в гости, или проживающие на дачах в летний период.

Зачастую они не имеют опыта походов в лесные массивы и не знают особенностей местности.

Чтобы не заблудиться в лесу придерживайтесь следующих советов:

- прежде чем отправиться в лес, предупредите своих близких, куда вы идёте и в какое время предполагаете вернуться;
- избегайте незнакомых и малознакомых лесных массивов;



- не будьте самонадеянными - пользуйтесь предметами, которые помогают ориентироваться на местности, такими как компас или навигатор;
- имейте при себе заряженный мобильный телефон, чтобы в случае необходимости связаться с родственниками, сотрудниками службы спасения или экстренных оперативных служб.

Отправляясь в лес с детьми, держите их в поле своего зрения, постоянно окликайте, чтобы знать, где они находятся. Ни на минуту не отпускайте их из виду, так как дети играя, имеют обыкновение постоянно убежать, гоняясь за бабочками, кузнечиками и прочими насекомыми. А чтобы заблудиться в незнакомой местности, им достаточно буквально зайти за ближайшее дерево, куст или пригорок.

Не поручайте старшим детям (сестрам и братьям) присмотр за младшими, так как, увлекшись сбором грибов или ягод, они могут легко забыть о подопечном.

Не отпускайте в лес детей с престарелыми родственниками, так как существует большая вероятность того, что они не смогут уследить за своими внуками. А, обнаружив их пропажу, станут искать, заходя в лес всё дальше. И ещё не известно, кого в результате придётся дольше искать спасателям и волонтерам.

Родственникам пожилых грибников и любителей даров леса не рекомендуется отпускать в лес их одних.

Помните о том, что предупредить беду, легче, чем бороться с ее последствиями. И тогда прогулка в лес по грибы или по ягоды будет в радость, и принесет вам только положительные эмоции.

## Грибы в жизни человека



В нашей Республике грибы традиционно пользуются заслуженной любовью. Грибы — это низшие растения, лишенные хлорофилла и питающиеся готовыми органическими веществами. Многие виды грибов используют в микробиологической промышленности и в фармакологии, поскольку они — кладовая

белков, жиров, солей меди, кальция, калия, марганца, железа, йода и цинка. Грибы — это витамины А, В<sub>1</sub>, В<sub>2</sub>, С, D, РР и другие. Считается, что свежие белые грибы полезнее лука, моркови и капусты, они питательнее говядины, куриного мяса и яиц.

Помимо полезных свойств, с грибами связаны и отравления.

Яды, содержащиеся в несъедобных грибах, можно условно разделить на три категории.

К первой категории относятся яды локального действия. Они, как правило, вызывают нарушение пищеварений. Симптомы отравления появляются через 1-2 часа. Такие легкие отравления могут провоцировать и некоторые съедобные грибы при недостаточной термической обработке.

Ко второй категории относятся яды, которые содержатся в мухоморах. Они действуют на нервные центры, через 0,5-2 часа появляются тошнота, чрезмерное потоотделение, галлюцинации, потеря сознания. Это признаки отравления средней тяжести. Со временем его симптомы исчезают, но пострадавшему все равно необходим постельный режим и квалифицированная врачебная помощь.

К третьей категории относятся яды, вызывающие смертельные отравления. Они содержатся в бледной и белой поганках. Их действие проявляется через 8-48 часов. Проникая в мозговые центры, регулирующие деятельность определенных органов, они приводят человеческий организм к гибели.

Если вы начинающий грибник, лучше всего отправиться в лес в компании человека, хорошо разбирающегося в грибах, поскольку новичку бывает очень нелегко самостоятельно отыскать нужный вид грибов.

Важные правила, касающиеся сбора грибов:

- ни в коем случае не пробуйте неизвестные грибы, даже если они вкусно пахнут и привлекательно выглядят, внешность обманчива, и ваш авантюризм может плохо закончиться;



- никогда не берите старые и маленькие грибы или грибы, объединенные животными или вырванные из земли;

- лучше всего съесть грибы в день их сбора, поскольку они очень быстро портятся;



- не храните собранные грибы более 24 часов без переработки; переработка должна включать тщательную очистку, мойку, термическую обработку; не используйте для термической обработки грибов оцинкованную посуду;
- ни в коем случае не употребляйте в пищу сырые грибы.

## Животный мир вокруг нас

Республика Марий Эл входит в природную зону, где обитает целый класс животных, с которыми человеку открыто встречаться на звериной тропе очень нежелательно. Современная цивилизация сильно влияет на флору и фауну окружающей нас природы, и дикий животный мир старается уходить всё дальше в необжитые места.



Понятие хищные и опасные животные имеет существенную разницу. Хищные - это те животные, которые запрограммированы самой природой на нападение, в целях добычи пищи для пропитания. А опасные, это любые животные, которые нападают, если резко нарушен их жизненный цикл или существует угроза для жизни животного. Сознательное нападение животных на человека встречается достаточно редко.

При посещении леса необходимо соблюдать правила безопасности.

### РЕКОМЕНДУЕТСЯ:

- передвигаясь по глухим лесным тропам создавать больше шума (периодически вскрикивать, свистеть, петь, ударять ложкой или палкой о дно ведра);



- никогда не играть со встретившимися детёнышами животных, особенно это касается медведей и кабанов, потому как недалеко могут оказаться родители детёнышей. Зверь, защищающий

детёнышей, теряет осторожность и становится очень агрессивен;

- не подходить к хищным животным, когда они едят;
- не пытаться отбивать у них украденные снаряжение и вещи;
- не ловить рыбу в тех местах, где замечено присутствие медведя, зверь может начать защищать свою территорию, своё рыбное место; тем более не следует отпугивать медведя от пойманной им рыбы, зверь может уйти, но через некоторое время вернуться за вами;
- в ночной период времени отпугнуть зверя может яркий огонь костра, подожженный пучок сухой травы, либо сигнальный факел.

**ПОМНИТЕ:** медведи быстро усваивают, что где есть люди - там пища и не редко, чувство голода у них пересиливает страх перед людьми. Поэтому не оставляйте после себя остатки пищи, не подкармливайте медведя, он не отстанет от вас и может попытаться силой отобрать вашу еду.

Очень опасны раненые из огнестрельного оружия или вырвавшиеся из капканов и ловушек животные. Известны случаи, когда недобитые медведи и кабаны устраивали засады на преследующих их охотников. Опасны не только подраненные хищники, но и обычно спокойные травоядные животные.

Осенью, в пору гона, нужно опасаться лосей, в это время они возбуждены и способны на агрессивные действия.

Если встреча все же произошла, благоразумней всего замереть на месте, пятясь отойти назад или зайти за ближайшее дерево, покинув поле зрения лося. При этом нельзя поворачиваться к животному спиной, пытаться убежать и делать резкие движения, бросать в его сторону камни или палки. Во всех случаях недопустимо выказывать зверю свою боязнь, чтобы в нем не проявился инстинкт преследователя, равно как нельзя и пугать зверя.

## **Правила пожарной безопасности при пользовании печным отоплением**

Перед началом отопительного сезона печи и дымоходы необходимо прочистить, отремонтировать и побелить, заделать трещины. Ремонт и кладку печей можно доверять только профессионалам.



Печь и дымовая труба в местах соединения с деревянными чердачными или междуэтажными перекрытиями должны иметь утолщение кирпичной кладки - разделку. Не нужно забывать и про утолщение стенок печи.

Любая печь должна иметь самостоятельный фундамент и не примыкать всей плоскостью одной из стенок к деревянным конструкциям. Нужно оставлять между ними воздушный промежуток - отступку.

На деревянном полу перед топкой необходимо прибить металлический (предтопочный) лист размерами не менее 50 на 70 см. Чтобы не допускать перекала печи рекомендуется топить ее два-три раза в день и не более чем по полтора часа.

Чтобы избежать образования трещин в кладке, нужно периодически прочищать дымоход от скапливающейся в нем сажи.

В местах, где сгораемые и трудно сгораемые конструкции зданий (стены, перегородки, перекрытия, балки) примыкают к печам и дымоходным трубам, необходимо предусмотреть разделку из несгораемых материалов.

При прохождении дымохода через сгораемое перекрытие кирпичная разделка от места прохождения дыма до прилегающих к дымоходу деревянных конструкций должна быть 38 сантиметров, то есть 1,5 кирпича со слоем асбеста 2 сантиметра, в кровле сгораемая обрешетка вокруг дымохода срезана на 13 сантиметров, а отверстие защищено металлическим листом. Очищать дымоходы и печи от сажи

необходимо перед началом, а также в течение всего отопительного сезона не реже одного раза в три месяца.

## **При эксплуатации печного отопления запрещается:**

- оставлять без присмотра топящиеся печи, а также поручать надзор за ними малолетним детям;
- располагать топливо, другие горючие вещества и материалы на предтопочном листе;
- применять для розжига печей бензин, керосин, дизельное топливо и другие легковоспламеняющиеся и горючие жидкости;
- топить углём, коксом и газом печи, не предназначенные для этих видов топлива;
- перекаливать печи;
- использовать вентиляционные и газовые каналы в качестве дымоходов.

Только при соблюдении вышеперечисленных требований пожарной безопасности вы обезопасите себя, своих близких и свое жилище от пожаров!

## **Правила пожарной безопасности при пользовании электрооборудованием**

1. При покупке и установке нового электрооборудования нужно подстраховать себя, приобретая изделие с сертификатом качества, обратив внимание на его электробезопасность и пожарную безопасность, а также пользуясь при монтаже только услугами специалистов. При эксплуатации изделий безопасность почти полностью зависит от внимательности и осторожности самого потребителя. Следует внимательно читать инструкции и технические паспорта приборов перед началом их эксплуатации.



2. Для предохранения электросети от перегрузки и короткого замыкания используются плавкие предохранители, которые срабатывают при повышении напряжения тока выше допустимого.

Если предохранитель часто отключается - надо принять его сигнал, вызвать специалиста, проверить, где возможны неполадки в соединениях проводов, в самом оборудовании, не дожидаясь рокового замыкания в сети.

3. Запрещается оставлять электрические нагревательные приборы включенными во время ухода из квартир и домов, это может привести к пожару. Перегрузки электропроводки происходят при одновременном включении в электросеть нескольких потребителей тока – ламп, плиток, утюгов, радиоприемников и других бытовых устройств. При этом провода из-за прохождения по ним тока величины, превосходящей допустимую для сечения данных проводов, быстрее нагреваются до высокой температуры, что создает опасность возникновения пожара.

4. Большинство людей знают правила эксплуатации электронагревательных приборов, но как показывает статистика пожаров прошлых лет, не все их соблюдают. Чтобы не лишиться крыши над головой необходимо соблюдать элементарные правила безопасности при эксплуатации электронагревательных приборов:

- не оставляйте включенные в электросеть электроприборы без присмотра;
- используйте электроприборы только заводского изготовления;
- не пользуйтесь розетками и удлинителями, купленными с рук или изготовленными самостоятельно с нарушениями;
- не используйте удлинители в качестве постоянной схемы электроснабжения.

## **Памятка по правилам подготовки погребов к хранению овощей и продуктов питания**

Заканчивается лето. в это время люди начинают сушить погреба, готовить их к закладке овощей и продуктов нового урожая на зиму. Но порой владельцы погребов, выполняя эту работу, забывают о собственной безопасности, что может привести к тяжёлым и неприятным последствиям.

Для обеспечения безопасности при пользовании погребными и подвалами необходимо знать следующее:



1. В закрытых заглубленных помещениях возможно скопление природных газов из грунта в опасных концентрациях, которое может вызвать отравление, возгорание, взрыв, ожоги и смерть человека.

2. Недопустимо посещение погреба в одиночку, только вдвоем, чтобы один человек находился снаружи и мог оказать помощь и при необходимости сообщить в службу спасения.

3. После длительного перерыва в пользовании погребом целесообразно его проветрить в течение 2-3 часов и только после этого спускаться в погреб.

### **Какие необходимо принять меры, чтобы обезопасить себя?**

Перед закладкой овощей и продуктов необходимо открыть погреб или двери гаража, не входить туда сразу, проветрить помещение не менее пяти минут.

Нельзя зажигать свет или спички, так как для пожара достаточно искры. Природный газ может не иметь запаха и достаточно опасен. При высокой концентрации газ токсичен при вдыхании, взрывоопасен, воспламеняется от искр и пламени.

После просушки погреба, протапливанием углями, в нём может скопиться угарный газ, в этом случае надо проветрить погреб в течение суток. Если у вас появились признаки отравления: тошнота, головокружение, шум в ушах - немедленно покиньте погреб и выйдите на свежий воздух.

При потере сознания необходимо вынести пострадавшего из помещения, где произошло отравление на свежий воздух, расстегнуть верхние пуговицы рубашки, ослабить брючной (поясной) ремень. При необходимости дать понюхать ватку, смоченную нашатырным спиртом с интервалами одна, две минуты и затем дать выпить крепкого чая или кофе.

Если у пострадавшего после удаления его из отравленной газом зоны наблюдается слабое и неровное дыхание, следует немедленно начать делать искусственное дыхание и срочно вызвать скорую помощь.

Во всех случаях пострадавший должен быть направлен в медицинское учреждение.

## ***Безопасность на воде в осенний период***

Осень – любимая пора любителей рыбной ловли и охоты. Опытные рыбаки и охотники очень любят именно осеннюю рыбалку и редко могут обойтись без маломерного судна, чтобы добыть свой улов или достать водоплавающую дичь с водоема.

Однако такая рыбалка таит в себе немало опасностей. Осенью температура воды составляет всего 7-8 градусов, и, если лодка перевернется, рыбак окажется в воде, намокшая одежда тут же потянет его вниз, а холодная вода будет сковывать движения. Спасение в такой ситуации бывает довольно затруднительным.

Во избежание несчастных случаев на воде инспекторы Государственной инспекции по маломерным судам МЧС России напоминают любителям рыбной ловли меры предосторожности:

- избегайте выхода на водоём в ветреную погоду и в темное время суток;
- ни в коем случае не отправляйтесь на рыбалку в нетрезвом состоянии;
- убедитесь, что ваше плавсредство исправно;
- всегда имейте при себе спасательные средства (жилет, нагрудник, спасательный круг);



- старайтесь не перегружать лодку;
- при нахождении в лодке спасательный жилет должен быть всегда надет;
- имейте с собой заряженный мобильный телефон;

**В случае, если вам требуется помощь, звоните по телефону «01» или «112».**

# Правила безопасности на осенней рыбалке с лодки

Осенью повышается вероятность ЧП

РЕКОМЕНДУЕТСЯ:



взять спасательный жилет

НЕЛЬЗЯ:



рыбачить людям, не умеющим плавать



спать, находясь в лодке



держат на водоеме лодку боком к сильному ветру и волне

При опрокидывании

РЕКОМЕНДУЕТСЯ:



ухватиться за лодку и, работая ногами, вывести ее на мель

НЕЛЬЗЯ:



пытаться забраться на перевернувшуюся лодку

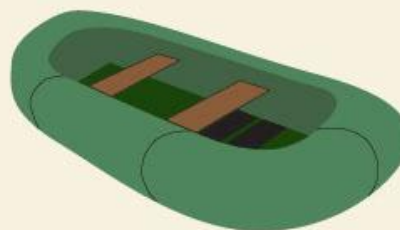


## Обычная лодка (деревянная, железная)

**Перед выездом:** проверить состояние лодки, весел и уключин, снасти и необходимые принадлежности разложить вдоль бортов

**Рекомендуется:** при ловле стоя, располагаться в середине лодки, расставив ноги для большей устойчивости

**Нельзя:** перегружать лодку, загромождать днище лодки около сиденья



## Надувная лодка

**Перед выездом:** смочив водой вентили, проверить, нет ли утечки воздуха через клапаны

**Рекомендуется:** при укладке груза не допускать выступания вещей над бортами. Все вещи должны быть привязаны друг к другу и лодке

**Нельзя:** класть что-либо на ноги; вставать в полный рост; удить, сидя на борту или на доске, перекинутой с борта на борт

## Правила поведения и меры безопасности на водоёмах в осенне-зимний период



С наступлением первых осенних заморозков вода в водоёмах покрывается льдом. Начинается период ледостава. С образованием первого льда люди выходят на водоем по различным причинам. Можно значительно сократить маршрут при переходе по льду с одного берега на другой, поиграть в хоккей, наловить рыбы.

Но нельзя забывать о серьезной опасности, которую таят в себе только что замерзшие водоемы. Первый лед очень коварен. Не гордитесь выходить на первый лед, он только кажется прочным, на самом деле он тонкий, слабый и не выдержит тяжести не только взрослого человека, но и ребёнка.

Необходимо помнить, что выходить на лед можно только в крайнем случае и с большой осторожностью.

Как определить, когда и где можно ходить по льду без опасности провалиться:

- безопаснее всего переходить водоем по прозрачному с зеленоватым или синеватым оттенком льду при толщине **не менее 7 см.**;
- прежде чем встать на лёд нужно убедиться в его прочности, используя для этого пешню или палку. Категорически запрещается испытывать прочность льда ударом ноги или прыжками;
- особенно осторожно надо спускаться с берега: подо льдом может быть воздух, возможны трещины.

Тонкий осенний лёд представляет серьезную угрозу для любителей подледной рыбалки.

Рыбакам в целях безопасности необходимо соблюдать следующие правила:

- не пробивать рядом много лунок;
- не собираться большими группами в одном месте;
- не пробивать лунки на переправах.

Как вести себя в тех случаях, когда человек провалился под лед:

- попав в беду, сразу звать на помощь, не пытаться спастись молча;



- попытаться освободиться от верхней одежды и обуви, быстро намочившая одежда тянет провалившегося под воду;

- следует опереться локтями об лёд, перевести тело в горизонтальное положение так, чтобы ноги оказались у поверхности воды, затем ближнюю к кромке ногу осторожно вынести на лёд и, переворачиваясь на спину, выбраться из пролома, без резких движений, не вставая, отползти или откатиться от опасного места.

Что делать, если на Ваших глазах человек провалился под лёд:

Немедленно крикните ему, что идёте на помощь. К полынье приближайтесь ползком, широко раскинув руки. По возможности подложите под себя лыжу, доску, фанеру (для увеличения площади опоры) и ползайте с их помощью. Не подползайте к самому краю льда – можете провалиться сами. Не доползая до полыни, протяните пострадавшему шест, веревку с петлей, ремень, шарф, лыжи. Бросать связанные ремни, шарфы или доски нужно за 3-4 метра до кромки льда.

Извлечённого из воды человека нужно немедленно отвести в тепло и оказать ему первую помощь, переодеть в сухую одежду, согреть, дать тёплое питьё.

## Безопасность на дорогах в осенний период



Осень - начало смены сезонов. При наступлении осенне-зимнего периода все водители испытывают на себе неприятные особенности сезонных природных факторов, таких как дожди, туман, листопад, первые утренние заморозки. Из-за смены погоды необходимо менять и стиль вождения. Осень добавляет

водителям немало неприятных хлопот. Нередко дорожная обстановка осложняется капризами погоды. Именно осенью на дорогах происходят дорожно-транспортные происшествия, косвенными причинами которых являются плохие погодные условия.

Водителям необходимо своевременно проверять техническое состояние своего автомобиля – тормозную систему и систему обогрева

стекло. Позаботьтесь о наличии незамерзающей стеклоомывающей жидкости.

Осенью мокрая листва на дороге существенно снижает коэффициент сцепления, «работая» не хуже банановой кожуры. Причём зависимость практически прямая — чем больше листьев, тем хуже сцепление. Нормальной работе шин мешают даже сухие листья. Как следствие — растёт тормозной путь, увеличивается риск возникновения заноса при резких разгонах и торможениях. Особенно опасны такие сюрпризы в тёмное время суток, когда мокрые листья не очень заметны на асфальте.

Стоит ветру подуть сильнее, и листья летят вихрем иногда создавая впечатление, что едешь в условиях снегопада. Несколько листочков, попавших под щетки «дворников» во время дождя, может практически полностью лишить обзора, так как стеклоочистители будут скользить на них, как на подкладках, и совершенно перестанут выполнять свою функцию. Иногда листья прилипают к поверхности стекла. Один-два «удачно» расположенных листочка могут закрыть обзор через зеркало.

Одно дело — любоваться ковром из листьев в парке, и совсем другое — идти по улице, когда листва летит в лицо. Отворачиваясь, пешеходы могут не заметить автомобиль, выходя на дорогу. Во дворах и возле парков можно встретить мам с маленькими детьми, увлеченно собирающих осенние букеты и совершенно не обращающих внимания на едущие автомобили. Моменты острых ощущений доставляют и владельцы собак, отпускающие своих любимцев побегать в парках. Догоняя листик, собака может внезапно появиться на дороге. Пытаясь уклониться от наезда на животное, водитель разбивает свою (и не только свою!) машину или совершает наезд на пешеходов.

Как правило, при плавном притормаживании опавшая листва не опасна для водителя — до скольжения колес дело не доходит.

Ездить в осеннюю пору будет легче, если на мокрой дороге количество торможений снизить до минимума. Перед перекрестками нужно замедляться заблаговременно, используя торможение двигателем, не набирать большую скорость, если впереди — очередное пересечение дорог, запрещающий сигнал светофора или затор.

Если листьями укрыто не все дорожное полотно, а только его фрагменты, целесообразно повременить с торможением несколько секунд и нажимать на тормоз, когда автомобиль съедет на чистую поверхность.

Во время поездки держитесь на безопасной дистанции, соблюдайте скоростной режим, обязательно пристегивайте ремень безопасности и включайте ближний свет фар.

Помните: резкое торможение приводит к блокированию колес и увеличению тормозного пути, а зачастую и к потере управляемости.

И самое главное, обращайтесь внимание на пешеходов. По статистике именно в такую погоду возрастает количество ДТП с их участием. Особо следует задуматься о безопасности детей в осенне-зимний период. Помимо светоотражающего элемента, расположенного на верхней одежде, каждый ребенок должен владеть достаточными знаниями основных правил безопасного поведения на дорогах. Навыки правильного дорожного поведения приобретаются быстрее благодаря личному примеру родителей.

Водители, помните: в ваших руках не только собственная жизнь, но и жизнь находящихся рядом других участников дорожного движения.

Будьте внимательны на дорогах!

## **Правила поведения детей на дороге в осенний период**

Главное правило поведения на дороге зимой и осенью — удвоенное внимание и повышенная осторожность!

Осенью день становится короче. В темноте легко ошибиться в определении расстояния, как до едущего автомобиля, так и до неподвижных предметов. Случаются зрительные обманы. Поэтому в сумерках и темноте нужно быть особенно внимательными.

В осеннюю непогоду водителю ещё сложнее заметить пешехода. В снежный накат или гололёд повышается вероятность «юза», заноса автомобиля, и, самое главное — непредсказуемо опасно





удлинится тормозной путь. Поэтому обычное (летнее) безопасное для перехода расстояние до машины нужно увеличить в несколько раз.

Дорога становится очень скользкой! Поэтому при переходе через проезжую часть лучше подождать, пока не будет проезжающих машин. Ни в коем случае не бежать через проезжую часть, даже на переходе. Переходить только шагом и быть внимательным.

**Видимая» одежда.** Один из самых простых способов сделать так, чтобы водители заметили вашего ребёнка – покупать им яркую одежду светлых оттенков.

**Световозвращающие аксессуары.** Купив и закрепив на одежде вашего ребёнка модный световозвращатель – повязку, нашивку или брелок – вы увеличиваете шансы того, что водитель заметит его издали в пасмурный день.

В своём поведении ребёнок следует моделям, демонстрируемым взрослыми. Лучшим уроком для детей будет наглядная демонстрация корректных действий со стороны родителя. Отправляясь на прогулку с ребёнком, выбирайте безопасные места для перехода проезжей части, объясняйте, зачем необходимо всегда останавливаться перед тем, как ступить на проезжую часть, смотреть по сторонам, следить за сигналами светофора.

Всем известно, что дети до 9 лет не обладают необходимыми навыками для того, чтобы быть самостоятельными участниками дорожного движения. Поэтому любой ценой необходимо стараться не оставлять маленьких детей без присмотра.

**Остановись, смотри, слушай!** Одно из основных правил поведения на дороге, которому необходимо обучить вашего ребёнка – «Остановись, смотри, слушай!»

**Скрытая опасность.** Сообщите ребёнку, что на дороге есть места, где опасность может быть не видна с первого взгляда – небольшие переулки, выезды из дворов из под арок, откуда машина может появиться неожиданно.

**Выбирайте правильную сторону дороги.** Двигаясь по тротуару, ребёнок должен идти как можно дальше от проезжей части.

**Внимание!** Напомните ребёнку, что при переходе дороги, он должен постоянно быть внимательным – дети очень легко отвлекаются.

**Активное обучение – ключ к успеху.** Старайтесь чаще обсуждать с ребёнком то, что он видит на дороге. Спрашивайте его, безопасно ли



это или нет. Пусть ваш ребенок принимает решения вместе с вами, пусть учиться на практике.

## **Клещи опасны и осенью!**

Увы, клещи осенью – это не выдумки, а реальность. У лесных клещей бывает в году не один активный период, а два. Весенний начинается, когда температура воздуха достигает приблизительно + 9-10° С. Когда это происходит, изголодавшиеся за время спячки паразиты выходят на охоту. Их охота на теплокровных идёт примерно с конца апреля до середины июня. Затем наступает период диапаузы, после которой, примерно в конце августа, паразиты снова идут в атаку. Длиться это безобразие может до середины октября. Временные рамки во многом зависят от того, насколько тёплым выдался осенний сезон. Клещи осенью ведут себя точно так же, как и весной. И хотя второй период активности несколько слабей, чем первый, но от этого он не становится для людей и животных менее опасным.

Откуда ждать нападения?

Распространенным является мнение, что клещей нужно ждать откуда-то сверху, с деревьев. Как утверждают учёные, такое тоже может случиться, но только в виде исключения из общего правила, так как данные насекомые обитают в траве и в кустах, а не на деревьях. Так что попадут они на вашу одежду вовсе не сверху, а снизу, и потом медленно поползут вверх, отыскивая ваше уязвимое место. Паразитам нравится нежная кожа, поэтому их излюбленные места на шее, за ушами, под грудью и т.д.

Больше всего клещей бывает около рек и ручьёв, т.к. данные кровососущие, как и их коллеги комары, весьма влаголюбивы. А ещё излюбленное место дислокации клещей – в траве возле лесных тропинок и дорожек. У них отличное чутье, и запах людей и животных они улавливают за 10-15 метров. Клещ способен перемещаться в воздухе вместе с порывами ветра, т.е. ему ничего не стоит преодолеть это расстояние достаточно быстро.

Если не получилось избежать укуса

Не стоит выяснять, опасны ли клещи осенью, путем экспериментов с собственным здоровьем. В том случае если вы, придя с прогулки, обнаружили на своем теле присосавшегося паразита, не ждите, пока он напьется крови и отвалится сам. Лучше возьмите пинцет и захватите им

тело насекомого, как можно ближе к месту контакта с кожей. Пинцет нужно держать под прямым углом и вращательными движениями извлечь паразита. Действовать надо аккуратно, т.к. очень важно вытащить клеща целиком, не оставив в ранке его голову или хоботок. Оставшиеся частички могут вызвать воспаление и нагноение. Не пытайтесь капать на насекомое маслом и прочими субстанциями в надежде, что оно вылезет само. Это вряд ли произойдет, только время потратите.

После того как клещ был удалён, место укуса нужно обработать йодом или спиртом. И, самое лучшее, что вы можете сделать после того, как вас укусили – это обратиться за квалифицированной помощью в медицинское учреждение. И хорошо бы отнести клеща в лабораторию с целью выяснения, не является ли он носителем энцефалита.

### Как избежать нападения клещей?

Тут нет ничего трудного и сложного, просто собираясь в лес:

- выбирайте одежду с длинными рукавами, плотно прилегающими к запястьям;
- обязательно наденьте брюки и заправьте их в высокие сапоги;
- не забудьте про головной убор;
- одежду выбирайте светлых тонов, чтобы легче было заметить напавшего клеща;
- обработайте одежду противоклещевым репеллентом;
- смажьте кожу шеи и кистей камфорным или мятным маслом;
- периодически осматривайте в лесу свою одежду и открытые части тела: шею, подмышки, ушные раковины. В связи с тем, что в этих местах кожа наиболее нежная и тонкая, клещ чаще всего присасывается именно здесь;
- передвигаясь по лесу, обходите участки высокой травы и кустарника.

## БЕЗОПАСНОСТЬ ШКОЛЬНИКА

### По дороге в школу

Начался новый учебный год и дети вновь пошли в школу. За лето вы могли отвыкнуть от интенсивных транспортных потоков, нужно как

можно скорее восстановить знания правил поведения на дороге. Напоминаем вам основные из них.

### **При движении по тротуару:**

- передвигаться следует только по тротуару или пешеходной дорожке;

- в случае их отсутствия можно двигаться по краю проезжей части дороги навстречу движению транспортных средств;

играть в игры на дороге и на тротуаре опасно. Строго запрещено выбегать на проезжую часть из-за деревьев,

автомобилей и других объектов, которые мешают водителю увидеть вас своевременно.



### **При переходе через дорогу:**

- остановитесь, осмотрите проезжую часть;

- переходите дорогу только по пешеходному переходу или на перекрестке;

- идите только на зеленый сигнал светофора, даже если нет машин;

- выходя на проезжую часть, прекращайте разговоры, не отвлекайтесь;

- не спешите, не бегите, переходите дорогу не спеша;

- не переходите улицу под углом если на проезжей части нет специальной разметки;

- не выходите на проезжую часть из-за транспорта или кустов, не осмотрев предварительно улицу;

- при переходе по нерегулируемому перекрестку внимательно следите за началом движения транспорта;

- даже на дороге, где мало машин, переходить надо осторожно, так как машина может выехать из двора или из переулка.

## **Один дома**

Часто детям приходится оставаться одним дома. В этих случаях нельзя забывать о возможной безопасности.

### **Если ты остался один дома:**

- проверьте надежность замков и запоров после ухода из дома родителей;

- если позвонили в дверь, посмотрите в дверной глазок, встав слева (справа) от входной двери и спросите "Кто?" Не открывайте, пока не станет ясно, что пришел хорошо знакомый человек, о визите которого заранее предупредили родители;

- если на лестнице никого не видно, или на лестничной площадке погас свет, не открывайте дверь, так как злоумышленники могут специально заклеить дверной глазок. Позвоните по телефону соседям и попросить их посмотреть, что происходит;

- **никогда не открывайте дверь незнакомым или малознакомым людям**, какие бы причины они не называли и кем бы ни представлялись - сантехником, газовщиком, знакомым родителей;

- ни с кем не вступайте в разговоры через дверь, в ответ на любые вопросы и просьбы отвечайте: "Сейчас я позвоню соседу, он выйдет и поможет все решить", или "Сейчас я позвоню в полицию, они приедут и разберутся";

- если просят открыть дверь, чтобы срочно позвонить по телефону (вызвать "скорую помощь" и сообщить о несчастном случае), отвечайте, что сделаете это самостоятельно, но в квартиру этого человека не впускайте;

- если незнакомец не уходит, позвоните сначала соседям, затем родителям и в полицию. Если дверь пытаются вскрыть, забаррикадируйте её стульями, тумбочкой, другими предметами, затем откройте окно и громко кричите, призывая на помощь прохожих;

- если попытки открыть дверь прекратились, не выходите на лестничную площадку, посмотрите в окно, не выбегают ли из подъезда незнакомые люди. Заметив их, попытайтесь запомнить приметы, цвет, марку, номер машины, чтобы потом сообщить об этом полиции;

- уходя из дома даже ненадолго (например, вынести мусор), не оставляйте квартиру открытой, надежно запирайте балконные двери, окна, форточки, даже если квартира находится на верхних этажах здания;

- покидая квартиру надолго, оставьте приметы, создающие впечатление, будто дома кто-то есть (например, негромко работающий приёмник). Не оставляйте ключи от квартиры в доступных местах (под ковриком, в почтовом ящике), в кармане пальто (куртки, плаща), оставляя его в школьной раздевалке;

- не давайте ключи знакомым и приятелям. При потере ключей немедленно сообщите родителям;



- подходя к своей двери при возвращении домой, убедитесь, что за вами нет незнакомцев;

- если квартира открыта - не входите, немедленно сообщите об этом соседям, позвоните от них или из телефона-автомата (сотового телефона) в полицию. Не пытайтесь задержать преступников, даже если они выносят из квартиры имущество;

- не отвечайте по телефону незнакомым людям ни на какие вопросы (например: как зовут маму или папу, где они работают, какие номера их служебных телефонов, когда они придут). Всегда можно сказать, что в данный момент родители (лучше папа), не может подойти к телефону и предложить перезвонить через некоторое время.

### **Правила пожарной безопасности**

Если оставшись один, вы почувствовали в квартире запах дыма, как можно быстрее найдите его источник. Плотнo закройте все двери, окна и форточки.

Если запах дыма больше не ощущается, возможно, он проник в дом через окно или двери. Посмотрите, нет ли дыма на лестничной площадке. На всякий случай проверьте всю квартиру, включая балкон — лучше перестраховаться, чем проглядеть начало пожара.

Если в вашей квартире что-то загорелось, а вы не знаете как потушить огонь — не рискуйте жизнью, срочно покиньте квартиру. Помните, что дым опаснее огня. От густого дыма невозможно защититься, даже дыша через влажную тряпку. А продуктами горения некоторых материалов можно отравиться.

Немедленно позвоните в пожарную охрану. Лучше всего сделать это от соседей или по мобильному телефону. Наберите телефон 01 (с мобильного телефона — номер 112) и сообщите дежурному диспетчеру:

- свой точный адрес;
- где происходит пожар (квартира, двор, гараж, балкон);
- что горит (мебель, электроприбор);



- быстро и точно ответьте на все вопросы диспетчера, возможно, потребуется уточнить, на каком этаже вы живёте, запирается ли дверь в подъезде на кодовый замок, сколько всего этажей в доме, как быстрее к нему подъехать.

Покидая квартиру в случае пожара:

- плотно закройте за собой все двери;
- не задерживайтесь в квартире, собирая вещи;
- по возможности выключите все электроприборы и свет, отключите электричество на щитке, расположенном на лестничной площадке при наличии такой возможности;
- предупредите соседей;
- спускайтесь по лестнице, ни в коем случае пользуйтесь лифтом.

Когда приедут пожарные, сообщите им ваше имя (взрослые должны знать, что вы успели покинуть горящее помещение), а также о соседях, которые могут оставаться в других квартирах.

Небольшой очаг пожара, возникнувший на ваших глазах, часто можно потушить самостоятельно пока из маленького очага он не превратился в большой.

Хорошо, когда в доме есть огнетушитель и вы умеете с ним обращаться. Пользоваться огнетушителем нужно только в первые минуты пожара, когда очаг возгорания небольшой. К сожалению, в большинстве квартир огнетушителей нет. Поэтому нужно точно знать, что и чем можно или нельзя потушить.

Горящий мусор в мусорном ведре проще всего залить водой. Загоревшуюся кухонную прихватку, занавеску или полотенце можно бросить в раковину и также залить водой. Вспыхнуло масло на сковородке — быстро закройте сковороду крышкой. Водой горящее масло заливать нельзя, потому что горячие масляные брызги полетят во все стороны и обожгут вам руки и лицо.

При появлении запаха горячей изоляции немедленно выключите свет и все электроприборы, обесточьте квартиру и сообщите об этом взрослым. Горящие электрические приборы сначала отключите от сети и помните, что заливать водой их нельзя. Лучше всего забросать их песком, землей из горшков с цветами или, в крайнем случае, накрыть плотной тканью (не



синтетической, которая сама от сильного нагрева может начать плавиться или гореть). Может случиться так, что пожар начнётся на балконе — например, от случайно залетевшего туда непотушенного соседского окурка. В этом случае надо попытаться потушить огонь водой или любыми другими подручными средствами, поскольку огонь в таких случаях быстро перекидывается на квартиры верхних этажей. Если самостоятельно справиться с огнем не удаётся, закройте балконную дверь, покиньте квартиру и обязательно вызовите пожарных.

## **Пять способов не заболеть осенью**

За окном межсезонье: погода промозглая, но морозы ещё не пришли. Это время - настоящее раздолье для вирусов и простудных заболеваний. Вот 5 главных советов, как сохранить хорошее самочувствие осенью.

1. Переохлаждение само по себе не является причиной простудных заболеваний. Их вызывают вирусные инфекции. В норме иммунная система человека успешно распознает и искореняет их, но защитные силы замёрзшего человека зачастую не могут справиться с ними. Поэтому главная задача в случае переохлаждения – не допустить проникновения вирусов в организм. По возможности откажитесь от посещения многолюдных мест и поездок на общественном транспорте.

2. Откажитесь и от «проверенных» рецептов типа коньяка или горячего вина – они дают ложное ощущение тепла и грозят серьезными проблемами с сердцем и сосудами для ослабленного инфекцией организма.

3. Лучше не практиковать и баню, горячую ванну и обкладывание грелками. Возможно, простудой вы и не заболите, зато вполне можете получить осложнения в виде нарушений сердечного ритма и внутренних кровоизлияний.

4. Выпейте горячего чая или молока – они стимулируют потоотделение и таким образом помогут организму бороться с вирусами, отвар шиповника, разведенное в горячей воде облепиховое, малиновое или смородиновое варенье – в них много витамина С, помогающего быстро справиться с простудой.

5. Не торопитесь пить таблетки без назначения врача. Имейте в виду, что появившийся после переохлаждения насморк далеко не всегда

свидетельствует о начинающейся простуде. Он может оказаться симптомом так называемой аллергии на холод – одной из разновидностей аллергических реакций ослабленного организма.

## *Меры профилактики детского травматизма*



В целях снижения детского уличного травматизма необходимо :

- воспитывать в детях осторожность и сознание опасности игр на улицах, крышах, заборах. Преподавать им в школе и дома правила уличного движения и поведения на улице. При проведении групповых экскурсий по городу на практике обучать детей этим правилам;
- организовать широкую сеть детских площадок, парков, катков, комнат для отдыха, шире использовать в школах классы продлённого дня для младших школьников;
- места переходов улиц в районах расположения детских учреждений оформить яркими указателями;
- установить ограждения на крышах, заборах, пожарных лестницах.

**Спортивный травматизм** в детской среде является, как правило, следствием недостаточной организации спортивных занятий и соревнований. Непосредственными причинами спортивного травматизма являются:

- – плохое овладение данным видом спорта;
- – плохая подгонка и состояние спортивного инвентаря;
- – необорудованные площадки для занятий спортом;
- – шалости, озорство и недисциплинированность при проведении занятий спортом;
- – отсутствие надзора со стороны взрослых.



К бытовому травматизму относятся все травмы, не связанные с пребыванием на улице или при пребывании детей в детских учреждениях. Основные причины бытового детского травматизма:

- – отсутствие надзора за детьми в часы их досуга;
- – недостаточная воспитательная работа среди детей;
- – недостаток оборудованных мест для игр и развлечений;
- – неисправности игрушек, приспособлений для игр и занятий.

**Примите все меры для устранения причин возникновения детского травматизма !**

Материал разработан коллективом РГКУ ДПО  
«УМЦ экологической безопасности и защиты населения»  
г. Йошкар-Ола  
2019г.