

ИНФОРМАЦИОННЫЙ БЮЛЛЕТЕНЬ

**ВЕСТНИК АДМИНИСТРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ИЛЬКИНСКОЕ МЕЛЕНКОВСКОГО РАЙОНА**

(печатное средство массовой информации муниципального образования Илькинское Меленковского района Владимирской области)



Выпуск № 6

04 июня года

**РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ВЛАДИМИРСКАЯ ОБЛАСТЬ
АДМИНИСТРАЦИЯ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ИЛЬКИНСКОЕ МЕЛЕНКОВСКОГО РАЙОНА**

ПОСТАНОВЛЕНИЕ

от 04 июня 2020 года

№ 46

с. Илькино

«Об утверждении перечня
муниципальных программ
муниципального образования
Илькинское Меленковского района»

В целях исполнения постановления администрации муниципального образования Илькинское Меленковского района от 04.06.2020 г. № 45 «Об утверждении Порядка разработки, реализации и оценки эффективности муниципальных программ муниципального образования Илькинское Меленковского района», на основании ст. 179 Бюджетного кодекса Российской Федерации и в целях совершенствования программно-целевых принципов организации бюджетного процесса

ПОСТАНОВЛЯЮ:

1. Утвердить перечень муниципальных программ муниципального образования Илькинское Меленковского района (приложение).

2. Постановление администрации от 25.09.2014 г. № 81 считать утратившим силу с 01.01.2021 г.

3. Контроль за исполнением данного постановления оставляю за собой.

4. Постановление вступает в силу после опубликования (обнародования) с 01.01.2021 г.

Глава администрации муниципального образования

Илькинское Меленковского района

Н.А Катина

**Приложение к постановлению
администрации муниципального образования
Илькинское Меленковского района
от 04.06.2020 г. № 46**

ПЕРЕЧЕНЬ

муниципальных программ муниципального образования Илькинское
Меленковского района

№ п/п	Наименование муниципальной программы, подпрограммы	Ответственный исполнитель	Основные направления реализации
1	Комплексное развитие сельских территорий муниципального образования Илькинское Меленковского района на	Глава администрации муниципального образования Илькинское Меленковского	По вопросам местного значения

№ п/п	Наименование муниципальной программы, подпрограммы	Ответственный исполнитель	Основные направления реализации
	2021 - 2025 г.г.	района	
2	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций, обеспечение пожарной безопасности и безопасности людей на водных объектах муниципального образования Илькинское Меленковского района на 2021 - 2025 г.г.	Глава администрации муниципального образования Илькинское Меленковского района	По вопросам местного значения
3	Энергосбережение и повышение энергетической эффективности муниципального образования Илькинское Меленковского района на 2021 - 2025 г.г.	Глава администрации муниципального образования Илькинское Меленковского района	По вопросам местного значения
4	Совершенствование системы управления муниципальным имуществом муниципального образования Илькинское Меленковского района на 2021 – 2025 г.г.	Глава администрации муниципального образования Илькинское Меленковского района	По вопросам местного значения
5.	Дорожное хозяйство муниципального образования Илькинское Меленковского района на 2021 – 2025 г.г.	Глава администрации муниципального образования Илькинское Меленковского района	По вопросам местного значения

№ п/п	Наименование муниципальной программы, подпрограммы	Ответственный исполнитель	Основные направления реализации
6.	Развитие муниципальной службы в муниципальном образовании Илькинское Меленковского района на 2021 – 2025 г.г.	Глава администрации муниципального образования Илькинское Меленковского района	По вопросам местного значения
7.	Благоустройство муниципального образования Илькинское Меленковского района на 2021 – 2025 г.г.	Глава администрации муниципального образования Илькинское Меленковского района	По вопросам местного значения
8.	Развитие физической культуры и спорта в муниципальном образовании Илькинское Меленковского района на 2021 - 2025 г.г.	Глава администрации муниципального образования Илькинское Меленковского района	По выполнению переданных полномочий
9.	Сохранение и развитие культуры муниципального образования Илькинское Меленковского района на 2021 - 2025 г.г.	Глава администрации муниципального образования Илькинское Меленковского района	По выполнению переданных полномочий
10.	Управление муниципальными финансами муниципального образования Илькинское Меленковского района на 2021-2025 годы	Глава администрации муниципального образования Илькинское Меленковского района	По вопросам местного значения

Правила безопасного отдыха на воде



В большинстве случаев, почти всех опасных ситуаций, связанных с отдыхом на воде, можно избежать, соблюдая следующие правила поведения на воде в летнее время!

Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева. Температура воды должна быть не ниже 18-19 град., воздуха – не

менее 22 град;

Продолжительность купания не должна превышать 15-20 минут, причем это время должно увеличиваться постепенно с 3-5 минут. В противном случае может произойти переохлаждение и возникнуть судорога, остановка дыхания, потеря сознания;

После длительного пребывания на солнце не входить и не прыгать в воду. Периферические сосуды сильно расширены для большей теплоотдачи, а при охлаждении в воде происходит резкое рефлекторное сокращение мышц, которое влечет за собой остановку дыхания;

Недопустимо входить в воду в состоянии алкогольного опьянения, так как алкоголь блокирует сосудосуживающий и сосудорасширяющий центр в головном мозге, изменяется чувствительность кожного покрова, нарушается координация движений, угнетается дыхательная и сердечная деятельность, появляется апатия и сонливость, а также снижается самоконтроль и происходит переоценка своих возможностей;

Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах;

Не купайтесь у крутых обрывистых берегов с сильным течением, в заболоченных и заросших растительностью местах;

Не заплывайте далеко от берега, так как можно не рассчитать своих сил. Почувствовав усталость, не паникуйте и не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега. Отдохните, перевернувшись на спину и поддерживая себя на поверхности легкими движениями рук и ног;

Не подплывайте к проходящим судам, не взбирайтесь на технические предупредительные знаки;

Если захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Плывите по течению, постепенно приближаясь к берегу;

Не теряйтесь если попали в водоворот – наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и, сделав сильный рывок в сторону, всплывите.

Внимание родители! Не оставляйте детей без присмотра! Помните, что ребенок намного беззащитнее Вас. Часто несчастные случаи с детьми происходят в присутствии взрослых, которые спокойно загорают на берегу, а нередко выпивают с компанией, в то время как ребенок предоставлен сам себе и находится в воде без контроля родителей.

Меры предосторожности при нахождении на водных объектах



Лето – одно из любимых времен года. В жаркую погоду многие жители отдыхают у воды. Умение хорошо плавать и соблюдать правила безопасности поведения на воде – одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде. Но даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность.

Лучше всего купаться в специально оборудованных

местах: пляжах, бассейнах, купальнях.

В походах место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное песчаное или гравийное дно, небольшая глубина (до 2 м), нет сильного течения (до 0,5 м/с).

Начинать купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17-19С, воздуха 20-25С. В воде следует находиться 10-15 минут.

При переохлаждении тела пловца в воде могут появиться судороги, которые сводят руку, а чаще ногу или обе ноги. При судорогах надо немедленно выйти из воды. Если нет этой возможности, то необходимо действовать следующим образом:

- Изменить стиль плавания – плыть на спине.

- При ощущении стягивания пальцев руки, надо быстро, с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону, разжать кулак.

- При судороге икроножной мышцы необходимо согнуть ногу в колене двумя руками обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой подтянуть стопу к себе.

- При судорогах мышц бедра необходимо обхватить рукой ногу с наружной стороны ниже голени у лодыжки (за подъем) и, согнув ее в колени, потянуть рукой с силой назад к спине.

- Произвести укалывание любым острым подручным предметом (булавкой, иголкой и т.п.)

- Уставший пловец должен помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение "лежа на спине".

Попав в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо не нарушая дыхания плыть по течению к берегу.

Оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков. Необходимо лечь на спину, стремясь мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыл. Если все-таки не удастся освободиться от растений, то освободив руки, нужно поднять ноги и постараться осторожно освободиться от растений при помощи рук.

Опасно прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть. Не менее опасно нырять с плотов катеров, лодок, пристаней и других плавучих сооружений. Под водой могут быть бревна-топляки, сваи, рельсы, железобетон и пр. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных.

Нельзя купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов. Здесь склон дна может оказаться очень засоренным корнями и растительностью. Иногда песчаное дно бывает зыбучим, что опасно для не умеющих плавать.

Важным условием безопасности на воде является строгое соблюдение правил катания на лодке. Нельзя выходить в плавание на неисправной и полностью необорудованной лодке. Перед посадкой в лодку, надо осмотреть ее и убедиться в наличии весел, руля, уключин, спасательного

круга, спасательных жилетов по числу пассажиров, и черпака для отлива воды. Посадку в лодку производить, осторожно ступая посреди настила. Садиться на балки (скамейки) нужно равномерно. Ни в коем случае нельзя садиться на борт лодки, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, раскачивать лодку и нырять с нее.

Запрещается кататься на лодке детям до 16 лет без сопровождения взрослых, перегружать лодку сверх установленной нормы для этого типа лодки, пересекать курс моторных судов, близко находиться к ним и двигаться по судовому ходу. Опасно подставлять борт лодки параллельно идущей волне. Волну надо "резать" носом лодки поперек или под углом.

Если лодка опрокинется, в первую очередь нужно оказать помощь тому, кто в ней нуждается. Лучше держаться всем пассажирам за лодку и общими усилиями толкать ее к берегу или на мелководье.

Для не умеющих плавать и плохо плавающих особую опасность представляют различные надувные плавсредства: камеры, пояса, резиновые матрацы и т.п.

Помните, купание в состоянии алкогольного опьянения может привести к трагедии! Соблюдайте правила безопасного поведения на воде. Они помогут сохранить жизнь Вам и Вашим близким!

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период администрация муниципального образования Илькинское Меленковского района обращается к Вам с убедительной просьбой: провести с детьми разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде и от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.

Категорически запрещено купание:

- детей без надзора взрослых;
- в незнакомых местах;
- на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых);

Необходимо соблюдать следующие правила:

- Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).

- Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.

- Продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.

- При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.

- Во избежание перегрева отдыхайте на пляже в головном уборе.

- Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

Помните!Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС!

Предупреждение несчастных случаев с детьми во время праздничных и выходных дней



У вашего ребёнка появилось больше свободного времени для приключений и ребяческих фантазий, а у вас – забот и тревог за их безопасность.

В праздничные и выходные дни детей подстерегает повышенная опасность на дорогах, у водоёмов, в лесу, на игровых площадках, в садах, во дворах. Этому способствует погода, поездки и любопытство детей, наличие свободного времени и отсутствие должного контроля со стороны взрослых. Чтобы не случилось трагедии, надо помнить ряд правил и условий при организации их отдыха с родителями, родственниками, друзьями. Помните, что на Вас лежит ответственность за жизнь и здоровье Ваших детей. Не оставляйте детей без присмотра на воде и вблизи водоемов, а также в иных травмоопасных местах, представляющих угрозу жизни и здоровью детей.

Чтобы избежать непредвиденных ситуаций с детьми, убедительно просим вас строго контролировать свободное время ваших детей!

Ребенок и водоем

- Если вы отправляетесь с друзьями на пикник вблизи водоема, во избежание несчастных случаев не берите с собой маленьких детей.

- Если вы все-таки решились взять с собой ребенка, то ни в коем случае не пейте спиртные напитки, т.к. с ребенком может случиться опасность в самый непредвиденный момент, а вы не сможете ему помочь. Лучше один раз воздержитесь от принятия спиртных напитков и будьте спокойны за своего ребенка, чем потом всю жизнь вы себя будете казнить о случившемся несчастье.

- Во время отдыха вблизи водоема дети должны находиться под постоянным, бдительным присмотром родителей.

- Разрешать игры у водоема только в установленных местах и в вашем присутствии!

- Игры у водоема кроме удовольствия несут угрозу жизни и здоровью детей. Когда ребёнок вблизи водоема, не спускайте с него глаз, не отвлекайтесь – подчас минута может обернуться трагедией.

- Обязательно объясните детям, что они не должны находиться у водоема в одиночку, а также заходить в воду.

- Не следует брать детей в лодки и отплывать далеко от берега. Если вы взяли ребенка в лодку, то обязательно наденьте на него спасательный жилет. Объясните правила поведения во время нахождения в лодке.

- Взрослый, который присматривает за детьми во время отдыха у водоема, должен сам уметь плавать и оказывать первую помощь.

- Проявляйте осторожность и соблюдайте все требования безопасности, находясь с детьми во время отдыха на природе.

- Если вы отдыхаете на даче, а на приусадебном участке находится колодец, то он должен закрываться плотной крышкой, недоступной для детского пользования.

Ребенок на улице

- Не следует отпускать ребенка на самостоятельные прогулки.

- Родители обязаны объяснить ребенку правила поведения с посторонними людьми.

- В местах повышенного скопления людей в кармане у ребенка должен быть подробный адрес и телефон на случай, если ребенок потеряется (лучше, если ребенок будет наизусть знать свой домашний адрес, номер домашнего и мобильных телефонов родителей).

- Не следует доверять ребенка малознакомым людям.

- Родители обязаны объяснить ребенку опасность приближения к дворовым животным (кошкам, собакам).
- Особое внимание обращать на машины во дворах.
- Довести до своих детей правила пожарной безопасности, поведения на природе (в лесу, парке, речке) и на улице!
- Научить оказывать первую медицинскую помощь при несчастных случаях!
- Контролируйте место пребывания детей!

Правилах пожарной безопасности в лесу

Лес для человека - наиболее привлекательное место для отдыха. Отсюда и свалки мусора в самых красивых местах, битые бутылки, но самое главное - разведение костров в пожароопасный период.

Самый опасный враг леса - огонь, в подавляющем большинстве случаев лес горит по вине человека. Редкий выход в лес обходится без костра. Более 90% лесных пожаров происходит вблизи населенных пунктов, дорог и мест производства различных работ в лесу. Антропогенный фактор является причиной 88-98% лесных пожаров и около 2-12% приходится на долю метеорологических условий (удар молнии, самовозгорания в засуху).

Отправляясь на природу, проявляйте аккуратность в своих действиях - берегите лес от пожара. Всё предельно просто как для понимания, так и для выполнения.

Не разводите костер в лесу, если в этом нет острой необходимости.

Это важно для вас и окружающих вас людей:

- Разведение костра в пожароопасный период является серьёзнейшим нарушением и наказывается даже, если нарушение не вызвало лесного пожара.
- Не располагайте место отдыха в хвойных молодняках, на участках с сухим камышом, мхом, травой и на старых вырубках.
- Ни в коем случае нельзя устраивать костра на торфяниках, тлеющий торф очень трудно затушить, даже заливая водой, незамеченное тление может легко превратиться в губительный почвенный пожар.
- Торф может медленно, но устойчиво тлеть не только на поверхности, но и в глубине, поэтому пожар может возникнуть даже через 3-4 дня после ухода.
- Если вы оказались вблизи очага пожара, немедленно предупредите всех находящихся поблизости людей и постарайтесь покинуть опасную зону.

• Выходите из зоны быстро, перпендикулярно направлению движения огня. Выходить нужно на дорогу, широкую просеку, опушку леса, к водоёму. Если обстоятельства мешают вам уйти от огня, войдите в водоём или укройтесь на открытой поляне, накрывшись мокрой одеждой.

• Дышать нужно воздухом возле земли (он менее задымлен), прикрывая рот и нос марлевой повязкой или мокрой тряпкой. Когда будете в безопасности, сообщите о пожаре по телефону службы спасения «112».

Помните!

• От Ваших действий по предотвращению лесных пожаров зависит не только наша природа и фауна, но и безопасность людей, их здоровье и жизнь!!!

• Соблюдать ПДД, правила пожарной безопасности, правила использования газовых и электроприборов, всегда помнить правила поведения на водоемах.

• Соблюдайте особую осторожность в лесу в связи с ККГЛ (клетки).

• Не допускайте совершения вами и вашими детьми административных правонарушений и преступлений, соблюдайте бдительность и учите соблюдать бдительность своих детей.

Помните, что здоровье вашего ребенка и ваших близких зависит от вас и вашего постоянного контроля, любви и заботы!

Советы родителям по безопасности детей



В целях снижения детского бытового травматизма, мы хотим напомнить взрослым правила по безопасности детей и предостеречь от необдуманных действий, небрежного отношения к малышам и к окружающей их обстановке.

Ребенок дошкольного возраста требует неусыпного контроля за своим поведением. Взрослым необходимо каждый раз трезво оценивать уровень окружающих угроз, будь то крупная собака в 10-ти метрах от ребенка, проезжающий автомобиль, лежащий на земле осколок стекла или колючий куст. Многие родители, а

особенно те, у кого уже не первый ребенок начинают относиться к безопасности детей с некоторой долей халатности. Будьте внимательны к вашим детям, давайте им свободу в безопасных рамках и не переоценивайте возможности малышей. Дети дошкольного возраста имеют множество физических и психических ограничений. Например, малыши еще плохо контролируют свое тело, им не всегда легко определить источник звука, их зрение имеет очень узкий по сравнению со взрослым угол обзора. Все эти факторы и еще множество других не позволяют детям адекватно отреагировать на многие опасности, например, на выскочивший из-за угла мотоцикл. Еще одной сложностью является отсутствие опыта, многие ребята просто не придают значение тем вещам, которые очевидно для них опасны. Поэтому и происходят многие трагедии, когда ребята выпадают из окон, сунут спицы в розетки, обвариваются кипятком, падают в обрывы, тонут и так далее. С достижением младшего школьного возраста возможности детей по усвоению опасностей будут расти. Они будут уже лучше видеть, осознавать источник шума, научатся контролировать тело, осознавать возможную беду. Но всё равно учтите, что их параметры тела и мозга максимально приблизятся к параметрам взрослого лишь при достижении подросткового возраста. Никогда не думайте, что если вы будете осторожны, то это каким-то образом отразится на развитии ребенка. Конечно, не стоит запугивать ребенка и держать его возле юбки, но вы как взрослый человек, должны четко осознавать возможный уровень опасности и оградить собственное чадо. При этом не последнюю очередь играют профилактические беседы с малышами, ведь часто ребята просто не представляют себе, что, например, лежащий на земле провод может их ударить электричеством.

- Родителям необходимо обеспечить в доме все условия, чтобы обезопасить ребенка от возможных проблем.

- Нельзя оставлять включенную плиту или опасные электроприборы без присмотра.

- Категорически нельзя ставить на край стола или на незакрепленную скатерть емкости с горячей жидкостью, поскольку малыш может всё перевернуть на себя.

- Электрические розетки должны иметь заглушки или поворотный механизм.

- Низкие углы мебели должны быть скругленные или иметь смягчающие накладки. Нельзя чтобы на уровне ребенка торчали острые предметы, о которые он может пораниться.

- В доме не должно быть открытых проводов, которые можно тянуть и грызть.

- Опасные места (такие как открытые окна или балконы) необходимо контролировать, не оставляйте там предметы по которым ребенок может залезть на окно.

При прогулках с ребенком всегда следите чтобы:

- В ближайшем окружении ребенка не было неадекватных детей с опасным поведением или предметами.

- Смотрите, чтобы малыш не подходил близко к качелям или каруселям.

- Следите за тем, чтобы вокруг не находились пьяные люди или люди со странным поведением.

- Обращайте внимание на собак во дворе, иногда даже мирное с виду животное может внезапно напасть на ребенка.

- Просматривайте те места, где играет ребенок, следите, чтобы там не было шприцов, стекла и других опасных предметов.

- Не разрешайте ребенку играть в местах, где есть острые углы, об которые он может травмироваться, например, такие углы могут быть на старых металлических площадках, оставшихся еще со старых времен.

- Будьте внимательно, когда находится на лестницах, возле ограждений с острыми краями или вблизи дороги.

Профилактика травм у детей в летний период:

- Не оставляйте ребенка без присмотра.

- Не переоценивайте возможности детей. Не пускайте их залазить на высокие деревья, ходить там, где есть риск упасть с большой высоты. Не разрешайте играть возле проезжей части и в других опасных местах.

- Придумывайте для детей активные, но относительно безопасные игры. Ведь часто дети ищут «приключений» от безделья. В качестве развлечений можно использовать:

- Разные игры с мячом - (футбол, волейбол, выбивной, броски мяча в воде и т.д.).

- Всевозможные игры в «догонялки».

- Пуск «летающей тарелки», «воздушного змея» и т.д.

- Настольный теннис, бадминтон.

- Прыжки через резинку и «классики».

- Игры с водяными пистолетами, «брызгалки».

○ Различного рода соревнования: кто быстрее добегит, дальше прыгнет и т.д.

Взрослые, помните, что вы в ответе за жизнь каждого ребенка! Берегите детей! Наши дети – это наше будущее!

ПАМЯТКА для родителей об опасностях открытого окна

Основные правила, соблюдение которых поможет сохранить жизнь и здоровье детей:

- ребенок не может находиться без присмотра в помещении, где открыто настежь окно или есть хоть малейшая вероятность, что ребенок может его самостоятельно открыть;

- фурнитура окон и сами рамы должны быть исправны, чтобы предупредить их самопроизвольное или слишком легкое открывание ребенком;

- если оставляете ребенка одного даже на непродолжительное время в помещении, а закрывать окно полностью не хотите, то в случае со стандартными деревянными рамами закройте окно на шпингалеты и снизу, и сверху (не пренебрегайте верхним шпингалетом, так как нижний довольно легко открыть) и откройте форточку;

- в случае с металлопластиковым окном, поставьте раму в режим «фронтальное проветривание», так как из этого режима маленький ребенок самостоятельно вряд ли сможет открыть окно;

- нельзя надеяться на режим «микропроветривание» на металлопластиковых окнах – из этого режима окно легко открыть, даже случайно дернув за ручку;

- не пренебрегайте средствами детской защиты на окнах: металлопластиковые окна в доме, где есть ребенок, просто необходимо оборудовать специальными устройствами, блокирующими открывание окна;

- воспитывайте ребенка правильно: не ставьте его на подоконник, не поощряйте самостоятельного лазания туда, строго предупреждайте даже попытки таких «игр»;

- объясняйте ребенку опасность открытого окна из-за возможного падения.

ПОМНИТЕ!

Только бдительное отношение к своим собственным детям со стороны вас, РОДИТЕЛЕЙ, поможет избежать беды!

Проверьте прямо сейчас, где находятся ваши дети!

Современное окно стало причиной несчастных случаев с детьми – ежегодно с наступлением весны отмечается рост несчастных случаев, которые связаны с выпадением маленьких детей из окон. Как подтверждает медицинская статистика, через клинические больницы, которые специализируются на детском травматизме, ежегодно проходят десятки людей, выпавших из окон. В большинстве случаев дети получают тяжелую сочетанную травму, которая сопровождается черепно-мозговыми травмами, повреждением центральной нервной системы, конечностей, костей, внутренних органов (разрывом селезенки и печени), что требует длительного лечения и восстановления, которое может исчисляться неделями, а то и месяцами.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

ЗАПОМНИТЕ 7 ПРАВИЛ, ЧТОБЫ НЕ ДОПУСТИТЬ НЕЛЕПОЙ ГИБЕЛИ ВАШЕГО РЕБЕНКА!

1 ПРАВИЛО: Не оставлять окно открытым, поскольку достаточно отвлечься на секунду, которая может стать последним мгновением в жизни ребенка или искалечить ее навсегда.

2 ПРАВИЛО: Не использовать москитные сетки без соответствующей защиты окна. Ребенок видит некое препятствие впереди, уверенно упирается на него, и в результате может выпасть вместе с сеткой, которая не рассчитана на вес даже годовалого ребенка.

3 ПРАВИЛО: Не оставлять ребенка без присмотра, особенно играющего возле окон и стеклянных дверей.

4 ПРАВИЛО: Не ставить мебель поблизости окон, чтобы ребенок не взобрался на подоконник.

5 ПРАВИЛО: Не следует позволять детям прыгать на кровати или другой мебели, расположенной вблизи окон.

6 ПРАВИЛО: Тщательно подобрать аксессуары на окна. В частности средства солнцезащиты, такие как жалюзи и рулонные шторы должны быть без свисающих шнуров и цепочек. Ребенок может с их помощью взобраться на окно или запутаться в них, тем самым спровоцировать удушье.

7 ПРАВИЛО: Установить на окна блокираторы, препятствующие открытию окна ребенком самостоятельно.

ПОМНИТЕ!

Существуют различные средства обеспечения безопасности окон для детей.

Стоимость некоторых из них доступна каждому.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ПРИРОДЕ

Правила защиты от укусов клещей

- избегайте места обитания клещей, особенно в мае-июле
- для прогулок в лесу, лесопарках выбирайте светлую одежду, чтобы клеща было легче заметить.
- находясь в лесу, где можно встретить клещей, защищайте себя от заползания их под одежду и присасывания к телу.
- Собираясь в лес, лучше надеть спортивную куртку на молнии с манжетами на рукавах. Рубашку заправьте в брюки. Брюки заправляются в носки. Голову повязать платком или надеть плотно прилегающую шапочку.
- находясь в лесу, не реже 1 раза в 2 часа проводите само и взаимоосмотры.
- используйте специальные отпугивающие средства.

Профилактика клещевого энцефалита

Вакцинация

Наиболее эффективной защитой от клещевого энцефалита является вакцинация.

Все продающиеся средства в зависимости от действующего вещества делятся на 3 группы. Репеллентные - отпугивают клещей. Акарицидные - убивают! Инсектицидно-репеллентные - препараты комбинированного действия, то есть убивающие и отпугивающие клещей.

Репеллентные средства защиты:

Наносят на одежду и открытые участки тела в виде круговых полос вокруг коленей, щиколоток и груди. Клещ избегает контакта с репеллентом и начинает ползти в противоположную сторону. Защитные свойства одежды сохраняются до пяти суток. Дождь, ветер, жара и пот сокращают время действия защитного средства. Преимущество отпугивающих средств в том, что их используют и для защиты от гнуса, нанося не только на одежду, но и на кожу. Более опасные для клещей препараты наносить на кожу нельзя.

Акарицидные средства защиты:

Препараты обладают нервно-паралитическим действием на клещей. Это

проявляется через 5 минут: у насекомых наступает паралич конечностей, и они отпадают от одежды.

Инсектицидно-репеллентные средства защиты:

Эффективность при правильном применении приближается к 100 процентам. Лабораторными испытаниями доказано, что при правильном (!) применении репеллентных препаратов отпугивается до 95 процентов прицепившихся клещей. Так как большая часть клещей прицепляется к брюкам, их необходимо обрабатывать более тщательно. Особенно внимательно нужно обрабатывать одежду вокруг щиколоток, коленей, бедер, талии, а также манжеты рукавов и воротник. Способ применения и нормы расхода всех препаратов должны быть указаны на этикетке.

Что надо знать о клещевом энцефалите

Клещевой энцефалит (энцефалит весенне-летнего типа, таежный энцефалит) - вирусная инфекция, поражающая центральную и периферическую нервную систему. Тяжелые осложнения острой инфекции могут завершиться параличом и летальным исходом.

Возбудителем болезни является вирус, который способен длительное время сохраняться при низких температурах и в высушенном состоянии. Но вирус быстро теряет активность при комнатной температуре, а кипячение убивает его в течение 2 минут.

Вирус клещевого энцефалита находится в организме иксодовых клещей, некоторых крупных и большинстве мелких лесных млекопитающих (грызуны, насекомоядные), а также некоторых видов птиц. Клещи являются основными хранителями вируса в природе, в которых он существует неопределенно долго, передаваясь потомству.

Основным резервуаром вируса клещевого энцефалита в природе являются его главные переносчики, иксодовые клещи, ареал обитания которых находится по всей лесной и лесостепной умеренной климатической зоне Евразийского континента. Несмотря на значительное число видов иксодовых клещей, реальное эпидемиологическое значение имеют только два вида: *Ixodes Persulcatus* (таежный клещ) в азиатской и в ряде районов европейской части, *Ixodes Ricinus* (европейский лесной клещ) - в европейской части.

Для клещевого энцефалита характерна строгая весенне-летняя

сезонность начала заболевания, связанная с сезонной активностью переносчиков.

Заболеемость клещевым энцефалитом подвержена определенным колебаниям, что связано с несколькими факторами - колебаниями численности клещей, проведением профилактических мероприятий, интенсивностью посещения населением лесных угодий в периоды наибольшей численности иксодовых клещей (весна, начало лета).

О главных переносчиках клещевого энцефалита – клещах

Среди обитания и образ жизни клещей

1. Клещи способны длительно сохранять вирус и даже передавать его потомству.

2. Весной после зимней спячки под мхом и опавшими листьями голодные клещи, привлекаемые запахом животных или человека, скапливаются вдоль тропинок и дорог на кустарнике и траве на расстоянии от земли 30-40 см, реже 1-1,5 м.

3. Клещи могут нападать на человека в любое время дня и ночи и в любую погоду. Но, как правило, их меньше в сухую жаркую погоду и больше в прохладную, пасмурную.

4. Прицепившись к одежде человека, клещи перебираются на тело и присасываются к местам с наиболее тонкой кожей: за ушами, на шее, подмышками, в паховой области. При укусе клещ вносит в ранку вместе со слюной вирус энцефалита (укусы клещей для человека безболезненны и потому незаметны).

5. Инфицирование человека вирусом клещевого энцефалита происходит во время кровососания вирусоформных клещей. Кровососание самки клеща продолжается много дней, и при полном насыщении она увеличивается в весе 80-120 раз. Кровососание самцов длится обычно несколько часов и может остаться незамеченным. Передача вируса клещевого энцефалита может происходить в первые минуты присасывания клеща к человеку.

Как происходит заражение клещевым энцефалитом

- Во время пребывания в лесу при попадании энцефалитного клеща на человека и укусе его.

- клещевым энцефалитом можно заболеть, не бывая в лесу: клещей иногда заносит из леса в дом с верхней одеждой, букетами цветов, ягодами, грибами.

- клещи могут быть занесены в жилище собакой и другими домашними животными. Так, возможно заражение клещевым вирусным энцефалитом при раздавливании клеща в процессе удаления его с животных или тела человека с последующим занесением вируса на слизистые оболочки глаз, носа и губ или на поврежденные участки кожи.

- заражение клещевым энцефалитом возможно и при употреблении в пищу сырого молока, чаще козьего. Это происходит потому, что козы, укушенные на пастбище зараженными клещами, сами заболевают, и вирус клещевого энцефалита находится у них в крови и в молоке.

Первые признаки заражения клещевым энцефалитом у человека

Клинические проявления клещевого энцефалита многообразны, течение вариabельно. Инкубационный период длится от 1 до 30 дней.

- заболевание начинается внезапно с озноба, быстрого повышения температуры тела до 38-39° С. Температура держится 5-10 дней.

- беспокоит сильная головная боль, боль во всем теле, разбитость, слабость, нарушение сна, тошнота, иногда рвота.

- лицо и глаза становятся красные.

- с 3-5 дня болезни развивается поражение нервной системы: заторможенность, сонливость, бред, галлюцинации, двигательное возбуждение, иногда развиваются судороги.

- у части больных заболевание осложняется параличами мышц шеи и верхних конечностей: появляется слабость в руке или ноге вплоть до полной невозможности совершать движения; при развитии подобных параличей в мышцах шеи наблюдается - “свисающая голова”.

- достаточно характерным признаком клещевого энцефалита являются произвольные подергивания отдельных групп мышц. Может наблюдаться чувство онемения кожи в отдельных частях тела. При тяжелом течении болезни может быть неясность речи, поперхивание, затруднение глотания.

- грозным осложнением клещевого энцефалита является нарушение

дыхания: частое или редкое дыхание, возникающие непродолжительные остановки дыхания, которые могут закончиться полной остановкой дыхания и смертью больного.

Первая помощь пострадавшему от укуса клеща. Лечение

При самостоятельном удалении клеща необходимо соблюдать следующие рекомендации:

- захватить клеща пинцетом или обернутыми чистой марлей пальцами как можно ближе к его ротовому аппарату и, держа строго перпендикулярно поверхности укуса, повернуть тело клеща вокруг оси, извлечь его из кожных покровов;

- удаление клеща необходимо производить с осторожностью, не сдавливая руками его тело, поскольку при этом возможно выдавливание содержимого клеща вместе с возбудителями болезней в ранку.

- важно не разорвать клеща при удалении - оставшаяся в коже часть может вызвать воспаление и нагноение. При этом стоит учесть, что при отрыве головки клеща процесс инфицирования может продолжаться, так как в слюнных железах и протоках присутствует значительная концентрация вируса клещевого энцефалита.

- место укуса продезинфицировать любым пригодным для этих целей средством (70% спирт, 5% йод, одеколон и т.д.);

- после извлечения клеща необходимо тщательно вымыть руки с мылом;

- снятого клеща следует сжечь или залить кипятком;

- в случае отрыва головки или хоботка клеща (случайно или во время его удаления) на коже остается черная точка, которую необходимо обработать 5% йодом и оставить до естественной элиминации.

- Клещей, извлеченных из кожи, необходимо доставить в лабораторию ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии» Роспотребнадзора в субъекте Российской Федерации по месту жительства или укуса пострадавшего, где проводят исследования клещей на зараженность вирусами клещевого энцефалита.

ПОМНИТЕ!

Больной как источник инфекции для окружающих не опасен.

Заболевание может закончиться:

- полным выздоровлением;

- инвалидностью на всю жизнь;

- смертью больного. Осторожно - змеи!

Первая помощь при укусе змеи:

Действие первое и обязательное – вызвать «скорую помощь».

Затем обездвижьте пострадавшего (по крайней мере, укушенную конечность). Лучше всего – уложить пострадавшего так, чтобы голова была ниже уровня ног.

Спорным является вопрос: оказывая первую помощь при укусе змеи, нужно ли отсасывать яд из раны? Ртом – вряд ли. Если в ротовой полости того, кто оказывает помощь, есть ранки, яд может поразить и его. Существует другой метод: яд можно отсасывать на протяжении 10-15 минут маленькой банкой знакомым в народе способом. С помощью пламени от зажигалки или спички в ней создаётся разреженное пространство, и банка сразу накладывается на место укуса.

Следует наложить фиксирующую повязку. Полоска любой ткани завязывается достаточно плотно, но так, чтобы между тканью и кожей можно было просунуть два пальца. Такая повязка не мешает кровотоку, но несколько замедляет распространение яда по лимфе. По мере нарастания отёка повязку нужно ослаблять, чтобы она не врезалась в ткани.

Жгут накладывать категорически нельзя, т.к. нарушение кровообращения усилит распад тканей в зоне укуса, а продукты этого распада отравляют организм укушенного. Это практически 100%-й способ получить гангрену. Чтобы снизить концентрацию яда, человека следует обильно поить.

НЕЛЬЗЯ:

разрезать, прижигать ранку, смачивать её марганцовкой, давать пострадавшему пищу и спиртное, т.к. алкогольная интоксикация усиливает действие яда!!!

При транспортировке, чем меньше пострадавший будет двигаться, тем меньше яд распространится по его организму. Желательно перевозить человека лёжа на носилках, или нести на руках. Поражённую конечность можно зафиксировать шиной.

В больнице пострадавшему введут сыворотку – самое эффективное средство против яда. Но при укусах гадюк, сыворотку нужно ввести в течение первых 30-ти минут (1 час – максимум). При введении через несколько часов её эффективность упадёт в разы.

Как защититься от укуса змей:

1. При путешествиях по опасным районам необходимо носить высокие сапоги и плотные брюки.
2. Передвигайтесь с палкой-посохом, раздвигайте траву пред собой, создавайте больше шума.
3. Не ставьте палатки в высокой траве, вблизи коряг, валунов и скал.
4. Не оставляйте палатки открытыми ни на минуту, прежде чем влезть в спальный мешок проверьте, нет ли там змеи.

Осторожно, грибы!

С началом грибного сезона сотни людей спешат в лес. Сбор грибов - один из самых замечательных видов отдыха, а грибы с давних времён считаются деликатесным продуктом. Это, действительно, так. Но зачастую в корзину грибника, порой даже опытного, попадает ядовитый гриб, влекущий за собой беду.

Какие же грибы относятся к наиболее ядовитым и как их отличить от съедобных? Бледная поганка, в отличие от съедобных грибов, всегда будет иметь утолщение в основании ножки и кольцо под шляпкой. Это - самый опасный гриб-убийца. Яды бледной поганки - фаллоин, фаллоидин, аманидин не разрушаются при термической обработке и при сушке. Первые признаки отравления обычно появляются через 6-24 часа после употребления грибов. Это лихорадка, боли и судороги в мышцах, рвота, спастические боли в животе, понос с кровью. Через некоторое время наступает период мнимого улучшения, который длится до 2-4 дней. Третьей стадией клинической картины отравления бледной поганкой являются признаки острой печёночной, почечной и сердечной недостаточности с желтухой, прекращением выделения мочи и резким понижением давления. Смертность достигает 50%.

Очень важно при появлении признаков отравления грибами, до прибытия врача, принять экстренные меры, оказать пострадавшему доврачебную помощь для предотвращения всасывания яда. В первую очередь необходимо промыть желудок тёплой водой с пищевой содой или слабозеленым

раствором марганцовки, уложить в горизонтальное положение (обеспечить полную неподвижность) и давать пить маленькими порциями холодную солёную воду и активированный уголь. Ядовитое вещество мухомора - мускарин, действует как наркотик. Через 0,5 - 2 часа после употребления гриба начинается рвота, выделяется обильно слюна и пот, начинаются боли в животе. При этом дыхание хриплое, обильно выделяется мокрота. Часто бывает бред, галлюцинации, в тяжёлых случаях - судороги, потеря сознания. С вызовом «скорой» затягивать не надо. Меры доврачебной помощи те же, что и при отравлении бледной поганкой.

К числу ядовитых грибов относится и один из самых распространённых пластинчатых грибов наших лесов - свинушка тонкая, ранее считавшаяся условно съедобным грибом. Коварство его в том, что белковые вещества, содержащиеся в плодовых телах, вызывают у человека изменение состава крови. Свинушка способна накапливать нитраты, тяжёлые металлы (особенно свинец), а иногда продуцирует сильнейший яд - мускарин. Сбор и продажа свинушки тонкой запрещены санитарными правилами. Следует напомнить, что и съедобные грибы при определённых условиях могут приобретать токсические свойства (в случае их произрастания в экологически загрязнённых зонах, вдоль дорог; при несоблюдении сроков реализации и т.д.).

Каковы же меры профилактики отравлений грибами? При сборе грибов необходимо помнить следующие правила:

1. Собирайте в лесу только те грибы, которые вы хорошо знаете. Никогда не собирайте грибы, которые у основания ножки имеют клубневидное утолщение. Когда вы собираете сыроежки, старайтесь брать их с целой ножкой. Это поможет не спутать их с бледной поганкой.
2. Никогда не собирайте перезрелые, червивые, дряблые, трухлявые грибы .
3. Не стоит дотрагиваться в лесу к неизвестным грибам, пробовать их на вкус.
4. Не собирайте грибы недалеко от дорог - экологические яды и загрязнители хорошо впитываются грибами и могут сделать даже привычные подберёзовики смертельно опасными.
5. Любые грибы в любом виде не полезны детям до 3-х лет.

6. Если вы покупаете грибы на рынке, никогда не берите грибную смесь. Продажа грибной смеси запрещена санитарными правилами. Разрешается реализация грибов, рассортированных по отдельным видам.

7. Не употребляйте в пищу грибы при заболеваниях почек, печени, желудочно-кишечного тракта.

Особо следует сказать о таком тяжелейшем заболевании как ботулизм. Это заболевание связано с употреблением в пищу консервированных грибов. Попавшие в гриб из почвы возбудители ботулизма, не погибают при термической обработке и интенсивно размножаются в банках при отсутствии кислорода, выделяя яд - ботулотоксин. Симптомы отравления свидетельствуют о поражении центральной нервной системы: двоение в глазах, сетка перед глазами, невозможность смотреть вдаль, сухость во рту, гнусавость голоса, слабость и шаткость походки. В запущенных случаях наступает летальный исход от паралича дыхательного центра (остановка дыхания). При появлении симптомов ботулизма необходимо немедленно обратиться к врачу. С целью профилактики ботулизма не употребляйте консервированные грибы домашнего приготовления «в гостях»; знайте - продажа грибных консервов домашнего приготовления категорически запрещена санитарными правилами. В связи с тем, что ботулотоксин разрушается после 0,5 - часового кипячения, маринованные грибы ешьте только после соответствующей термической обработки.

Как не заблудиться в лесу - советы специалистов

Вопросы поиска потерявшихся людей курируют органы полиции. Поэтому если вы хотите сообщить о пропаже человека, следует обратиться на телефон "02".

Сотрудники МЧС принимают активное участие в работе по поиску потерявшихся в лесных массивах, а также проводят профилактическую работу с населением, в ходе которой разъясняют правила безопасного поведения в лесных массивах.

Если Вы идете в лес:

- Сообщите знакомым, куда вы пошли и ориентировочное время возвращения - вдруг случится такая ситуация, что самостоятельно помощь вы вызвать не сможете.

Желательно ходить в те районы и места, которые вам знакомы, где вы бываете не первый раз. Если уж вы пошли в новый район, то возьмите с собой человека, который знает эти новые для вас места. Если же ваше

желание огромно, а знающих людей вы не нашли, всегда старайтесь запоминать дорогу, по которой идете, вплоть до того, что помечайте ее маркировкой.

Подумайте о том, брать ли с собой маленьких детей. Надо отдавать себе отчет, что в случае непредвиденной ситуации им будет гораздо тяжелее, чем вам, перенести отсутствие еды и воды, ночной холод или дождь. Будьте ответственны!

Важно при себе иметь полностью заряженный мобильный телефон. Его нужно убрать в пакет, чтобы он не промок. Туда же положите зажигалку и таблетку сухого спирта, чтобы было легче развести костер. Если вы принимаете какие-то медикаменты, то их надо взять с собой, как и бутылку воды.

Если Вы заблудились...

- Не кружите и не нервничайте. Постарайтесь выйти по тому пути, по которому пришли. Либо ищите так называемые линейные ориентиры - просеки, линии электропередачи, лесные дороги, откуда вас легко можно будет забрать. Позвоните в полицию по телефону "02" или по общему «аварийному» телефону "01" или "112". При нахождении во Владимирской области можно звонить на номер телефона доверия ГУ МЧС по Владимирской области 8 (4922)39-99-99. Если мобильный телефон не ловит сеть, надо выйти на открытую местность - опушку или большую поляну, там связь появится.

Очень часто спасатели при поисках используют сирену. Если вы услышали ее вой, определите направление, откуда исходит звук, и двигайтесь туда.

Пить можно из ручьев или родников. Стоячую воду из луж или болот пить нежелательно. То же самое и с едой - пожевать известных вам съедобных ягод (земляники, малины, черники) не помешает. А вот неизвестную пищу лучше не пробовать.

Когда начнет смеркаться, выберите место для ночлега. Если сухо и ветрено - можно спрятаться в яме, а если идет дождь, то лучше выбрать место на возвышении и под защитой хвойных деревьев - они хорошо задерживают капли. Ложитесь на сухие ветки, положите под голову сумку или мох, попытайтесь отдохнуть. Если замерзли - сделайте зарядку. И самое главное - никогда не теряйте надежды на спасение!

Правила поведения при грозе

Характерные признаки приближающейся грозы:

1. Бурное и быстрое развитие во второй половине дня мощных, темных

кучево-дождевых облаков в виде горных хребтов с вершинами-наковальнями;

2. Резкое понижение атмосферного давления и температуры воздуха;
3. Изнурительная духота, безветрие;
4. Затишье в природе, появление на небе пелены;
5. Хорошая и отчетливая слышимость далеких звуков;
6. Приближающиеся раскаты грома;
7. Яркие вспышки молний.

Правила поведения:

1. Для уменьшения вероятности поражения молнией тело человека должно иметь как можно меньше контактов с землей. Наиболее безопасной позой считается следующая: присесть, ступни поставить вместе, опустить голову и грудь на колени и предплечья, руками обхватить колени.

2. Можно сесть или встать на изоляционный материал: бревно, доску, камень, палатку, спальный мешок, веревку, рюкзак.

3. Не располагайтесь во время грозы рядом с железобетонным полотном, у водоема, у высотного объекта без молниеотвода.

4. Не касайтесь головой, спиной или другими частями тела поверхности скал, стволов деревьев, металлических конструкций.

5. В зоне относительной безопасности займите сухое место на расстоянии 1,5 -2 метра от высоких объектов: дерево, скала, опора ЛЭП.

6. Не находитесь рядом с включенными электроприборами, проводкой, металлическими предметами, не касайтесь их руками, не располагайтесь вблизи молниезащитного заземления.

7. Обойдите участок земли, куда попала молния, или переждите несколько минут, когда электричество рассеется.

8. Во время грозы постарайтесь сохранить одежду и тело сухим.

9. Незамедлительно вызовите пожарных и спасателей в случае возникновения пожара от удара молнии, постарайтесь ликвидировать его своими силами.

10. Окажите помощь пострадавшим.

Правила поведения

Засуха – продолжительный и значительный недостаток осадков, чаще при повышенной температуре и пониженной влажности воздуха.

Сильная жара – характеризуется превышением среднеплюсовой температуры окружающего воздуха на 10 и более градусов в течение нескольких дней.

Опасность заключается в тепловом перегревании человека, т.е. угрозе повышения температуры его тела выше 37,1 С или тепловом нарушении – приближении температуры тела к 38,8' С . Тепловое критическое состояние наступает при длительном и (или) сильном перегревании, способном привести к тепловому удару или нарушению сердечной деятельности. Симптомами перегревания являются: покраснения кожи, сухость слизистых оболочек, сильная жажда. В дальнейшем возможна потеря сознания, остановка сердца и дыхания.

Как подготовиться к засухе / сильной жаре

Запаситесь дополнительными емкостями и при необходимости заранее заполните их водой. Приготовьте приемлемую для условий жары одежду, электробытовые приборы (вентиляторы, кондиционеры). Если Вы находитесь в сельской местности – оборудуйте навесы, беседки, колодцы, а также ставни (плотные шторы) для окон. По возможности приобретите автономный источник электроэнергии для обеспечения работы электробытовых приборов. Экономно расходуйте воду. Умейте сами и обучите членов своей семьи правильно действовать при тепловом поражении.

Как действовать во время засухи / сильной жары

Избегайте воздействия повышенной температуры. Носите светлую воздухопроницаемую одежду (желательно из хлопка) с головным убором. Помните, что обожженная кожа перестает выделять пот и охлаждаться. Передвигайтесь не спеша, старайтесь чаще находиться в тени. Не употребляйте пиво и другие алкогольные напитки, это приведет к ухудшению общего состояния организма. Посоветуйтесь с врачом, требуется ли Вам дополнительное употребление соли во время жары. При тепловом поражении немедленно перейдите в тень, на ветер или примите душ, медленно выпейте много воды. Постарайтесь охладить свое тело, чтобы избежать теплового удара. В случае потери сознания кем-то из окружающих, проведите реанимационные мероприятия (делайте массаж сердца и искусственное дыхание). Помните, что во время засухи возрастает вероятность пожаров.

Свяжитесь с местными органами власти для получения информации о стихийном бедствии и об оказываемой населению помощи.

Правила поведения

Засуха – продолжительный и значительный недостаток осадков, чаще при повышенной температуре и пониженной влажности воздуха.

Сильная жара – характеризуется превышением среднеплюсовой температуры окружающего воздуха на 10 и более градусов в течение нескольких дней.

Опасность заключается в тепловом перегревании человека, т.е. угрозе повышения температуры его тела выше 37,1 С или тепловом нарушении – приближении температуры тела к 38,8' С . Тепловое критическое состояние наступает при длительном и (или) сильном перегревании, способном привести к тепловому удару или нарушению сердечной деятельности. Симптомами перегрева являются: покраснения кожи, сухость слизистых оболочек, сильная жажда. В дальнейшем возможна потеря сознания, остановка сердца и дыхания.

Как подготовиться к засухе / сильной жаре

Запаситесь дополнительными емкостями и при необходимости заранее заполните их водой. Приготовьте приемлемую для условий жары одежду, электробытовые приборы (вентиляторы, кондиционеры). Если Вы находитесь в сельской местности – оборудуйте навесы, беседки, колодцы, а также ставни (плотные шторы) для окон. По возможности приобретите автономный источник электроэнергии для обеспечения работы электробытовых приборов. Экономно расходуйте воду. Умейте сами и обучите членов своей семьи правильно действовать при тепловом поражении.

Как действовать во время засухи / сильной жары

Избегайте воздействия повышенной температуры. Носите светлую воздухопроницаемую одежду (желательно из хлопка) с головным убором. Помните, что обожженная кожа перестает выделять пот и охлаждаться. Передвигайтесь не спеша, старайтесь чаще находиться в тени. Не употребляйте пиво и другие алкогольные напитки, это приведет к ухудшению общего состояния организма. Посоветуйтесь с врачом, требуется ли Вам дополнительное употребление соли во время жары. При тепловом поражении немедленно перейдите в тень, на ветер или примите душ, медленно выпейте много воды. Постарайтесь охладить свое тело, чтобы избежать теплового удара. В случае потери сознания кем-то из окружающих, проведите реанимационные мероприятия (делайте массаж сердца и искусственное дыхание). Помните, что во время засухи возрастает вероятность пожаров.

Свяжитесь с местными органами власти для получения информации о стихийном бедствии и об оказываемой населению помощи.



ПАМЯТКА

Профилактика гриппа и коронавирусной инфекции

Вирусы гриппа и коронавирусной инфекции вызывают у человека респираторные заболевания разной тяжести. Симптомы заболевания аналогичны симптомам обычного (сезонного) гриппа. Тяжесть заболевания зависит от целого ряда факторов, в том числе от общего состояния организма и возраста.

Предрасположены к заболеванию: пожилые люди, маленькие дети, беременные женщины и люди, страдающие хроническими заболеваниями (астмой, диабетом, сердечно-сосудистыми заболеваниями), и с ослабленным иммунитетом.

ПРАВИЛО 1. ЧАСТО МОЙТЕ РУКИ С МЫЛОМ

Чистите и дезинфицируйте поверхности, используя бытовые моющие средства.

Гигиена рук – это важная мера профилактики распространения гриппа и коронавирусной инфекции. Мытье с мылом удаляет вирусы. Если нет возможности помыть руки с мылом, пользуйтесь спиртсодержащими или дезинфицирующими салфетками.

Чистка и регулярная дезинфекция поверхностей (столов, дверных ручек, стульев, гаджетов и др.) удаляет вирусы.

ПРАВИЛО 2. СОБЛЮДАЙТЕ РАССТОЯНИЕ И ЭТИКЕТ

Вирусы передаются от больного человека к здоровому воздушно-капельным путем (при чихании, кашле), поэтому необходимо соблюдать расстояние не менее 1 метра от больных.

Избегайте трогать руками глаза, нос или рот. Вирус гриппа и коронавирус распространяются этими путями.

Надевайте маску или используйте другие подручные средства защиты, чтобы уменьшить риск заболевания.

При кашле, чихании следует прикрывать рот и нос одноразовыми салфетками, которые после использования нужно выбрасывать.

Избегая излишние поездки и посещения многолюдных мест, можно уменьшить риск заболевания.

ПРАВИЛО 3. ВЕДИТЕ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Здоровый образ жизни повышает сопротивляемость организма к инфекции. Соблюдайте здоровый режим, включая полноценный сон, потребление пищевых продуктов богатых белками, витаминами и минеральными веществами, физическую активность.

ПРАВИЛО 4. ЗАЩИЩАЙТЕ ОРГАНЫ ДЫХАНИЯ С ПОМОЩЬЮ МЕДИЦИНСКОЙ МАСКИ

Среди прочих средств профилактики особое место занимает ношение масок, благодаря которым ограничивается распространение вируса.

Медицинские маски для защиты органов дыхания используют:

- при посещении мест массового скопления людей, поездках в общественном транспорте в период роста заболеваемости острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при уходе за больными острыми респираторными вирусными инфекциями;
- при общении с лицами с признаками острой респираторной вирусной инфекции;
- при рисках инфицирования другими инфекциями, передающимися воздушно-капельным путем.

КАК ПРАВИЛЬНО НОСИТЬ МАСКУ?

Маски могут иметь разную конструкцию. Они могут быть одноразовыми или могут применяться многократно. Есть маски, которые служат 2, 4, 6 часов. Стоимость этих масок различная, из-за различной пропитки. Но нельзя все время носить одну и ту же маску, тем самым вы можете инфицировать дважды сами себя. Какой стороной внутрь носить медицинскую маску - непринципиально.

Чтобы обезопасить себя от заражения, крайне важно правильно ее носить:

- маска должна тщательно закрепляться, плотно закрывать рот и нос, не оставляя зазоров;

- старайтесь не касаться поверхностей маски при ее снятии, если вы ее коснулись, тщательно вымойте руки с мылом или спиртовым средством;
- влажную или отсыревшую маску следует сменить на новую, сухую;
- не используйте вторично одноразовую маску;
- использованную одноразовую маску следует немедленно выбросить в отходы.

При уходе за больным, после окончания контакта с заболевшим, маску следует немедленно снять. После снятия маски необходимо незамедлительно и тщательно вымыть руки.

Маска уместна, если вы находитесь в месте массового скопления людей, в общественном транспорте, а также при уходе за больным, но она нецелесообразна на открытом воздухе.

Во время пребывания на улице полезно дышать свежим воздухом и маску надевать не стоит.

Вместе с тем, медики напоминают, что эта одиночная мера не обеспечивает полной защиты от заболевания. Кроме ношения маски необходимо соблюдать другие профилактические меры.

ПРАВИЛО 5.

ЧТО ДЕЛАТЬ В СЛУЧАЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ГРИППОМ, КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

Оставайтесь дома и срочно обращайтесь к врачу.

Следуйте предписаниям врача, соблюдайте постельный режим и пейте как можно больше жидкости.

КАКОВЫ СИМПТОМЫ ГРИППА/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИИ

высокая температура тела

озноб

головная боль

слабость

заложенность носа

кашель

затрудненное дыхание

боли в мышцах

конъюнктивит.

В некоторых случаях могут быть симптомы желудочно-кишечных расстройств: тошнота, рвота, диарея.

КАКОВЫ ОСЛОЖНЕНИЯ

Среди осложнений лидирует вирусная пневмония. Ухудшение состояния при вирусной пневмонии идёт быстрыми темпами, и у многих пациентов уже в течение 24 часов развивается дыхательная недостаточность, требующая немедленной респираторной поддержки с механической вентиляцией лёгких.

Быстро начатое лечение способствует облегчению степени тяжести болезни.

ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ В СЕМЬЕ КТО-ТО ЗАБОЛЕЛ ГРИППОМ/КОРОНАВИРУСНОЙ ИНФЕКЦИЕЙ?

1. Вызовите врача.
2. Выделите больному отдельную комнату в доме. Если это невозможно, соблюдайте расстояние не менее 1 метра от больного.
3. Ограничьте до минимума контакт между больным и близкими, особенно детьми, пожилыми людьми и лицами, страдающими хроническими заболеваниями.
4. Часто проветривайте помещение.
5. Сохраняйте чистоту, как можно чаще мойте и дезинфицируйте поверхности бытовыми моющими средствами.
6. Часто мойте руки с мылом.
7. Ухаживая за больным, прикрывайте рот и нос маской или другими защитными средствами (платком, шарфом и др.).
8. Ухаживать за больным должен только один член семьи.

единый номер операторов сотовой связи:	112
единая служба спасения г. Меленки:	101, 8 (49247) 2 - 12 - 00
полиция:	102, 8 (49247) 2 - 28 - 10
скорая помощь:	103, 8 (49247) 2 - 23 - 07
дежурный Горгаз:	104, 8 (49247) 2 - 42 - 95

дежурный районных электросетей:	8 (49247) 2 - 30 - 70
оперативный дежурный администрации района	8 (49247) 2 - 17 - 51; 2 - 20 - 9

<p align="center"><u>Учредитель - администрация муниципального образования Илькинское Меленковского района</u> 602131 Владимирская область Меленковский район с. Илькино улица Центральная д. 167</p>			
<p align="center"><u>Адрес редакции: 602131 Владимирская область Меленковский район с. Илькино, улица Центральная, д. 167</u> тел. (49247) 2-15-27, факс (49247) 2-14-53, интернет: http:// www.ilkino.ru, e-mail: ilkino@melenky.ru <u>Изготовлено с помощью оргтехники</u></p>			
Подписано в печать:	10.00 04.06.2020 г.	Формат 297×420 мм.	Тираж 150 экземпляров.
Редактор: Н.А. Катина			
Распространяется бесплатно			