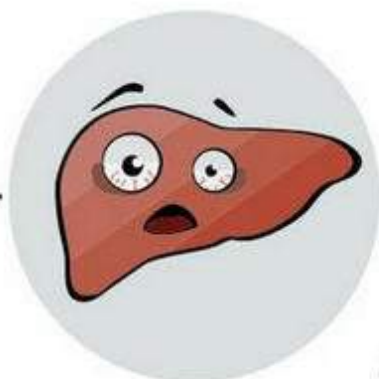




АЛКОГОЛЬ

Делает человека
зависимым
и безвольным



Приводит к алкогольному
гепатиту и
циррозу печени

Алкоголизм – хроническое
заболевание, которое
трудно поддается лечению



Приводит к проблемам
с психикой,
повышает агрессию

Ускоряет
старение



Может стать причиной
рождения неполноценного
потомства и импотенции

СКАЖИ АЛКОГОЛИЗМУ НЕТ!

МИФЫ ОБ АЛКОГОЛЕ

Миф 1. Алкоголь повышает аппетит. Увы, в действительности алкоголь раздражает слизистую оболочку желудка, вызывает гастрит, язву, нарушает усвоение питательных веществ и ведет к дистрофии.

Миф 2. Алкоголь, поднимает настроение. Не путайте хорошее настроение с дурашливостью, которая вызвана наркотическим опьянением.

Миф 3. Алкоголь помогает при простуде. На самом деле алкоголь снижает иммунитет, поэтому пьющие люди значительно чаще болеют, в том числе и простудными заболеваниями.

Миф 4. Алкоголь снимает стресс. Это не так. Он вызывает временный наркоз, выход из которого тяжелее самого стресса.

Миф 5: Дорогой алкоголь менее вреден. Это не так. В дорогом алкоголе содержится точно такой же этанол, что и в самогоне.

Миф 6: Пиво — не алкоголь. Это не так. Спирт в пиве есть. Три бутылки пива — почти стакан водки. А за счет газированности напитка всасывается алкоголь быстрее.

ВЛИЯНИЕ НА ОРГАНИЗМ

- Приводит к гибели клеток и уменьшению головного мозга, снижению памяти, инсульту.
- Алкоголь повреждает ткань лёгких, вызывает лёгочные заболевания, способствует развитию туберкулеза.
- Разъедает слизистую и стенки желудка, превращает переваривание пищи в процесс гниения. В результате развивается гастрит, язва, рак желудка.
- Ведет к снижению иммунитета и раннему старению, способствует избыточному весу.
- Алкоголь вызывает ожирение сердца, нарушается кровообращение, развиваются сердечно - сосудистые заболевания.
- Нарушение функции печени - она увеличивается, со временем возникают более выраженные ее изменения — алкогольный гепатит, цирроз, рак.
- Злоупотребление алкоголем приводит к воспалительным изменениям в почках, в них образуются камни.

ЧТО ТАКОЕ АЛКОГОЛИЗМ

Алкоголизм - это тяжелая хроническая болезнь, в большинстве своем трудноизлечимая, возникающее в результате потребления алкоголя и характеризующееся постоянной или периодической потребностью в нем.

Алкоголь — это светлая бесцветная жидкость, не имеющая запаха. Алкоголь составляет только часть алкогольного напитка; помимо него, в напитках также присутствуют вещества, придающие им вкус и запах. Алкогольные напитки содержат этиловый спирт, или этанол. Он очень ядовит для организма.

Злоупотребление спиртными напитками вызывает психологическую зависимость. Длительный алкоголизм провоцирует физическое привыкание организма.

Алкоголиком считается человек, для которого алкоголь стал столь же необходимым компонентом жизнедеятельности, как вода и пища. Большой алкоголизмом готов на все ради получения алкоголя, несмотря на отрицательные последствия его потребления для себя и окружающих.

ВЫБОР ЗА ТОБОЙ!

У многих людей бывает ситуация, когда им предлагают выпить какой-нибудь алкогольный напиток. Как же вести себя в такой ситуации?

1. Приведи веские контраргументы - объясни причину отказа, но не извиняйся слишком долго.
2. Если человек начинает упрашивать, скажи: "Да, ты прав, но я не могу принять твое предложение".
3. Сам переходи в наступление: " Почему ты на меня давишь?" Попроси объяснить, почему тебя просят сделать то, чего ты делать не хочешь.
4. Смени тему: придумай что-нибудь, что тоже интересно (пойти в спортзал, на танцы и т.д.)
5. Если ты являешься лидером компании, то тебе не так уж и трудно отказаться от приема алкоголя и удержать весь коллектив.
6. Если в твоей компании употребление алкоголя является традиционным, значит не стоит быть членом такого коллектива.

СЕРДЕЧНО-СОСУДИСТЫХ

КУРЕНИЕ

ПРИЧИНА



РАКОВЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ



Памятка

детская безопасность на льду!

Зимой дети любят кататься на санках, коньках, играть в хоккей, но очень часто малыши пренебрегают всеми правилами безопасности. Очень важно о них помнить.

Помни! Проверять прочность льда ударами по нему ногой нельзя. Лучше для этого воспользоваться палкой. В случае появления даже небольшого количества воды, это значит, что лед тонкий и не подходит для катания или прогулок по нему.

- ❄️ Нельзя одному выходить на замерзшие водоемы, кататься на санках, устраивать игры
- ❄️ Безопасный лед имеет толщину не менее 7 см
- ❄️ Если предполагаются коллективные игры на льду, то взрослым необходимо знать, что толщина ледяного покрова должна быть около 12 см
- ❄️ Нельзя наступать на лед, если он покрыт снегом, можно легко наткнуться на проруби.
- ❄️ Запрещается ходить на водоемы с наступлением весеннего тепла. Лед быстро начинает таять, особенно по берегам, вокруг кустов и камыша.
- ❄️ Нельзя прыгать на отделившуюся льдину, она имеет свойство легко переворачиваться, поэтому в считанные минуты можно оказаться в воде.
- ❄️ Если лед треснул, необходимо вернуться обратно, осторожно ступая по своим же следам и высоко не поднимая ноги. В случае появления сильного треска, передвигайтесь ползком





**Я хочу чтоб Интернет
Был вам другом много
лет.**

**Будешь знать семь
правил этих-
Смело плавай в
Интернете!**



**1. Если что-то непонятно,
страшно или неприятно**

**Быстро к взрослым
поспеш, расскажи и
покажи**



**2. Не хочу попасть в беду
– антивирус заведу!**

**Всем, кто входит в
Интернет пригодится
мой совет!**



**3. Злые люди в Интернете
Расставляют свои сети.
С незнакомыми людьми
ты на встречу не иди.**



**5. Как и всюду на
планете. Есть
опасность в интернете.
Мы опасность
исключаем, если
фильтры подключаем**



**6. С грубиянами в сети
Разговор не заводи,
Ну и сам не оплошай,
Никого не обижай!**

ВЕЛОСИПЕДИСТЫ, ДВИГАЙТЕСЬ #НАВСТРЕЧУБЕЗОПАСНОСТИ!



УСОВЕРШЕНСТВУЙТЕ СВОЙ ТРАНСПОРТ И СВОЮ ЭКИПИРОВКУ

Установите белую фару спереди, красный фонарь или катафот – сзади, оранжевые катафоты – на педали и спицы.

Используйте защитную экипировку и средства пассивной защиты: шлем, наколенники, перчатки, налокотники, светоотражающие элементы.

ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА ЗНАКИ!



Велосипедная дорожка



Движение на велосипедах запрещено



2

БУДЬТЕ ПРЕДСКАЗУЕМЫ – ПОДАВАЙТЕ СИГНАЛЫ

Остановка: поднятая вверх рука.

Поворот или перестроение направо: вытянутая прямая правая рука в сторону либо вытянутая в сторону и согнутая в локте левая.

Поворот или перестроение налево: вытянутая прямая левая рука в сторону либо вытянутая в сторону и согнутая в локте правая.



3

ПЕРЕХОДИТЕ, А НЕ ПЕРЕЕЗЖАЙТЕ!

Перед переходом проезжей части по пешеходному переходу спешите с велосипеда. Посмотрите налево, затем направо и еще раз налево, убедитесь, что уступают дорогу, и только потом выходите на переход, ведя велосипед рядом с собой.

Движение велосипедистом в возрасте от 7 до 14 лет возможно по тротуарам, пешеходным, велосипедным и велопешеходным дорожкам, а также в пределах пешеходных зон.



С 14 лет по велосипедной, велопешеходной дорожке или полосе для велосипедистов. Если полоса и дорожки отсутствуют, то – по правому краю проезжей части или обочине. Если отсутствуют все перечисленное, то – по тротуару или пешеходной дорожке.

Взрослому велосипедисту можно перевозить детей до 7 лет на специально оборудованном месте, перевозить груз до полуметра по длине или ширине.



Велосипедисту нельзя двигаться по автомагистралям, пользоваться мобильным телефоном без гарнитуры, ехать на велосипеде и не держаться за руль хотя бы одной рукой, поворачивать налево или разворачиваться на дорогах с трамвайным движением и на дорогах, имеющих более одной полосы для движения в данном направлении.



Федеральная целевая программа
«Повышение безопасности дорожного
движения в 2013-2020 годах»



БЕЗДТП РФ



Блокировка музыки при приближении к железнодорожным путям



Отправка смс-сообщений при нахождении в опасной зоне, а также при отключении приложения и GPS



Звуковое и вибро-оповещение при нахождении в опасной зоне



Просматривай маршрут онлайн



Отслеживай историю передвижений по датам

ВОДИТЕЛИ, ДВИГАЙТЕСЬ #НАВСТРЕЧУБЕЗОПАСНОСТИ!

1



ОЦЕНИВАЙТЕ СИТУАЦИЮ

Всегда контролируйте ситуацию вокруг себя с помощью боковых зеркал и зеркал заднего вида.

2



БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ

Пешеходы могут появиться внезапно как на пешеходных переходах, так и в иных местах на проезжей части. Всегда оставайтесь предельно внимательны.

3



ТОРМОЗИТЕ ЗАРАНЕЕ

Приближаясь к нерегулируемому пешеходному переходу, вы должны быть особенно осторожны: здесь пешеходы имеют приоритет, и вы обязаны уступить им дорогу. Соблюдайте скоростной режим и притормаживайте заранее.

Пешеходы могут появиться неожиданно, например, выйти из-за припаркованного у обочины автомобиля.

ДЛИНА ОСТАНОВОЧНОГО ПУТИ АВТОМОБИЛЯ ПРИ СКОРОСТИ 60 КМ/Ч:



62 м



77 м



113 м



184 м

Состояние дороги:

Сухая

Мокрая

Заснеженная

Обледенелая

На дороге необходимо выбирать скоростной режим исходя из интенсивности движения, технического состояния автомобиля, дорожных и метеорологических условий.



НЕ САДИТЕСЬ ЗА
РУЛЬ В СОСТОЯНИИ
ОПЬЯНЕНИЯ



Федеральная целевая программа
«Повышение безопасности дорожного
движения в 2013-2020 годах»



БЕЗДТП РФ

Вред электронных сигарет

ГЛИЦЕРИН

Используется в парфюмерии для смягчения кожи и в пищевой промышленности как загуститель. Вызывает сухость во рту. Может ухудшать состояние кровеносных сосудов и нарушать кровообращение. Является хорошей средой для развития бактерий.



НИКОТИН

Алкалоид естественного происхождения (в электронных сигаретах синтетический). Угнетает нервную систему, ухудшает зрение, вызывает поражение органов пищеварения. Вызывает выработку адреналина, что повышает нагрузку на сердце. Провоцирует выработку дофамина – гормона удовольствия, что дает основания считать никотин наркотическим веществом.



ПРОПИЛЕНГЛИКОЛЬ

Используется как пищевая добавка. Может вызывать заложенность носа, кожную сыпь и прочие аллергические реакции.



АРОМАТИЧЕСКИЕ ДОБАВКИ

Вызывают ускоренное всасывание никотина в кровь и тем самым усиливают его поражающе действие.



МЕТАЛЛЫ, В ЧАСТНОСТИ, НИКЕЛЬ

Могут вызывать интоксикацию организма.



ВЫЕЗЖАЯ НА ПЕРЕЕЗД НА ЗАПРЕЩАЮЩИЙ СИГНАЛ СВЕТОФОРА, ВЫ БЕЗЗАЩИТНЫ



**ОСТАНОВИТЕСЬ
ДО ПЕРЕЕЗДА**

РЖД

ДЕТСКИЕ УДЕРЖИВАЮЩИЕ УСТРОЙСТВА

Правила созданы, чтобы их соблюдать.
Детей до 12 лет необходимо перевозить в ДУУ.

ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ:

П. 22.9. Перевозка детей до 12-летнего возраста в транспортных средствах, оборудованных ремнями безопасности, должна осуществляться с использованием детских удерживающих устройств, соответствующих весу и росту ребенка.

Важно знать о детском автокресле



Автокресла нельзя устанавливать на переднее сидение, если не отключена подушка безопасности. Выстреливающая подушка безопасности способна нарушить конструкцию ДУУ и нанести вред ребенку.



Существует два вида креплений автокресел:

1. Крепление штатным ремнем безопасности, которым оборудованы все автомобили.
2. Крепление при помощи системы изофикс. Оно отличается большей надежностью и устойчивостью.



При столкновении на скорости 50 км/ч вес ребенка увеличивается в 30 раз! Удержать его на руках физически невозможно.



Группа 0+
до 13 кг
от 0 до 1 года



Группа 1
9-18 кг
от 9 месяцев до 4 лет



Группа 2
15-25 кг
от 3 до 7 лет



Группа 3
22-36 кг
от 6 до 12 лет

Автокресло группы 0+ устанавливается лицом против движения — если при лобовом столкновении ребенок сидит лицом вперед, на его плечевой и шейный отдел, а также на голову действует огромная нагрузка. Если ребенок сидит лицом назад, нагрузка распределяется по большей площади тела, что снижает риск получения серьезных повреждений до 90%.

#ПО_ПРАВИЛАМ



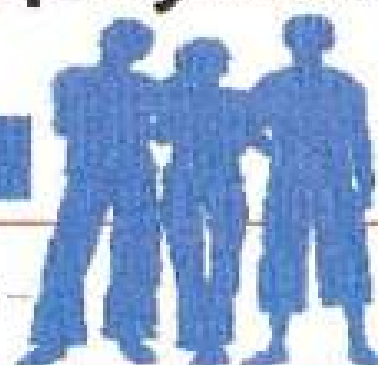
БЕЗДТП РФ

ЖЕРТВЫ ВЕРБОВКИ

- кто угодно, в том числе одинокие девушки и несовершеннолетние.



КТО ПОДВЕРЖЕН ВЕРБОВКЕ?



ДУХОВНЫЙ КРИЗИС.

Человек остаётся один на один с собой и своими проблемами.

СОЦИАЛЬНАЯ.

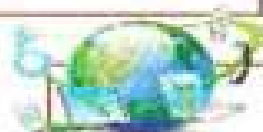
Основная целевая аудитория – подростки, молодежь.

МОЩНАЯ ИСЛАМСКАЯ ПРОПАГАНДА.

Большинство её жертв – несформировавшиеся молодые люди.

Для некоторых отправкой на «джихад» («священная война против иноверцев») – это экстремальная форма трудоустройства. Только никому не говорят, что средняя продолжительность жизни боевика – три месяца.

ГДЕ ВЕРБУЮТ?



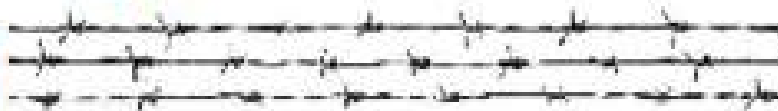
Сеть **ИНТЕРНЕТ**

Любое общественное место



Публичные мероприятия

ЧТО ГРОЗИТ?



За публичное возбуждение ненависти либо вражды по признакам пола, расы, национальности, языка, происхождения, отношения к религии (в том числе в сети Интернет).

За публичные призывы к террористической деятельности или публичное оправдание терроризма (в том числе, в сети Интернет).

За участие в деятельности террористической организации.

до 5 лет

до 7 лет

до 20 лет



ЛИШЕНИЕ СВОБОДЫ

Как не допустить правонарушение

- ❖ Поступай с другими так, как ты хочешь, чтобы поступали с тобой.
- ❖ Организуй свободное время отдыха. (Посещение кружков, секций, занятие любимым делом.)
- ❖ Не общайся с сомнительными компаниями.
- ❖ Если что то произошло, обязательно сообщи об это взрослым.
- ❖ Помни, что за все свои поступки всегда будет ответственность!
- ❖ Не иди на поводу у других людей.



22.00.

А Ваши дети ДОМА?

РОДИТЕЛИ, ПОМНИТЕ !

Нахождение несовершеннолетних
в общественных местах
без сопровождения родителей
ЗАПРЕЩЕНО или **ОГРАНИЧЕНО**





СЕЗОННЫЕ РИСКИ ТОНКИЙ ЛЕД!



В период межсезонья не стоит подвергать свою жизнь опасности и выходить на рыхлый и пористый лёд.

Если температура воздуха выше 0°C держится больше трёх дней, то прочность льда снижается на 25%.

Что делать, если Вы провалились под лёд:

- Не поддавайтесь панике.
- Выбирайтесь с той стороны, где лёд наиболее крепок. Наползайте на лёд грудью, широко раскинув руки, чтобы увеличить площадь опоры и уменьшить давление на кромку льда. Ногами упирайтесь в противоположный край полыньи, если это возможно.
- Не прекращайте попытки выбраться, даже если лёд проламывается.
- Выбравшись из воды на лёд, не спешите вставать на ноги, чтобы не провалиться снова. Осторожно отползите, широко раскинув руки и ноги, или откатитесь как можно дальше от полыньи. Убедившись, что лёд прочный, вставайте на ноги.



Единый номер вызова экстренных служб - 112

Огонь — опасность!

ПАМЯТКА ДЛЯ ДЕТЕЙ

1. Не играй со спичками!
2. Не поджигай сухую траву, сено, тополиный пух!
3. Не кидай неизвестные баллончики в огонь, они могут взорваться!
4. Без взрослых нельзя включать в сеть электроприборы!
5. Не растопляй печь самостоятельно!



6. Самостоятельно не зажигай газовую плиту!
7. Не играй без взрослых новогодними фейерверками и хлопушками!
8. Не играй с бензином и другими горючими веществами!
9. Никогда не прячься в шкаф или под кровать, пожарные не смогут тебя найти!
10. Когда в доме горит, скорей беги на улицу!

Будь осторожен!

Единый телефон
службы спасения

112

ОРГАНИЗОВАННАЯ ПЕРЕВОЗКА ГРУППЫ ДЕТЕЙ



6 ПРОСТЫХ
ДЕЙСТВИЙ,
НЕОБХОДИМЫХ
ОРГАНИЗАТОРУ
ГРУППОВОЙ ПОЕЗДКИ

1. Заключение договора фрахтования.
2. Подготовка необходимых документов.
3. Подача уведомления о перевозке детей (менее 3 автобусов).
Подача заявки на сопровождение (3 и более автобусов).
4. Рассмотрение уведомления о перевозке.
5. Принятие Госавтоинспекцией решения о сопровождении.
6. Осуществление перевозки с соблюдением установленных требований.

ТРЕБОВАНИЯ К АВТОБУСУ



Исправный, чистый автобус, имеющий опознавательные знаки «Перевозка детей» спереди и сзади, опознавательный знак «Ограничение скорости» 60 км/ч.



Срок эксплуатации автобуса не более 10 лет.



Наличие рабочего тахографа, аппаратуры спутниковой навигации ГЛОНАСС.



Наличие на крыше автобуса или над ней проблескового молниеносного или оранжевого цвета.



Проведение технического осмотра.

ТРЕБОВАНИЯ К ВОДИТЕЛЮ



Наличие непрерывного стажа категории D не менее года.



Отсутствие административных правонарушений в области дорожного движения, за которые предусмотрена наложение и лишение лицензии право управления транспортным средством либо административный арест в течение последнего года.



Проведение поезд рейсового маршрута на безопасности перевозки детей.



Проведение предельного медицинского осмотра.



Федеральная целевая программа
«Повышение безопасности дорожного движения в 2013-2020 годах»



БЕЗДТП РФ

**Ежегодно
в России
объявляют
в розыск
почти
30 000
детей
и подростков**



Будь осторожен! с незнакомыми людьми!

**НИКОГДА, НИКУДА, НИ ЗА ЧТО
НЕ ХОДИ С НЕЗНАКОМЫМ
ЧЕЛОВЕКОМ!**

Все родители говорят детям одно и то же...

И все-таки время от времени случается, что ребенка уведит чужой человек, и потом этого ребенка никогда не находят или находят уже покалеченным или даже убитым. Этим детей не крадут из кроваток ночью. Их уводят прямо с улицы среди бела дня. Им просто говорят: «Пойдем, я покажу тебе котенка» или «Хочешь, угощу мороженым» - и ребенок САМ дает чужому дяде руку. Он думает в этот момент о котенке и о мороженом, а вовсе не о том, что говорили родители. И оказывается в полной власти злодея.



ПАССИВНОЕ КУРЕНИЕ ЭЛЕКТРОННЫХ СИГАРЕТ

Безусловно, выдыхаемый пар от вейпа не содержит такого большого набора канцерогенных смол, но и безвредным его назвать трудно.



ОНКОЛОГИЧЕСКИЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ

В паре содержатся потенциально вредные химические вещества, которые могут способствовать развитию рака



ВРЕД ДЕТЯМ

Дети, вдыхающие пар, рискуют получить дозу вредных веществ, никотиновую зависимость, аффективные расстройства и ослабление импульсного контроля



ПРОБЛЕМА С ЛЕГКИМИ

Диацетил, содержащийся в паре электронных сигарет, может вызывать хрупкость легочной ткани

Памятка для учащихся по правилам дорожного движения!

Учащиеся, будьте дисциплинированы на улице!

1. Ходите только по тротуару!
2. Переходите улицу в местах, где имеются линии или указатели перехода, а где их нет — на перекрестках по линии тротуаров.
3. Переходя улицу, посмотрите налево, а дойдя до середины — направо!
4. На улицах и дорогах, где движение регулируется, переходите проезжую часть только при зеленом сигнале светофора или разрешающем жесте регулировщика.
5. Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом!
6. Не устраивайте игры на проезжей части улицы!
7. Езда на велосипедах по улицам и дорогам разрешается детям не моложе 14 лет.
8. Соблюдайте правила пользования городским транспортом.
9. Помните, что дорога в школу должна быть не короткой, а безопасной.

Соблюдайте Правила дорожного движения сами и помогайте в этом своим родным и близким!

В СТРАНЕ ДОРОЖНЫХ ЗНАКОВ

Детям знать положено
Правила дорожные!
Ты, дружок, доверься им:
Будешь цел и невредим!



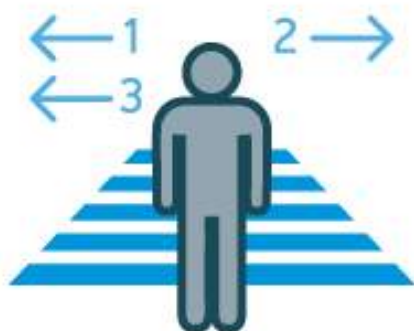
ПЕШЕХОД

Правила созданы, чтобы их соблюдать.
Пешеходы должны переходить дорогу по пешеходным переходам, в том числе по подземным и надземным, а при их отсутствии — на перекрестках по линии тротуаров или обочин.

ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ:

П. 4.5. На нерегулируемых пешеходных переходах пешеходы могут выходить на проезжую часть (трамвайные пути) после того, как оценят расстояние до приближающихся транспортных средств, их скорость и убедятся, что переход будет для них безопасен.

Как не попасть под машину



На переходе пешеход обязан убедиться в собственной безопасности. Сначала он должен посмотреть налево, затем направо и еще раз налево, убедиться, что ему уступают дорогу, и только потом выходить на переход.



Видимость пешехода в темное время суток.

Ближний свет фар позволяет водителю увидеть пешехода на дороге на расстоянии 25-50 метров. Если пешеход применяет световозвращатель, то расстояние увеличивается до 150-200 метров. При дальнем свете фар дистанция, на которой пешеход со световозвращателем виден, увеличивается до 350 метров.



Какие бывают световозвращатели:

- Жилеты
- Браслеты
- Брелоки, значки
- Нашивки, термонаклейки

П. 4.1. При переходе дороги и движении по обочинам или краю проезжей части в темное время суток или в условиях недостаточной видимости пешеходам рекомендуется, а вне населенных пунктов пешеходы обязаны иметь при себе предметы со световозвращающими элементами и обеспечивать видимость этих предметов водителями транспортных средств.

#ПО_ПРАВИЛАМ



БЕЗДТП РФ

ПЕШЕХОДЫ, ДВИГАЙТЕСЬ #НАВСТРЕЧУБЕЗОПАСНОСТИ!

3



ПЕШЕХОДНЫЙ ПЕРЕХОД

Переходите дорогу по пешеходным переходам.

На регулируемом переходе дождитесь разрешающего сигнала светофора и подождите 2-3 секунды.

Не выходите на переход, если разрешающий сигнал светофора мигает.

На нерегулируемом переходе убедитесь в отсутствии угрозы – посмотрите налево, затем направо и еще раз налево.

Увидев, что автомобили остановились и уступают дорогу, вы можете выходить на переход.

Не задерживайтесь на переходе.

2



СЛЕПЫЕ ЗОНЫ

Убедитесь, что припаркованное или остановившееся перед вами транспортное средство не скрывает от вас автомобиль, движущийся по соседней полосе.



ДВИЖЕНИЕ ПО ОБОЧИНЕ

Если нет тротуаров, пешеходных и велосипедных дорожек или обочин, вы можете двигаться по велосипедной дорожке или идти в один ряд по краю проезжей части навстречу движению транспортных средств.

Но! Если вы ведёте рядом с собой мотоцикл, мопед или велосипед, то необходимо следовать по ходу движения



Пешеход должен двигаться по тротуарам, пешеходным или велосипедным дорожкам, а при их отсутствии – по обочинам.



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

ИСПОЛЬЗУЙТЕ СВЕТОВОЗВРАЩАЮЩИЕ ЭЛЕМЕНТЫ



На одежде



На детских колясках



На сумках и рюкзаках



Федеральная целевая программа
«Повышение безопасности дорожного движения в 2013-2020 годах»



БЕЗДТП РФ

ПАМЯТКА ПО ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ



Пользуйся только исправными электроприборами!
Не оставляй их включенными без присмотра!



Не дотрагивайся до проводов и электроприборов мокрыми руками!



Не играй с розетками!



Уходя из дома, гаси свет и отключай электроприборы!

ТЕЛЕФОН
ПОЖАРНОЙ
СЛУЖБЫ

01

ЭКСТРЕННЫЙ ВЫЗОВ
СПЕЦИАЛЬНЫХ СЛУЖБ
С МОБИЛЬНОГО ТЕЛЕФОНА

112

ЕДИНЫЙ ТЕЛЕФОН
СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ

911



Не играй с огнем (спичками, зажигалками, свечами)!



Не пользуйся без взрослых горючими жидкостями (ацетоном, растворителем, бензином, керосином)!



Не оставляй включенную плиту без присмотра.
Не включай её без необходимости!



Не пользуйся без взрослых хлопушками, фейерверками, петардами, бенгальскими огнями!

ДЕТЯМ О ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ



От огня и дыма
Спрятаться нельзя.
Убегать из дома
Нужно вам, друзья!



Неисправную гирлянду
Лучше не включать,
Чтоб пожарных и врачей
В дом не вызывать!



Если все приборы разом
Ты в одну розетку включишь,
То пожар проводки сразу
В этой комнате получишь!



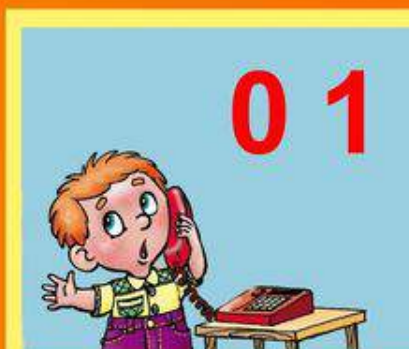
Свечи ёлку украшают,
Красоту ей придают,
Но пожаром угрожают
И беду вам принесут!



Спицы в розетку засунул едва -
Искры и пламя до потолка.
То, что ты еще живой, -
Повезло тебе, «герой»!



Если спички в руки взял,
Сразу ты опасным стал -
Ведь огонь, что в них живет,
Много бед всем принесет!



Пусть знает каждый гражданин
Пожарный номер - 01

Помоги своему ребенку сделать правильный выбор!



Первое и самое главное: разговаривать с ребенком о наркотиках необходимо! Задача каждого разумного родителя - донести до ребенка правильную информацию о наркотиках, чтобы сформировать у него соответствующее к ним отношение.

Как подготовиться к разговору о наркотиках?

Чтобы объяснить этот вопрос ребенку, взрослый сам должен разбираться в теме. Какая наркоситуация в регионе (в городе, районе), к каким последствиям это приводит (медицинские, социальные, правовые), что сейчас «на слуху» у молодежи. При разговоре с ребенком нельзя перечислять виды наркотиков и рассказывать эффект от употребления, необходимо сделать акцент на последствия употребления и распространения наркотиков.

С какого возраста говорить с ребенком о наркотиках?

С детьми 12 лет говорить о наркотиках немного проще, потому что какая-то информация у них уже есть. Например, дети могли видеть сюжет о наркотиках по телевизору, в интернете, или прочитать о них в какой-нибудь книге или газете.

Как начать разговор о наркотиках?

Постарайтесь выделить время для общения с ребенком.

- ✓ Начать разговор можно с совместного просмотра видеофильма по данной проблеме («Секреты манипуляции. Наркотики», размещенного на сайте [Общее – дело.рф](http://Общее-дело.рф) или просто в сети «Интернет», найти например фильм «Меня это не касается»).





Памятка ШКОЛЬНИКУ



Пожар может возникнуть в любом месте и в любое время.

К нему надо быть всегда подготовленным!

1. Главное, что нужно запомнить: спички, зажигалки служат для хозяйственных дел, но никак не для игр! Даже малейшая искра может привести к большой беде!

2. Если пожар случился в твоей квартире - убегай подальше! В рискованных ситуациях не теряй силы и время на спасение имущества, любым способом спасай себя и своих близких.

3. Не забудь закрыть за собой дверь. Твердо знай, что из дома есть два спасательных выхода: если нельзя выйти в дверь, зови на помощь с балкона или окна.

4. Ни в коем случае не прячься во время пожара под кроватью или в шкафу - пожарным будет трудно тебя найти.

5. Ни за что не возвращайся в горящее здание.

6. Если сможешь, звони по телефону - **112**, сообщи - свое имя, фамилию, точный адрес, что горит, кратчайшие подъездные пути.

7. Если на тебе загорелась одежда, остановись, падай на землю и катайся по ней, пока не собьешь пламя.

8. Соблюдай правила безопасности при использовании электрических приборов!

9. Уходя из дома обязательно выключай электроприборы!

Помни!

Соблюдая правила пожарной безопасности, ты сохраняешь свое здоровье и имущество!



112



РЕМНИ БЕЗОПАСНОСТИ

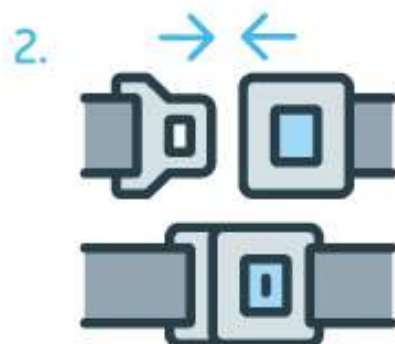
Правила созданы, чтобы их соблюдать.
Водитель обязан быть пристегнутым и не перевозить пассажиров, не пристегнутых ремнями.

ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ:
П. 2.1.2. При движении на транспортном средстве, оборудованном ремнями безопасности, водитель обязан быть пристегнутым и не перевозить пассажиров, не пристегнутых ремнями.

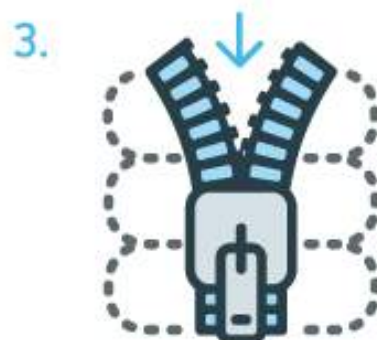
Действия водителя и пассажира с ремнями безопасности



Отрегулируйте ремень безопасности по высоте. Ремень должен располагаться четко посередине плеча — так он не позволит выскользнуть и не задушит.



Проверьте исправность замка. Для этого застегните ремень, проверьте, что держит, расстегните и снова застегните.



Расположите ремень безопасности близко к телу. Если на вас теплая одежда, ее лучше расстегнуть. Если есть острые предметы в карманах — их желательно убрать.

На небольших скоростях люди получают больше травм



70% пострадавших в ДТП, не пристегнутых ремнями безопасности, двигались со скоростью менее 50 км/ч.

Ремни безопасности снижают риск гибели людей

При боковом столкновении

в 1,8 раза

При фронтальном столкновении

в 2,5 раза

При опрокидывании

в 5 раз

#ПО_ПРАВИЛАМ



БЕЗДТП РФ

РОДИТЕЛИ, ДВИГАЙТЕСЬ #НАВСТРЕЧУБЕЗОПАСНОСТИ!

1



ИСПОЛЬЗУЙТЕ РЕМНИ БЕЗОПАСНОСТИ

Проверьте, что все пассажиры в автомобиле пристегнуты, а дети зафиксированы в детских удерживающих устройствах (ДУУ).

Пристегнитесь сами.

2



ВЫБИРАЙТЕ И УСТАНОВЛИВАЙТЕ ПРАВИЛЬНО

Выбирайте ДУУ, обладающее сертификатом ECE R44/04.

Обратите внимание на качество ДУУ. Ремни устройства должны иметь мягкую защиту.

Существует три способа крепления – штатными ремнями безопасности, системами крепления Isofix или Latch.

3



ОБЕСПЕЧЬТЕ РЕБЁНКУ КОМФОРТ

Выбирайте удобную одежду, в которой не будет жарко или холодно.

Закрепляйте ремни так, чтобы они не доставляли ребёнку дискомфорта.

Обезопасьте ребёнка от предметов, которые могут травмировать его во время движения.

ВЫБИРАЙТЕ АВТОКРЕСЛО С УЧЕТОМ ВЕСА РЕБЁНКА И РЕКОМЕНДАЦИЙ ECE R44/04:



ГРУППА 0
до 10 кг



ГРУППА 0+
до 13 кг



ГРУППА I
9-18 кг



ГРУППА II
15-25 кг



ГРУППА III
22-36 кг



Федеральная целевая программа
«Повышение безопасности дорожного
движения в 2013-2020 годах»



БЕЗДТП РФ

ПАМЯТКА

родителям по профилактике экстремизма

Основной «группой риска» для пропаганды экстремистов является молодежь, как наиболее чуткая социальная прослойка.

Несколько простых правил помогут существенно снизить риск попадания вашего ребенка под влияние пропаганды экстремистов:

- Общайтесь с ребенком. Подростку трудно разобраться в хитросплетениях мирового социума, и экстремистские группы зачастую пользуются этим, трактуя определенные события в пользу своей идеологии.
- Обеспечьте досуг ребенка. Спортивные секции, кружки по интересам, общественные организации, военно-патриотические клубы дадут возможность для самореализации и самовыражения подростка.
- Контролируйте информацию, которую получает ребенок. Обращайте внимание, какие передачи смотрит, какие книги читает, на каких сайтах бывает.

Основные признаки того, что молодой человек или девушка начинают подпадать под влияние экстремистской идеологии:

- его/ее манера поведения становится значительно более резкой и грубой, прогрессирует ненормативная либо жаргонная лексика;
- резко изменяется стиль одежды и внешнего вида, соответствуя правилам определенной субкультуры;
- на компьютере оказывается много сохраненных ссылок или файлов с текстами, роликами или изображениями экстремистско-политического или социально-экстремального содержания;
- в доме появляется непонятная и нетипичная символика или атрибутика (как вариант - нацистская символика), предметы, которые могут быть использованы как оружие;
- подросток проводит много времени за компьютером в целях самообразования по вопросам, не относящимся к школьному обучению, художественной литературе, фильмам, компьютерным играм;
- резко увеличивается число разговоров на политические и социальные темы, в ходе которых высказываются крайние суждения с признаками нетерпимости;
- псевдонимы в Интернете, пароли и т.п. носят экстремально-политический характер.

Если вы подозреваете, что ваш ребенок попал под влияние экстремистской организации, не паникуйте, но действуйте быстро и решительно:

1. Не осуждайте категорически увлечение подростка, идеологию группы - такая манера точно натолкнется на протест. Попробуйте выяснить причину экстремистского настроения, аккуратно обсудите, зачем ему это нужно.
2. Начните «контрпропаганду». Основой «контрпропаганды» должен стать тезис, что человек сможет гораздо больше сделать для переустройства мира, если он будет учиться дальше и как можно лучше, став, таким образом, профессионалом и авторитетом в обществе, за которым пойдут и к которому прислушаются. Приводите больше примеров из истории и личной жизни о событиях, когда люди разных национальностей и рас вместе добивались определенных целей. Обязательным условием такого общения должны быть мягкость и ненавязчивость.
3. Ограничьте общение подростка со знакомыми, оказывающими на него негативное влияние, попытайтесь изолировать от лидера группы.

**СЕЛФИ**

на железнодорожных путях – плохая идея, если тебе дорога жизнь!

Подросток из Рязанской области хотел сфотографировать себя на путях железной дороги и зацепился за линию электропередачи. От удара током он упал с моста, скончался в больнице.

**СЕЛФИ**

с оружием убивает!

21-летняя москвичка случайно выстрелила себе в голову из травматического пистолета, пытаясь сделать эффектное селфи.

**СЕЛФИ**

под напряжением?
Не стоит напрягаться!

Девятиклассник из Подмосквья погиб, делая селфи. Он ухватился за оголенные провода, находившиеся под напряжением.

СЕЛФИ на воде – трудно удержать равновесие!

**СЕЛФИ**

на крыше здания – высоко падать!

**СЕЛФИ**

выбери свой путь!
Соверши безопасный подъем!

**СЕЛФИ**

с животными не всегда мило!

**СЕЛФИ**

на вагонах поездов – бьет током!



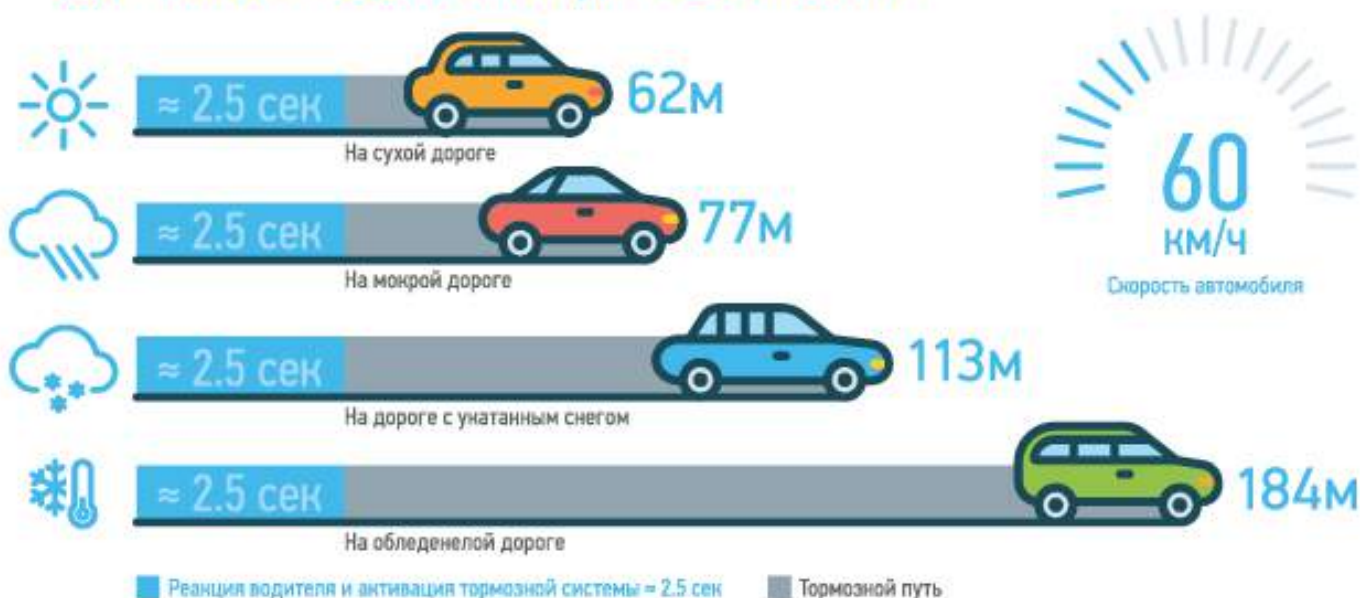
СКОРОСТЬ

Правила созданы, чтобы их соблюдать.
Скорость должна быть такой, чтобы избежать опасной ситуации на дороге.

ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ:

П. 10.1. Водитель должен вести транспортное средство со скоростью, не превышающей установленного ограничения, учитывая при этом интенсивность движения, особенности и состояние транспортного средства и груза, дорожные и метеорологические условия, в частности, видимость в направлении движения. Скорость должна обеспечивать водителю возможность постоянного контроля за движением транспортного средства для выполнения требований Правил. При возникновении опасности для движения, которую водитель в состоянии обнаружить, он должен принять возможные меры к снижению скорости вплоть до остановки транспортного средства.

Длина остановочного пути автомобиля



Вероятность ДТП с пешеходом

100%

В городских условиях превышение скорости на 10-20 км/ч от установленного скоростного режима приводит к почти 100% вероятности трагического исхода в ДТП с пешеходом.

Статистика ДТП из-за превышения установленной скорости движения в 2014 году

Общее количество ДТП

8532

Погибло

2094

Ранено

11206

#ПО_ПРАВИЛАМ



БЕЗДТП РФ

СНИМИ НАУШНИКИ,



**ПРИБЛИЖАЯСЬ К
ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНЫМ ПУТЯМ!**

**Лучше на минуту
расстаться с музыкой,
чем навсегда — с жизнью.**



СНИФФИНГ

СНИФФИНГ – новый популярный среди молодежи вид токсикомании, при котором состояние токсического опьянения достигается в результате вдыхания газов, используемых в бытовых приборах – зажигалках, туристических баллонах и др.

Чем опасен Сниффинг?

Газ, минуя желудочно-кишечный тракт и печень, где мог бы частично нейтрализоваться, сразу попадает через легкие в кровь и поступают в головной мозг, вытесняя из него кислород. Вследствие кислородного голодания появляются необычные ощущения и галлюцинации, что, собственно, и забавляет подростков. Такой вид токсикомании вызывает привыкание.

Постоянное кислородное голодание приводит к постепенному снижению интеллекта, ухудшению памяти. Вдыхание этой смеси может повлечь за собой более тяжелые и необратимые последствия:

- паралич дыхательного центра в головном мозге;
- удушье;
- токсический отек мозга;
- отек легких;
- аритмию, остановку сердечной деятельности.

Все эти последствия часто приводят летальному исходу.



Твоя жизнь в твоих руках. Сделай правильный выбор!



Вымогательство, то есть требование передачи чужого имущества или права на имущество или совершения других действий имущественного характера под угрозой применения насилия либо уничтожения или повреждения чужого имущества, а равно под угрозой распространения сведений, позорящих потерпевшего или его близких, либо иных сведений, которые могут причинить существенный вред правам или законным интересам потерпевшего или его близких, - наказывается ограничением свободы на срок до четырех лет, либо принудительными работами на срок до четырех лет с ограничением свободы на срок до двух лет или без такового, либо арестом на срок до шести месяцев, либо лишением свободы на срок до четырех лет со штрафом в размере до восьмидесяти тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до шести месяцев либо без такового. (УК РФ, Статья 163)



Незаконное производство, сбыт или пересылка наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов, а также незаконные сбыт или пересылка растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, либо их частей, содержащих наркотические средства или психотропные вещества, - наказываются лишением свободы на срок от четырех до восьми лет с ограничением свободы на срок до одного года либо без такового. (УК РФ, Статья 228.1.)

Кража, то есть тайное хищение чужого имущества, - наказывается штрафом в размере до восьмидесяти тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до шести месяцев, либо обязательными работами на срок до трехсот шестидесяти часов, либо исправительными работами на срок до одного года, либо ограничением свободы на срок до двух лет, либо принудительными работами на срок до двух лет, либо арестом на срок до четырех месяцев, либо лишением свободы на срок до двух лет. (УК РФ, Статья 158)



Хулиганство, то есть грубое нарушение общественного порядка, выражающее явное неуважение к обществу, совершенное:

- с применением оружия или предметов, используемых в качестве оружия;
- по мотивам политической, идеологической, расовой, национальной или религиозной ненависти или вражды либо по мотивам ненависти или вражды в отношении какой-либо социальной группы, - наказывается штрафом в размере от трехсот тысяч до пятисот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период от двух до трех лет, либо обязательными работами на срок до четырехсот восьмидесяти часов, либо исправительными работами на срок от одного года до двух лет, либо принудительными работами на срок до пяти лет, либо лишением свободы на тот же срок. (УК РФ, Статья 213)





Психологическая помощь
бесплатно • анонимно • круглосуточно

8-800-2000-122

Правила безопасности в сети Интернет

Не рассказывать о себе и друзьях незнакомым людям в сети Интернет



Не встречаться со знакомыми из сети Интернет без предупреждения родителей



При регистрации придумать сложный логин и пароль, не говорить их никому



Не отправлять смс для получения доступа к информации без ведома взрослых



Психологическая помощь
бесплатно • анонимно • круглосуточно

8-800-2000-122

Правила безопасности в сети Интернет

Не рассказывать о себе и друзьях незнакомым людям в сети Интернет



Не встречаться со знакомыми из сети Интернет без предупреждения родителей



При регистрации придумать сложный логин и пароль, не говорить их никому



Не отправлять смс для получения доступа к информации без ведома взрослых





8-800-2000-1222



**ТЕЛЕФОН
ДОВЕРИЯ**

ДЛЯ ДЕТЕЙ, ПОДРОСТКОВ
И ИХ РОДИТЕЛЕЙ

Психологическая помощь

бесплатно • анонимно • круглосуточно

8-800-2000-1222

Детский телефон доверия

Вы можете поговорить:

- ✓ об отношениях с родителями и учителями
- ✓ О дружбе и первой любви
- ✓ О своей жизни и проблемах
- ✓ О жестоком обращении с тобой или сверстниками

8 800 2000 122

Бесплатно, анонимно, круглосуточно



ТКДН и ЗТТ г. Кушвы

ТЕРРОРИЗМ УГРОЗА ОБЩЕСТВУ

Предупреждение террористических актов.

БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ К ТОМУ, ЧТО ПРОИСХОДИТ ВОКРУГ ВАШЕГО ДОМА, УЧРЕЖДЕНИЯ! БДИТЕЛЬНОСТЬ ДОЛЖНА БЫТЬ ПОСТОЯННОЙ И АКТИВНОЙ!

**ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА МЕСТА ВЕРОЯТНОЙ УСТАНОВКИ
ВЗРЫВНЫХ УСТРОЙСТВ:**



ПОДЗЕМНЫЕ ПЕРЕХОДЫ (ТОННЕЛИ)
ВОКЗАЛЫ, РЫНКИ, СТАДИОНЫ
ДИСКОТЕКИ, МАГАЗИНЫ
ТРАНСПОРТНЫЕ СРЕДСТВА
ОБЪЕКТЫ ЖИЗНЕОБЕСПЕЧЕНИЯ
УЧЕБНЫЕ ЗАВЕДЕНИЯ
БОЛЬНИЦЫ, ПОЛИКЛИНИКИ
ДЕТСКИЕ УЧРЕЖДЕНИЯ
ПОДВАЛЫ
КОНТЕЙНЕРЫ ДЛЯ МУСОРА
УРНЫ



СОВЕРШАЯ ПОЕЗДКИ НА ОБЩЕСТВЕННОМ ТРАНСПОРТЕ, ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА ОСТАВЛЕННЫЕ СУМКИ, СВЕРТКИ, ПОРТФЕЛИ, ИГРУШКИ И ДРУГИЕ БЕСХОЗНЫЕ ПРЕДМЕТЫ, В КОТОРЫХ МОГУТ НАХОДИТЬСЯ ВЗРЫВНЫЕ УСТРОЙСТВА!

ПРИЗНАКИ САМОДЕЛЬНОГО ВЗРЫВНОГО УСТРОЙСТВА:



провода



звук часового механизма



батарейки



изолента

НЕ ВСКРЫВАЙТЕ ПОДОЗРИТЕЛЬНЫХ ПИСЕМ, БЕЗ МАРОК И ШТЕМПЕЛЯ, С НЕТОЧНО УКАЗАННЫМ АДРЕСОМ, ПРИ НЕСООТВЕТСТВИИ АДРЕСА, ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ НА ОЩУПЬ ПОРОШКА ИЛИ ПРОВОДОВ!



РАЗЪЯСНИТЕ ДЕТЯМ, ЧТО ЛЮБОЙ ПРЕДМЕТ, НАЙДЕННЫЙ НА УЛИЦЕ ИЛИ В ПОДЪЕЗДЕ, МОЖЕТ ПРЕДСТАВЛЯТЬ ОПАСНОСТЬ ДЛЯ ЖИЗНИ. НЕ ТРОГАЙТЕ, НЕ ПЕРЕДВИГАЙТЕ И НЕ ВСКРЫВАЙТЕ БЕСХОЗНЫЕ ПРЕДМЕТЫ!



НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ВЕЛИЗИ БЕСХОЗНОГО ПРЕДМЕТА МОБИЛЬНЫМ ТЕЛЕФОНОМ ИЛИ РАЦИЕЙ. ЭТО МОЖЕТ ПРИВЕСТИ К СРАБАТЫВАНИЮ РАДИОУПРАВЛЯЕМОГО ВЗРЫВНОГО УСТРОЙСТВА!



ПАМЯТКА УЧАЩИМСЯ ШКОЛЫ



**В ЦЕЛЯХ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ
ТЕРРОРИСТИЧЕСКИХ АКТОВ
УЧАЩИМСЯ РЕКОМЕНДУЕТСЯ СОБЛЮДАТЬ
СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА**

- 1. НЕ ТРОГАЙ НЕИЗВЕСТНЫЕ ТЕБЕ ПРЕДМЕТЫ**
- 2. ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ НЕИЗВЕСТНЫХ ПРЕДМЕТОВ, ПОДОЗРИТЕЛЬНЫХ ВЕЩЕЙ НЕМЕДЛЕННО СООБЩИ ЛЮБОМУ ВЗРОСЛОМУ СОТРУДНИКУ ШКОЛЫ ИЛИ ВЗРОСЛОМУ ЧЕЛОВЕКУ.**
- 3. НЕ ВЫПОЛНЯЙ ПРОСЬБЫ НЕЗНАКОМЫХ ЛИЦ.**
- 4. НЕ ПРИНИМАЙ ПОДАРКОВ ОТ НЕЗНАКОМЫХ ЛЮДЕЙ.**
- 5. НЕ СОГЛАШАЙСЯ ПЕРЕДАТЬ КАКИЕ ЛИБО ВЕЩИ ДРУГОМУ ЧЕЛОВЕКУ ОТ НЕЗНАКОМЫХ ЛИЦ.**
- 6. НЕ САДИСЬ В МАШИНУ, ЛИФТ С НЕЗНАКОМЫМИ ЛЮДЬМИ.**
- 7. НЕ СООБЩАЙ О СЕБЕ, СВОИХ РОДСТВЕННИКАХ НИКАКИХ СВЕДЕНИЙ НЕЗНАКОМЫМ ЛИЦАМ, В ТОМ ЧИСЛЕ ПО ТЕЛЕФОНУ.**



КАК ПОНЯТЬ, ЧТО МАТЕРИАЛ ЭКСТРЕМИСТСКИЙ?

МАТЕРИАЛ, НА КОТОРЫЙ ТЫ НАТКНУЛСЯ В СЕТИ:



1

содержит публичное оправдание терроризма и иной террористической деятельности



2



призывает к социальной, расовой, национальной или религиозной розни (важно, что «рознь» – гораздо более широкое понятие, чем ненависть или вражда)

3

пропагандирует исключительность, превосходство либо неполноценность человека по признаку его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности или отношения к религии



4



пропагандирует или публично демонстрирует нацистскую атрибутику или символику либо атрибутику или символику, сходные с нацистской атрибутикой или символикой до степени смешения, либо публично демонстрирует атрибутику или символику экстремистских организаций

СОМНЕВАЕШЬСЯ? СВЕРЬСЯ С ФЕДЕРАЛЬНЫМИ СПИСКАМИ:

1. Федеральный список экстремистских материалов
2. Список экстремистских и террористических организаций
3. Единый федеральный список организаций, в том числе иностранных и международных организаций, признанных в соответствии с законодательством РФ террористическими

УБЕДИЛСЯ? ЗАПОЛНИ ФОРМУ "СООБЩИТЬ О ПРОТИВОПРАВНОМ КОНТЕНТЕ" [NCPTI.RU/ILLEGAL_CONTENT/](https://ncpti.ru/illegal_content/)



Экстренная личная профилактика коронавирусной инфекции

препарат	дозировка	кратность приёма в день	длительность приёма
Нобазит или Иодантипирин	250 мг	1 таб. 2 раза в день	5 дней
Витамин С	100 мг	2 таб. 2 раза в день	5 дней
Обильное питьё	500 мг	2 раза в день	5 дней
	200 мл	не реже 8 раз в сутки	постоянно
При повышении температуры тела более 37,5			
Витамин Д3	1000-2000ед.	1 раз в сутки	7 дней
Азитромицин	500 мг	в первый день – 1 раз в день затем 250 мг 1 раз в день 4 дня	5 дней
Максилак		2-3 капс. в день	не менее 10 дней

ЭЛЕКТРОННЫЕ СИГАРЕТЫ

Мифы и правда

Производители электронных сигарет позиционируют свою продукцию как способ «безопасного» курения и даже как способ отказа от курения и лечения табачной зависимости. Так ли это?



МИФ 1: электронные сигареты безвредны и их можно курить вместо обычных сигарет

Безопасны?

- Электронные сигареты не безопасны – их аэрозоли содержат высокотоксичный никотин и другие химические токсины и канцерогены (карболовые соединения, тяжёлые металлы)
- Состав жидкостей для электронных сигарет не регулируется никакими стандартами. Заявленное на упаковке содержание никотина и других химических веществ часто не совпадает с фактическим составом жидкости.
- Содержащийся в жидкости для заправки электронных сигарет сульфат никотина – мощный нейротоксин, который при попадании в организм через кожу или желудок способен вызвать тяжёлые отравления вплоть до смертельного исхода.

МИФ 2: они безвредны для окружения, их можно курить там, где курить нельзя

Безвредны?

- Пары, выпускаемые электронными сигаретами, не безвредны для окружающих. Содержание высокотоксичных химических веществ и никотина в парах электронных сигарет делает их очень опасными для окружающих.
- Курить электронные сигареты в местах, запрещённых для курения, нельзя, так как потребление всего, что имитирует курение, в общественных местах запрещено Федеральным законом № 15-ФЗ «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

МИФ 3: они помогают бросить курить

- Нет никаких фактов, доказывающих эффективность применения электронных сигарет как средства лечения табачной зависимости. Напротив, серьёзные международные исследования показывают, что применение электронных сигарет не помогает курильщикам отказаться от табака.

Кому это выгодно?

Если не запретить электронные сигареты, то они могут вернуть былую моду на курение. Многие табачные компании сами заняты производством электронных сигарет. Они знают: пока будут разрешены электронные сигареты, и пока новые курильщики будут их пробовать, никогда не иссякнут ряды потребителей табачной продукции.

БЕРЕГИТЕ ДЕТЕЙ!

Доказано, что треть подростков, попробовавших электронные сигареты, никогда не курили. Попробовав электронные сигареты из любопытства, они быстро становятся постоянными потребителями электронных сигарет и традиционных табачных изделий – «двойными» курильщиками.

ПОМНИТЕ!

- Электронные сигареты сами вызывают и поддерживают никотиновую зависимость, порой большую, чем табачные изделия
- Потребители электронных сигарет наносят непоправимый вред своему здоровью
- Потребление электронных сигарет сводит к нулю все шансы курильщика полностью отказаться от курения

ПАМЯТКА ЮНОГО ПЕШЕХОДА

Дорогой друг! Помни, что дорога не прощает беспечности! Нарушение правил дорожного движения ведет к трагедии. Недисциплинированные пешеходы подвергают опасности себя и других участников движения.



Переходи проезжую часть улицы только в установленных местах, обозначенных дорожным знаком «Пешеходный переход» и «Зебра»;



Стоя на тротуаре, посмотри налево, затем направо, убедись в отсутствии транспорта и начни переходить дорогу. Дойдя до середины проезжей части, снова посмотри налево.



Переходи дорогу быстрым шагом, но не бегом!



В неблагоприятную погоду (дождь, снег, гололед, туман) переходи дорогу внимательнее, обзор снижается из-за непогоды, так же тебе может мешать капюшон, поднятый воротник или зонт;



В местах, где движение регулируется светофором, строго следуй его сигналам!;



Услышав звук приближающейся сирены, не выходи на проезжую часть. Подожди пока проедет автомобиль оперативной службы. Помни, специальный транспорт движется на повышенной скорости;



Утренние и вечерние сумерки уменьшают видимость и замедляют реакцию водителя, никогда не рассчитывай на внимание водителя, надейся только на себя;

Соблюдение правил дорожного движения – залог твоей безопасности!



Фликер – световозвращающий элемент, который отражается в свете фар автомобиля и позволяет водителю увидеть пешехода. Носи фликер, будь заметен на дороге!

