 ***ВЕСТНИК* ШИРОКОЯРСКОГО**

**СЕЛЬСОВЕТА**

*Периодическое печатное издание органа местного самоуправления Широкоярского сельсовета*

*Мошковского района Новосибирской области*

***ВЫПУСК № 30 22 августа 2019 года***

***ИНФОРМАЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ ИЗ РОСРЕЕСТРА ПО НОВОСИБИРСКОЙ ОБЛАСТИ***

****

**Иногда лучше позвонить, чем написать**

В Управление Росреестра по Новосибирской области часто поступают запросы о разъяснении информации о размере государственной пошлины для регистрации права на недвижимое имущество и порядке ее оплаты, о пунктах приема документов и режиме их работы, о составе пакета документов и получении сведений из ЕГРН и другие. При этом, направляя обращения по электронной почте, заявители надеются на получение ответа в минимальные сроки, не зная, что в соответствии с законодательством электронное обращение рассматривается в течение 30 дней. И нередко к моменту получения ответа документы уже не только сданы, но уже и получены заявителем, а сам ответ для лица, обратившегося с вопросом в Управление Росреестра, уже не представляет никакого интереса.

Для избежания подобных ситуаций и получения гражданами оперативной информации, Росреестром создан Ведомственный центр телефонного обслуживания (ВЦТО) - 8 800 100 34 34.

Позвонив по указанному телефону, можно уточнить перечень документов, необходимых для получения государственных услуг Росреестра, записаться на прием к руководству Управления Росреестра, узнать порядок формирования заявок на электронные услуги Росреестра, адреса офисов и режим работы территориальных органов Росреестра и филиалов Федеральной кадастровой палаты, оставить жалобу, претензию или благодарность.

Если заявитель посчитает, что информации, полученной от оператора ВЦТО недостаточно, сотрудники ВЦТО сами сделают запрос в территориальный орган Росреестра или филиал Федеральной кадастровой палаты. Ответ на запрос направляется данными организациями в ВЦТО в течение двух рабочих дней, а затем в кратчайшие сроки доводится оператором до сведения заявителя по телефону или по электронной почте.

Исключение составляют жалобы. Срок их рассмотрения зависит от причины обращения и в соответствии с законодательством составляет от 5 рабочих до 30 календарных дней со дня регистрации.

Услуги ВЦТО с каждым годом становятся все более востребованными. Так, за 5 лет поступило более 2,5 тысяч обращений, почти половина из них поступила в 2019 году.

ВЦТО имеет мощности, технологии и опыт для работы в масштабах всей страны и гарантирует соблюдение высоких стандартов общения с заявителями.

Единый многоканальный номер ВЦТО: 8-800-100-34-34. Звонок бесплатный.

\*\*\*\*\*

**О самовольном занятии земельного участка**

Любые землепользователи должны использовать земельные участки в установленных границах и в соответствии с разрешенным использованием. Узнать наличие уточненных границ и разрешенное использование можно с помощью выписки из Единого государственного реестра недвижимости (платно) либо с помощью открытого сервиса «Публичная кадастровая карта» на официальном сайте Росреестра <https://pkk5.rosreestr.ru/> (бесплатно).

Установка забора не по границам участка, в том числе за пределами допустимой погрешности, произвольное занятие земель по собственной инициативе без оформления, и при отсутствии установленных законодательством прав, повлечет визит инспектора по охране и использованию земель, который в рамках проверки соблюдения обязательных требований земельного законодательства выдаст предписание, обязательное для исполнения и возбудит дело об административном правонарушении.

Штрафы за такое нарушение существенны и не могут быть меньше 5 тысяч рублей. За неисполнение предписаний также предусмотрена административная ответственность в гораздо большем размере. В случае неоднократного игнорирования предписаний государственного инспектора существует риск изъятия земельного участка.

Подобных нарушений достаточно много на территории Новосибирской области. Именно они зачастую порождают споры между соседями. При неустановленных в соответствии с законодательством границах (площадь земельного участка является декларированной, местоположение участка определяется ориентировочно) риск возникновения конфликта при установке забора сильно возрастает. Процедура межевания, внесения в Единый государственный реестр недвижимости сведений о характерных точках границ и установка забора строго по этой границе позволит избежать в дальнейшем претензий как со стороны соседей, так и со стороны надзорных органов.

***\*\*\*\*\****

**Проверить сведения о недвижимости поможет электронный сервис Росреестра**

Оперативно получить актуальную информацию из Единого государственного реестра недвижимости об объекте можно с помощью электронного сервиса «Справочная информация по объектам недвижимости в режиме online» на официальном сайте Росреестра [www.rosreestr.ru](https://rosreestr.ru/site/).

Данный инструмент позволяет любому лицу бесплатно получить общедоступные сведения о характеристиках объекта недвижимости, о наличии или отсутствии зарегистрированных прав на него, их ограничений и обременений (без указания информации о правообладателе и документах, на основании которых осуществлена государственная регистрация). Справочная информация предоставляется по любым объектам недвижимого имущества, расположенным на всей территории Российской Федерации.

Поиск информации можно осуществить по одному из критериев: кадастровому или условному номеру, адресу или номеру регистрации права.

Получение актуальных сведений о технических характеристиках объекта недвижимости с помощью указанного сервиса поможет правильно указать данные об объекте в доверенности, договоре, исковом заявлении, а также контролировать наличие или прекращение прав на объект недвижимости, их ограничений или обременений.

В целом указанный электронный сервис способствует прозрачности рынка недвижимости, повышению качества представляемых на регистрацию документов, и, как следствие, сокращению сроков оказания государственных услуг.

***Материал подготовлен Управлением Росреестра по Новосибирской области***

***Правила пользования природным газом в жилых домах***

Бытовой газ не только благо для человека, но и источник повышенной опасности. В быту используют два вида природного газа: магистральный, который поступает в дома по трубам, и сжиженный, продающийся в баллонах. **Утечка бытового газа** может вызвать отравление или привести к взрыву. Поэтому чтобы обеспечить себе **безопасность** и не подвергать себя и жизни окружающих вас людей смертельной угрозе, помните и соблюдайте **правила пользования газом и бытовыми газовыми приборами**.

***Общие правила пользования газом, газовыми приборами и оборудованием:***   
• допускайте к установке, ремонту и проверке **газового оборудования** только квалифицированных специалистов;

• не привязывайте к **газовым трубам, оборудованию и кранам** веревки и не сушите вещи;   
• снимая показания **счетчика газа бытового** нельзя подсвечивать циферблаты огнем;   
• не оставляйте без присмотра и на ночь работающие газовые приборы;   
• нельзя поворачивать ручку **крана газового** ключами или клещами, стучать по горелкам, кранам и счетчикам тяжелыми предметами;

• не пользуйтесь газифицированными печами и газовыми колонками со слабой тягой в дымоходе;   
• не допускайте детей к **газовому оборудованию**;

 • не пользуйтесь помещениями, в которых есть газовые приборы, для отдыха и сна;   
• придерживайтесь следующей последовательности включения в работу газовых приборов: сперва зажгите спичку, а после этого осуществите подачу газа;

• для большей **безопасности** следите, чтобы **бытовой природный газ** горел спокойно, без пропусков в пламени, которые приводят не только к накапливанию в помещении угарного газа, но и к порче горелочных приборов. Пламя должно быть фиолетово-голубого цвета, без желтоватого и оранжевого оттенка.

  Внушительная часть **взрывов бытового газа и пожаров** в жилых домах − следствие пренебрежения **безопасностью**, незнания элементарных **правил пользования газом** и халатность в обращении с баллонами сжиженного газа.

***Во избежание взрывов бытового газа и пожаров от пользования сжиженного газа помните следующие правила:***• храните баллон со сжиженным газом исключительно в вертикальном положении в проветриваемом помещении;

• запасные заправленные и пустые **газовые баллоны** нельзя хранить даже временно в жилом помещении, а также на проходах эвакуации в случае пожара;

• баллон с газом можно устанавливать в доме там, где поставлены соответствующие приборы, а также на улице. При этом в газифицированной комнате можно держать только один баллон до 55 литров или два не более 27 литров каждый. Внутри дома **газовый баллон** располагают в метре от плиты, не менее метра от отопительных батарей и не менее двух метров от печной дверцы;

• если **газовый баллон** неисправен, не ремонтируйте его самостоятельно, а сдайте в мастерскую;   
• перед заменой **газового баллона** убедитесь, что вентили полного и отработанного баллонов плотно закрыты. После замены для большей **безопасности** нанесите мыльный раствор на все соединения и убедитесь в их герметичности;

• не заменяйте **газовый баллон**, если в помещении есть пламя и включенные электрические приборы;   
•закончив работу с газом, не забывайте закрывать кран баллона.

***Пользуясь бытовыми газовыми плитами, придерживайтесь правил безопасности, приведенных выше и следующими советами:***

• перед началом пользования новой газовой плитой, внимательно ознакомьтесь с инструкцией изготовителя;   
• для соединения баллона с плитой используйте специальный резиновый шланг с маркировкой. Шланг должен быть зафиксирован при помощи **зажимов безопасности**. Его длина должна составлять не более одного метра. Не допускайте пережатия и растяжения газового шланга;   
• каждый раз перед началом эксплуатации духового шкафа проветривайте его, оставив дверцу на несколько минут открытой;

• пользуйтесь специальными кольцами для конфорок с высокими ребрами, нагревая на плите большую посуду с широким дном. Они увеличивают приток необходимого воздуха для горения и способствуют оттоку продуктов горения;

• не убирайте конфорки **газовой плиты** и не ставьте посуду прямо на горелку;   
•не оставляйте **газовую плиту** без присмотра;

• нельзя пользоваться электрическим розжигом плиты, если горелки сняты;   
• не заливайте рабочую поверхность плиты жидкостями;

 • уменьшайте пламя после закипания содержимого посуды. Этим вы предупредите заливание горелок продуктами питания, к тому же сократите бесполезный расход газа, чем сэкономите деньги;   
• содержите газовую плиту в чистоте. При ее загрязнении продуктами питания газ сгорает не целиком и с выделением угарного газа. Перед мероприятиями по уходу за газовой плитой, отключите ее от электросети. Горелки, их насадки и другие части плиты желательно не реже одного раза в месяц промывать мыльным или слабым содовым раствором;   
• не используйте плиту для обогрева комнаты;

 • не сушите одежду в духовке и над конфорками газовой плиты.

 ***Если вы почувствовали в помещении запах газа:***• при **утечке бытового газа** перекройте конфорки кухонной плиты и кран на трубе подачи газа;   
• если произошла **утечка бытового газа**, ни в коем случае не включайте свет и электроприборы, отсоедините телефон от розетки, не зажигайте свечи и спички, не выходите в другие помещения, где есть открытый огонь;   
• загазованное помещение необходимо проветрить и вызвать по телефону аварийную газовую службу.   
 Если после проветривания помещения все еще ощущается запах газа, возможно, что **утечка бытового газа** продолжается. Поэтому нужно вывести из дома людей, предупредить соседей и дожидаться приезда аварийной газовой службы на улице.   
 ***Первая помощь при отравлении бытовым газом:***• безотлагательно вынесите человека, у которого **отравление бытовым газом**, на свежий воздух;   
• если человек дышит нерегулярно или вообще не дышит, сделайте искусственное дыхание;   
• не разрешайте **отравившемуся газом** принимать пищу;   
• вызовите неотложку или доставьте его в медпункт.   
 В конце хотелось бы напомнить, что нарушение **правил пользования газом** может привести к взрыву бытового газа, что влечет за собой обрушение части или всего здания, пожарам, серьезным травмам и гибели людей.

**Безопасность** вас, ваших близких и соседей зависит от правильного и своевременного выполнения вами **правил пользования бытовым газом и газовыми приборами**.

***Профилактика вовлечения молодежи в***

***неформальные группы деструктивной направленности***

Под молодежной субкультурой сегодня понимается культура определенного молодого поколения, обладающего общностью стиля жизни, поведения, групповых норм, ценностей и стереотипов.

Российскую специфику субкультурных образований в молодежной среде определяютследующие факторы:

- социальная и экономическая неустойчивость российского общества и обнищание основной части населения;

- особенности социальной мобильности в российском обществе. Молодежь получила возможность достигать престижное социальное положение в очень короткие сроки;

-потеря тех нормативно-ценностных оснований, которые необходимы для поддержания социальной солидарности и обеспечения приемлемой социальной идентичности. На этом фоне широчайшее распространение приобретает преступность среди российской молодежи.

Выделим три направления молодежной контркультуры:

1. **Анархо-нигилистические** (экстремистские субкультуры “левого” и “правого” толка), которые можно также назвать радикально-деструктивными. К ним относятся:

**Панки** (от англ. Punk – отбросы, гнилье, что-то ненужное). Стандартной панковской прической считается “ирокез” – полоска длинных вертикально стоящих волос на стриженной голове, но распространены также бритые полголовы с длинными волосами и даже просто выбритые виски при длинных волосах. Панки предпочитают рваную, грязную одежду. Часто можно видеть панка в джинсах, где полоски ткани чередуются с дырами, закрепленными булавками и цепочками (вообще любовь Панков к английским булавкам чрезвычайно велика, они вставляют повсюду – в куртки, майки, джинсы и даже в уши). Из обуви панки носят в основном высокие армейские ботинки.

Основоположником панк-культуры считается английская группа “Sexpistols”. Кроме нее в почёте “Ramones” и “DeadKenedies”. Идеология панков довольно близка к хипповской во всем, что касается пренебрежения материальными ценностями, однако, если идею хиппи выразить как “зачем деньги, мир и так бесконечно прекрасен”, то у Панков скорее это “мир все равно плох, и ничего ему не поможет”. В отличие от хиппи панки довольно агрессивны, по политическим пристрастиям считаются анархистами.

**Скинхеды** – (от англ. Skinhead – бритоголовый, букв. Кожа-голова). Слушают стиль “ой”, чрезвычайно близкий к хардроку (жесткому панку). Внешний вид: прежде всего начисто выбритая голова. Стандартной одеждой являются высокие армейские ботинки, камуфляжные штаны или высоко закатанные джинсы с подтяжками и другая куртка (“бомбер”).

Идеология: практически все российские скины исповедуют крайне агрессивный национализм и расизм. Идеальным режимом – немецкий национал-социализм. На западе существуют “шарпы”, “шарп-скинз” (от англ. Sharp – острый, резкий), выступающие под лозунгом “скины против расовых предрассудков” и являющие крайне левой, прокоммунистической эксперемистской организацией, также “гей-скинз” (от англ. Gay – гомосексуалист), хотя обычные скины ненавидят сексуальные меньшинства еще больше, чем расовые. Частым развлечением скинов являются драки с афроамериканцами в окрестностях Университета Дружбы Народов имени Патриса Лумумбы, а также избиение представителей других национальных и расовых меньшинств,

где бы те ни встретились. Кроме того, большинство скинов, особенно молодые (“пионеры”), – фанаты какого-либо футбольного (хоккейного) клуба. Они объединены в группировки и часто матчи любимой команды, где устраивают драки с фанатами других клубов.

**Металлисты** – поклонники металла. По их мнению, существуют как минимум три основных направления “металла” (на самом деле гораздо больше): трэш, дум и дэд (от англ. thrash – бить, doom рок, судьба и dead – мертвец соответственно) и, следовательно, трэшеры, думеры и дэд-металлисты. Внешний вид: фактически такой же, как у байкеров. Из всех цветов предпочтение отдается черному. Для металлистов конца 80-х – начала 90-х характерно наличие в одежде большого количества металлических заклепок и цепей. Идеология: из всех движений металлисты наименее идеологичны. В чем-то они близки к панкам, но без презрения к материальным ценностям.

**Гопники** – неконтролируемое организованной преступностью или контролируемое в меньшей степени сообщество. Они быстро проявили себя как “культурные враги” большинства молодежных субкультур: байкеров, рейверов, роллеров и т.д. Любой подросток, не только принадлежащий к иной субкультуре, может быть избит, подвернут сексуальному насилию, ограблен. Противостояние молодежных банд также не ушло в историю, но переместилось на периферию.

**Футбольные фанаты** – Близкую к криминальным субкультурам группу составляют фанаты (фаны) футбольных команд. Футбольные фанаты – сложное по организации сообщество. Среди фанатов московского “Спартака” выделяются, в частности, такие группы, как “Ред-уайтхулиганс”, “Гладиаторы”, “Восточный фронт”, “Северный фронт” и др. Группировка, удерживающая контроль над всем сообществом, – “правые”. В нее входят в основном молодые люди, отслужившие в армии. “Правые” выезжают на все матчи команды, их основная функция – заводить стадион, организовывать реакцию болельщиков (“волну” и т.д.), но также и командовать “военными действиями” – битвами с болельщиками враждебных команд и милицией. Выезды в другие города очень часто связаны с драками – нередко уже на вокзальной площади. В целом хулиганствующая масса молодых людей хорошо управляема вожаками (предводителями) из “Правых”.

**Хакеры** – этим термином называют всех сетевых взломщиков, создателей компьютерных вирусов и других компьютерных преступников, таких как кардеры (используют чужую кредитную карту), крэкеры( взлом системы защит (в частности защиты программного обеспечения, создание крэков), скрипт-кидди (используют всё готовое, самые распространённые уязвимости, доступные эксплойты, сам не умеет найти уязвимость или написать эксплойт (фрагмент программного кода, который, использует возможности, предоставляемые ошибкой). Злостные взломщики согласно международным законам по борьбе с киберпреступностью подлежат экстрадиции подобно военным преступникам.

**Сатанисты** – истоки этого течения лежат в 1950-х годах, когда Ла Вей основал сообщество, практиковавших совокупность магии (как психодрамы) и гедонистической эгоистической философии. Сам ЛаВей признавал, что на формирование его мировоззрения повлияли произведения Фридриха Ницше, Рагнара Рыжебородого, Николо Макиавелли, Джека Лондона, биографии таких известных личностей, как Василий Захарофф, граф Калиостро и Григорий Распутин. В 1966 году ЛаВей основывает Церковь Сатаны, а три года спустяпубликует “Сатанинскую библию”, в которой описываются основы сатанинского мировоззрения – отказ от поклонения чему-либо или кому-либо (иными словами сатанизм не есть “культ зла”); необходимость личного развития (сатанизм позиционируется как мировоззрение самостоятельных индивидов – способных совершать осознанный выбор); отход от догм христианской или иной традиционной морали.

**2. Романтико-эскапистские субкультуры** – отличаются определенным мировоззрением и образом жизни, предполагают собой раскрепощение сферы бессознательного, в том числе и с помощью наркотиков; нарушение общественных приличий.

**Хиппи** – идеология – человек должен быть свободен, прежде всего, внутренне. Свободен человек и в любви, способствующей единению людей. Проповедуют пацифизм: призывают не отвечать на насилие насилием, выступают против службы в армии. Верят в высшую реальность, существующую наряду с обыденной, в которой мы все живем. Выйти к ней можно через изменение сознания посредством искусства. Отсюда интерес к религии, творческой деятельности. Стремление к естественности выражается в желании не изменять того, что происходит само собой (например, не стричь волос), не производить активных, целенаправленных действий, бездействовать, быть непритязательным в быту, уметь переносить невзгоды и лишения. Хиппи – романтики, любят все яркое, оригинальное, творческое. Хотят быть независимыми от общественных условностей, свободными личностями. Для раскрепощения своего сознания и ощущения свободы в среде хиппи распространено курение гашиша, употребление ЛСД. Увлекаются философией Востока. Из музыкальных течений предпочитают мягкий рок.

**Индеанисты** – они изучают культуры индейцев, преимущественно североамериканских, стремясь к точному воспроизведению их обычаев и обрядов. Нечто среднее между клубом американских индейцев и религиозно-мистическим движением. При всей “этнографической” атрибутике индеанистской субкультуры ценности ее: коллективизм (общинность), экологизм, космизм, – перекликаются с традиционными российскими ценностями. В 70 – начале 80 гг. Казань была одним из центров зарождавшихся индеанистского движения и индеанистской субкультуры. Позже инициатива перешла к более многочисленным и энергичным группам индеанистов Ленинграда и Москвы. Пик индеанистского движения приходится на 1985-90 гг. Они не замкнуты, но контакты с представителями других молодежных субкультур индеанистов интересуют мало.

**Толкиенисты и вообще ролевики** (любители ролевых игр) изначально были частью субкультуры хиппи, но в последнее время их движение настолько разрослось, что в свои ряды они начали включать многих не-хиппи. Толкиенисты – поклонники известного английского филолога и писателя Джона Рональда РуэлаТолкиена, (на сленге толкиенистов – Профессор). Книги Дж. Р.Р. Толкиена “Властелин колец”, “Сильмарион” и другие относятся к жанру fantasy – сказочной фантастики. Толкиен создал в своих произведениях волшебный мир Средиземье, населенный чудесными существами, одной из которых были заимствованы им из фольклора различных народов мира (эльфы, тролли, гномы и т.д.), другие – выдуманы писателем (например, хоббиты, гибрид человека и кролика), каждый со своей историей, географией и даже зачатками своего языка (скажем, эльфийского). Толкиенисты вживаются в этот мир, воображая себя его жителями. Во время игр (“хичек”) группа молодых людей выезжает в лес, где, распределив роли, разыгрывает сценки из произведений Толкиена.

**Готы** – движение, зародившейся в конце 70-х годов XX-го века на волне пост-панка. Готическая субкультура весьма разнообразна и неоднородна, однако для нее в той или иной степени характерны следующие черты: мрачный имидж, может проявляться интерес к мистицизму и эзотерике, декадансу, любовь к хоррор-литературе и фильмам, любовь к готической музыке (готик-рок, готик-метал, дэт-рок, дарквейв и т. п.). Готическое мировоззрение можно характеризовать, как склонность к “темному” восприятию мира, некий романтико-депрессивный взгляд на жизнь, отражающийся в поведении (замкнутость, частые депрессии, меланхолия, повышенная ранимость), восприятии реальности (мизантропия, утонченное чувство прекрасного, пристрастие к сверхъестественному), отношениях с обществом (неприятие стереотипов, стандартов поведения и внешнего вида, антагонизм с обществом, изолированность от него), полуромантическое восприятие смерти. Также характерными чертами готов являются “артистичность” и стремление к самовыражению (проявляющаяся в работе над собственным внешним видом, создание поэзии, живописи, других видов творчества).

**Эмо** – (англ. emo: от emotional – эмоциональный) – молодежная субкультура, образовавшаяся на базе поклонников одноимённого музыкального стиля. Её представителей называют Эмо-киды (emo + англ. kid – молодой человек; ребенок) или, в зависимости от пола: эмо-бой (англ. boy – мальчик, парень), эмо-гёрл (англ. girl – девочка, девушка).Эмо характеризует основанный на эстетике прекрасного принципиально инфантильный взгляд на мир, интровертность, акцент на внутренних переживаниях. Существует стереотипное представление об эмо как о плаксивых мальчиках и девочках. Эмо-культура пропагандирует здоровый образ жизни: отказ от табака, наркотиков и алкоголя, разборчивость в половых связях. Однако только меньшинство представителей эмо следуют этим правилам. Большое значение придаётся таким ценностям, как дружба и любовь. Духовными идеалами культуры являются правдивость, честность, верность, искренность. Традиционной причёской эмо считается косая, рваная чёлка до кончика носа, закрывающая один глаз, а сзади короткие волосы, торчащие в разные стороны. И юноши, и девушки могут красить губы под цвет кожи, использовать светлый тональный крем. Глаза густо подводят карандашом или тушью, благодаря чему они выглядят ярким пятном на лице. Ногти покрывают чёрным лаком, носят одежду в розово-чёрных тонах с двуцветными узорами и стилизованными значками. Многие из них увлекаются аниме.

**3.Гедонистическо-развлекательные:**

**Байкеры** – (от англ. разг. Bike – велосипед, мотоцикл), которых часто называли рокерами. Однако рокерами себя считают практически все поклонники рока – панки, металлисты и многие другие. Поэтому данное определение нельзя считать корректным. Слушают тяжелый рок. Вообще байкеры отличаются довольно большим разнообразием музыкальных пристрастий, что заметно хотя бы по ежегодно проводящемуся в Подмосковье байк-шоу, где выступают совершенно не похожие друг на друга исполнители. Основное понятие в идеологии байкеров – мотоцикл. Весь мир делится на тех, кто передвигается на нем, и на тех, кто предпочитает любой другой способ, причем вторые никакого интереса к себе у байкеров не вызывают.

**Рэйверы** – (от англ. Rave – бред, бессвязная речь) возник в США и Великобритании. В России распространяется с 1990-91 гг. Неотъемлемая часть рэйверского стиля жизни – ночные дискотеки с мощным звуком, компьютерной графикой, лучами лазеров. Для одежды рэйверов характерны яркие краски и использование искусственных материалов (винил, пластик). Базовые ценности, лежащие в основе данной субкультуры: легкое, беззаботное отношение к жизни, стремление жить сегодняшним днем, быть одетым по последней моде. Развитие субкультуры рэйва шло параллельно с распространением наркотиков, в частности, “экстази”. Принятие галлюциногенов с целью “расширения сознания” стало, к сожалению, практически неотъемлемой частью рэйверской субкультуры.

**Растаманы** – появились в начале 1990-х годов, они зачастую не являются истинными приверженцами оригинальной религиозно-политической доктрины африканского превосходства, а причисляют себя к этой группе в первую очередь по признаку употребления марихуаны и гашиша. Частов одежде используют комбинацию цветов “красный-жёлтый-зелёный”, носят дреды. Растаманами считают себя почти все российские регги-коллективы – по меньшей мере они используют характерную символику и почитают Боба Марли.

**Рэпперы, брейк-дансеры, графиттеры** – Слушают рэп –музыку черных американцев. Одеваются как черные американские реперы (в основном спортивный стиль с преобладанием ярких цветов), заимствуют у них многие слова и даже иногда делают себе прически, свойственные только афроамериканцам. Субкультура рэпа во многом пересекается с субкультурами роллеров и скейтбордистов, так как многие роллеры и скейтбордисты слушают рэп, а рэпперы катаются на роликах и скейтбордах.

**Мажоры, гламурщики** – английское слово glamour возникло в средние века как вариант к grammar “грамматика”, “книга”, заимствованного из фр. grammaire (развитие значения такое: грамматика = сложная книга = книга заклинаний = колдовство, заклинания = чары, очарование). Применяется, прежде всего, к людям, страдающим погоней за модой, моде на одежду и косметику, а в расширительном употреблении – также к стилю жизни, развлечениям и прочему. К “гламурным” обычно относят стандарты одежды и жизни, рекламируемые в “женских” и “мужских” глянцевых журналах (понятия “глянцевый журнал” и “гламурный журнал”, “гламур” и “глянец” часто выступают как взаимозаменимые).

Даже самые «миролюбивые» на первый взгляд молодежные объединения способны оказать на детей подросткового и юношеского возраста негативное влияние.

О своих взглядах неформалы, как правило, не кричат. Только наблюдение за воспитанниками, их поведением, одеждой, общением и т.п. позволит выделить их из общей массы.

Важным является сбор информации. Представителем какой субкультуры является? Насколько глубоки его убеждения или это обычное позерство? Наносят ли его взгляды угрозу психологическому состоянию коллектива, личному самочувствию и здоровью? Почему он приял эту субкультуру? Какова позиция родителей по отношению к этому увлечению? В зависимости от полученной информации организуется взаимодействие с ребенком.

Деятельность по предупреждению вовлечения подростков в деструктивные объединения должна вестись по трем основным направлениям:

- общая воспитательная работа с обучающимися;

- профилактическая работа с группой риска;

- коррекционно-педагогическая работа с подростками, участвующими в деструктивных неформальных объединениях.

Принципиальным является формирование у обучающегося критической позиции по отношению к субкультуре, к которой он себя относит. В данном случае педагогам следует предложить детям задуматься, но не давать нравоучительных рекомендаций.

Профилактическая работа, как правило, включает социально-педагогическую и психологическую диагностику класса (обучающихся), проведение разнообразных диспутов и дискуссий с детьми («Выбираю круг общения», «Что мы знаем о современных неформальных объединениях», «Неформалы: путь к себе или…», «Субкультура: «За» и «Против») (2).

Целесообразна организация деловых игр с целью выявления интересных и социально-значимых занятий: «Мой мир со знаком плюс и минус», «Свобода и ответственность».

Значимо проведение тренингов личностного роста («Принимаю себя», «Познаю себя», «Я разрешаю конфликты» и пр.), циклов занятий, направленных на формирование толерантности.

Следует также знакомить молодежь с широким спектром возможностей учреждений дополнительного образования, вовлекать в разнообразную досуговую деятельность с учетом их персональных особенностей и склонностей.

Одной из составляющих воспитательного процесса является просвещение родителей. Важными темами для разговора могут стать следующие: «Причины участия подростков в неформальных объединениях», «Виды современных неформальных объединений», «Деструктивные неформальные молодежные объединения как фактор риска».

Об эффективности воспитательной работы можно судить по:

- появлению у обучающихся оптимистической и рефлексивной жизненной позиции, выражающейся в позитивном отношении к себе и окружающим, адекватной самооценке;

- ориентации на гуманистические ценности;

- готовности к саморазвитию и самовоспитанию.

Главным итогом работы должен стать выход учащихся школы из состава деструктивных объединений.

**Выявление отдельных проявлений девиантного поведения, включающего вовлеченность в молодежные группы деструктивной направленности**

Выделим основные факторы риска возникновения асоциальных подростковых групп деструктивной направленности:

* деформация в семейных отношениях, недостатки в учебно-воспитательной работе учреждений, предприятий, организаций;
* нарушение нормального взаимодействия подростков с социальной средой, появление первичных форм дезадаптации и девиации, отсутствие у подростков твердых нравственных взглядов и убеждений;
* перенос общественно-организаторской и коммуникативной активности подростков в сферу свободного общения, которое носит поисковый характер, и в связи с этим увеличение у них неформальной, стихийно возникающей, неорганизованной асоциальной деятельности и отношений;
* постепенное отчуждение подростков от первичных социально полезных групп (семьи, класса, учебной группы).

Для эффективной деятельности по переориентации асоциальных групп необходимо не только знать особенности жизнедеятельности данной группы, но и иметь представление о причинах появления подобного рода групп.

Важно учитывать, что каждая группа оказывает сопротивление и даже принимает ответные контрмеры тем воспитательным воздействиям, которые направлены на пресечение ее деятельности или разрушение ее структуры.

Выделяются следующие личностные особенности подростка, которые повышают риск вовлечения в неформальные молодежные группы деструктивной направленности:

* трудность формирования жизненных ориентиров, ценностей;
* переживание собственнойнеуспешности;
* трудности самопонимания, неадекватная самооценка;
* отсутствие позитивных жизненных целей;
* неумение взаимодействовать с окружающими;
* неустойчивость эмоциональной сферы.

Решение данной проблемы будет более успешным **при комплексном взаимодействии психолога, социального педагога с классными руководителями, родителями, другим значимым социальным окружением подростков.**

***Будильник безопасности – автономный пожарный извещатель!***

Выбор пожарного извещателя хлопотное дело, ведь от этого зависит ваша жизнь и жизнь окружающих вас людей.

**Справка:**

**Автономный пожарный извещатель** – пожарный извещатель, реагирующий на определенный уровень концентрации продуктов горения веществ и материалов, в корпусе которого конструктивно объединены автономный источник питания и все компоненты, необходимые для обнаружения пожара и непосредственного оповещения о нем.

Принцип работы таких извещателей направлен на определение частиц дыма в воздухе. При срабатывании детектора дыма извещатель издает громкий пронзительный звук, способный разбудить спящего человека и привлечь внимание окружающих. Для оповещения монтируется GSM модуль, который обеспечивает дозвон на заранее запрограммированные телефонные номера и рассылку SMS-сообщений. Извещатели рассчитаны на круглосуточную непрерывную работу. В большинстве выпускаемых отечественных автономных пожарных извещателях элементом питания служит  девятивольтовая батарея.

Их монтаж осуществляется в основном в жилых комнатах, коридорах, а также в тех помещениях, где возможно возгорание, например, электрооборудования. Они устанавливаются на потолок помещения, либо на стену под потолком на расстояние, указанное в паспорте на извещатель.

Для исключения ложных срабатываний из-за запыленности оптической системы извещателя необходимо не реже одного раза в шесть месяцев очищать дымовую камеру от пыли. Для этого разрешается снимать дымовую камеру для очистки и заменять ее.

 Что касается современных автономных дымовых пожарных извещателей, то речь идет об извещателях с GSM-оповещением на мобильный телефон владельца квартиры (родственников). При задымлении датчик автоматически отправляет SMS и делает дозвон. Автономное питание без замены может работать до 3-х лет, существует возможность подключения до 6-ти телефонных номеров. К данному извещателю с GSM оповещением допускается подключить до 10 автономных извещателей, что позволяет увеличить площадь покрытия.

Отделение надзорной деятельности и профилактической работы по Мошковскому району рекомендует установить в жилье именно автоматические дымовые пожарные извещатели с GSM-оповещением. Несмотря на то что такие датчики дороже обычных, но все же **цена датчика-извещателя с GSM-оповещением гораздо ниже, чем человеческое здоровье, жизнь или сумма возможного ущерба от пожара!**

При поступлении сигнала от автономного пожарного извещателя необходимо проверить наличие признаков горения (задымления, запаха гари, тления и т.п.), а также:

— применить первичные средства пожаротушения (при наличии огнетушителя);

— при сильном развитии пожара, и невозможности применения первичных средств пожаротушения, если имеется возможность, изолировать помещение, где произошло загорание или пожар, закрыть дверь в это помещение, чтобы избежать распространения дыма и огня;

— немедленно вызвать пожарную охрану по телефону **101 (как со стационарного телефона, так и с мобильного);**

— сообщить диспетчеру свою фамилию и имя, адрес, кратко описать ситуацию, что горит, где и какие признаки пожара;

— оповестить о пожаре соседей любыми доступными способами;

— не отключать телефон первым, возможно, у диспетчера возникнут вопросы или он даст вам необходимые указания.

**Также особое внимание необходимо уделить эвакуации из помещений при пожаре:**

Если дым и пламя в соседних комнатах не позволяют выйти наружу:

— не поддавайтесь панике;

— если нет возможности эвакуироваться, то для защиты от тепла и дыма постарайтесь надежно загерметизировать свое помещение. Для этого плотно закройте входную дверь, намочите водой любую ткань, обрывки одежды или штор и плотно закройте (заткните) ими щели двери изнутри помещения.

— во избежание тяги из коридора и проникновения дыма — закройте окна, форточки, заткните вентиляционные отверстия, закройте фрамуги вентиляционных решеток.

Помните, от ваших действий (бездействия) могут зависеть ваши жизни и жизни близких вам людей!

**ОНДиПР по Мошковскому району**

***Предупреждение пожаров от детской шалости с огнем***

Пожары, возникающие по причине детской шалости с огнем – явление, к сожалению, далеко не редкое. Финал таких пожаров может быть очень трагичным – гибель ребенка.  
Почти все маленькие дети проявляют повышенный интерес к огню, не осознавая в полной мере его потенциальную опасность; их неудержимо манит к этому чуду природы. В возрасте от трех до пяти лет дети в своих играх часто повторяют взрослых, имитируя их действия, труд. В этом возрасте детям хочется все скорее узнать и испытать на себе. Стремление к самостоятельности особенно проявляется, когда дети остаются дома одни.

***Нельзя быть уверенным в том, что оставшись один, ребенок не решится поиграть коробочкой спичек, не захочет поджечь бумагу, не устроит костер, который однажды видел в лесу.***

Бывают случаи, когда взрослые ввиду разных обстоятельств вынуждены оставлять детей на какое-то время без надзора.

***Это опасно, особенно если дети остаются в запертых квартирах или комнатах. В случае пожара они не смогут выйти из опасного помещения наружу.***

Нередки случаи, когда шалость переходит в хулиганство. Ради развлечения ребята пускают с крыш домов и балконов горящие «самолетики», поджигают почтовые ящики, обшивки дверей квартир, бросают в подъезды зажженные дымовые шашки, совершенно не думая, к каким последствиям могут привести такие развлечения.

Как правило, виноваты во всех этих шалостях прежде всего родители, которые оставляют детей без присмотра в квартирах, не прячут от них спички, не контролируют поведение детей, не следят за их играми, а иногда, потакая детским капризам, разрешают самостоятельно играть со спичками, поручают малолетним детям присматривать за топящимися печами, включать электроприборы.

**Что нужно делать для того, чтобы избежать пожара от детской шалости с огнем:**

— рассказывайте детям о пожаробезопасном поведении;

— будьте примером во всех ситуациях, связанных с соблюдением правил пожарной безопасности;

— не оставляйте спички в доступном для детей месте;

— не поручайте детям разжигать печи, газовые плиты, самостоятельно включать электробытовые приборы;

— следите, чтобы дети не разжигали костры;

— уходя из дома, не оставляйте малолетних детей без присмотра взрослых;

— организуйте ребенку интересный досуг.

**Научите ребенка правильным действиям при пожаре.**

При обнаружении пожара или признака горения (задымления, повышенной температуры, запаха гари и т.п.) ребенок любого возраста должен немедленно покинуть помещение.

Сообщить о пожаре взрослым или в пожарную охрану по единому телефону спасения «101».

Как говорят: «Запретный плод сладок!», поэтому полезнее объяснить еще раз ребенку о подстерегающей его опасности, таящейся в коробке спичек, зажигалке, чем просто сказать: «Нельзя!»

**Родители!**

* Не оставляйте детей одних с включенными электроприборами.
* Когда топятся отопительные печи, не закрывайте детей дома одних на замок.
* Не давайте детям спички. От маленькой спички происходят большие пожары.
* Не оставляйте детей одних, когда зажжена газовая плита.
* Говорите детям: «Спички не тронь — в спичках огонь!»
* Шалость детей с огнем — причина пожара.

**Взрослые!**

* Не проходите мимо детей, играющих с огнем, а иначе — ­быть беде.
* Детям необходимо рассказать, как тяжелы последствия пожаров.
* Нельзя лить воду на электроприборы, проводку, пока они включены.
* Для костра надо найти песчаное или галечное место у реки или озера.
* Нельзя разводить костер рядом с строениями, в лесах и на торфяниках, вблизи стогов сена, в местах, где имеются горючие вещества и материалы.

**Отделение надзорной деятельности и профилактической работы по Мошковскому району**

***Памятка по профилактике наркомании и распространения наркотиков, психоактивных веществ (ПАВ) и их прекурсоров***

**Наркомания** – огромная социальная проблема.

**Вред наркотиков:**

• разрушение здоровья, заболевания, передающихся от наркомана к наркоману через иглы;

• подростковая наркомания (наркомания подростков);

• сокращение жизни и причина смертности от передозировки;

• жесткая привязанность к наркотикам (зависимости от них);

• негативное действие наркотиков на личность наркомана, его поведение и социальный статус;

• распад семьи;

• полный распад личности, интересов и потеря целей в жизни.

Для того, чтобы достать деньги на очередную дозу наркоман готов на все – кражи, грабежи и прочие преступления. Каждый наркоман затягивает в наркоманию не менее 4 человек.

**Виды наркотиков (drugs):**

- производные от конопли - конопля, марихуана, план, гашиш;

- производные от опиума (вырабатывается из наркотического мака) - опиум, героин;

- кокаин (кокс);

- синтетические наркотики (искусственно выведенные наркотические химические соединения) - амфетамин, экстази, винт, лсд (lsd), метамфетамин и другие наркотики.

**Признаки употребления наркотиков:**

Основные признаки:

1. следы от уколов, порезы, синяки (особенно на руках);

2. наличие свернутых в трубочку бумажек, маленьких ложечек, шприцев и/ или игл от них;

3. наличие капсул, таблеток, порошков, пузырьков из-под лекарственных или химических препаратов;

4. тряпочки, пахнущие толуолом; жестяные банки и пустые тюбики из-под клея, бензина, нитрокраски, пустые баллончики из-под лака для волос; бумажные или пластиковые пакеты, пропитанные химическими запахами;

Согласно действующему законодательству РФ, незаконное культивирование запрещенных к возделыванию растений, содержащих наркотические вещества, влечет за собой административную или уголовную ответственность для владельцев земельных участков.

**Дополнительные признаки:**

1. пропажа из дома ценных вещей одежды и др.;

2. необычные просьбы дать денег;

3. лживость, изворотливость;

4. телефонные разговоры (особенно «зашифрованные») с незнакомыми лицами;

5. проведение времени в компаниях асоциального типа;

6. изменение круга друзей или появление «товарищей», которые употребляют наркотики;

7. снижение успеваемости, увеличение количество прогулов, плохое поведение, снижение интереса к обычным развлечениям, привычному времяпрепровождению, спорту, любимым занятиям;

8. увеличивающееся безразличие к происходящему рядом;

9. изменение аппетита;

10. нарушение сна (сонливость или бессонница);

11. утомляемость, погружённость в себя;

12. плохое настроение или частые беспричинные смены настроения, регулярные депрессии, нервозность, агрессивность;

13. невнимательность, ухудшение памяти;

14. внешняя неопрятность;

15. покрасневшие или мутные глаза.

**СОВЕТЫ**  
**по снижению риска употребления наркотиков Вашими близкими**

1. Не паникуйте. Даже если вы уловили подозрительный запах или обнаружили на руке сына или дочери, иного члена семьи, знакомого след укола, это ещё не означает, что теперь человек неминуемо станет наркоманом. Постарайтесь с первых минут стать не врагом, от которого нужно скрываться и таиться, а союзником, который поможет справиться с бедой.

2. Сохраните доверие. Ваш собственный страх может заставить вас прибегнуть к угрозам, крику, запугиванию. Это оттолкнёт человека, заставит его замкнуться. Не спешите делать выводы. Возможно это первое и последнее знакомство с наркотиком.

3. Оказывайте поддержку. «Мне не нравится, что ты сейчас делаешь, но я всё же люблю тебя» - вот основная мысль, которую вы должны донести до близкого Вам человека. Он должен чувствовать, что бы с ним не произошло, он сможет с вами откровенно поговорить об этом.

Особенно важно, чтобы родители беседовали с детьми о наркотиках, последствиях их употребления. При малейшем подозрении, что ребенок употребляет наркотики, необходимо сразу же поговорить с ним. Поощряйте интересы и увлечения подростка, которые должны стать альтернативой наркотику, интересуйтесь его друзьями, приглашайте их к себе домой. И наконец, помните, что сильнее всего на подростка будет действовать ваш личный пример. Подумайте о своём собственном отношении к некоторым веществам типа табака, алкоголя, лекарств.

4. Обратитесь к специалисту. Если вы убедились, что человек не может справиться с зависимостью от наркотика самостоятельно, и вы не в силах ему помочь, обратитесь к специалисту. Не обязательно сразу к наркологу, лучше начать с психолога или психотерапевта. При этом важно избежать принуждения. В настоящее время существуют различные подходы к лечению наркомании. Посоветуйтесь с разными врачами, выберите тот метод и того врача, который вызовет у вас доверие. Будьте готовы к тому, что спасение вашего близкого может потребовать от вас серьёзных и длительных усилий.

**Профилактика наркомании**

1. Профилактика - это не запугивание. Детальное изучение потенциальных возможностей феномена страха для блокирования нежелательного поведения и формирования желательного выявило его принципиальную ограниченность. Эффективность сильного страха, если и может быть высокой, то всегда кратковременна. Если вы перегружаете ребенка негативными эмоциями и они не чем не смягчаются, оставляя подростка один на один с данной проблемой срабатывают защитные механизмы психики: вытеснение, подавление, изоляция или искажение.

2. «Восстановить норму».

Снимите давление представлений о «большинстве уже пробовавших». Отказываясь от наркотиков, подросток не должен ощущать себя в меньшинстве, должен чувствовать себя совершенно свободно. Сильным, а не слабым.

3. Последовательно проводите мысль о том, что употребление наркотиков свидетельствует не о свободе духа и независимости, а о духовной слабости человека. Вскрывайте внутреннюю сущность наркотиков. Сделайте понятие «наркотики» - отталкивающим символом зависимости и несвободы.

Отказ от наркотиков - это устойчивый выбор в пользу независимости и свободы.

4. Не упоминайте лишний раз того, с чем боретесь, не вводить эту мысль в сознание подростков (не стоит использовать лозунги типа «Нет наркотикам», «Молодежь против наркотиков»).

5. Не опровергайте, а встраивайте параллельную, более сильную картину.

6. Переносите центр тяжести профилактической работы на тех, кто распространяет наркотики.

7. Четко формулируйте перед своей аудиторией позицию отрицательного отношения к употреблению любых видов наркотиков и их незаконному обороту.

8. Руководствуйтесь в своей профессиональной деятельности правовыми, морально-нравственными нормами, считающими прямую либо косвенную пропаганду наркотиков несовместимой с профессиональной этикой.

9. Воздерживайтесь от описания состояния наркотической эйфории.

**Основные методы борьбы с дикорастущей коноплей:**

Эксперты считают, что наилучшего результата в борьбе с дикорастущей коноплей можно достичь комплексно:

- вводить заброшенные земли в оборот;

- засеивать сельскохозяйственными культурами и проводить своевременные мероприятия по вспашке и обработке химикатами. Один куст конопли дает более 20 тысяч семян, которые не теряют всхожести в течение нескольких лет и очень быстро созревают.

- Уничтожать механическими способами при помощи тракторов, косилок и скашивания вручную; сжигание дикорастуших растений.

- Химические способы (обработка территорий специальными ядохимикатами) и иные способы.

Только планомерная ежегодная работа по уничтожению очагов произрастания дикорастущей конопли принесет хороший результат.

**ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ ПО ПРАВИЛАМ ПОВЕДЕНИЯ**

**ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ ВЗРЫВООПАСНЫХ ПРЕДМЕТОВ (ВОП)**

Взрывоопасные предметы могут быть обнаружены всюду, где проходили боевые действия: в полях, огородах, в лесах и парках, в реках, озёрах и других водоёмах, в домах и подвалах, в других местах, а также на территории бывших артиллерийских и авиационных полигонов. Самодельные ВОП, в случае их применения террористами, могут быть обнаружены в местах скопления людей (вокзалы, станции метрополитена,

площади, скверы, дома, учреждения).

**В случае обнаружения ВОП или внешне схожего с ним предмета необходимо:**

— немедленно сообщить об опасной находке ближайшему должностному лицу, по телефону «02» или в отделение милиции;

— при производстве земляных или других работ — остановить работу;

— хорошо запомнить место обнаружения предмета;

— установить предупредительные знаки или использовать различные подручные материалы — жерди, колья, верёвки, куски материи, камни, грунт и т.п.

При обнаружении ВОП категорически запрещается предпринимать любые действия с ними. Этим вы сохраните свою жизнь и поможете предотвратить несчастный случай.

Необходимо не допускать самим и удерживать других от нарушения правил поведения при обнаружении ВОП.

**При обнаружении ВОП категорически запрещается:**

— наносить удары (ударять по корпусу, а также один боеприпас о другой);

— прикасаться, поднимать, переносить или перекатывать с места на место;

— закапывать в землю или бросать в водоём;

— предпринимать попытки к разборке или распиливанию;

* бросать в костёр или разводить огонь вблизи него.

**ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ ПО ДЕЙСТВИЯМ ПРИ ОБНАРУЖЕНИИ**

**ПРЕДМЕТА, ПОХОЖЕГО НА ВЗРЫВООПАСНЫЙ**

**Заметив подозрительные предметы или чью-либо деятельность,** например:

— вещь без хозяина,

— предмет, не соответствующий окружающей обстановке,

— устройство с признаками взрывного механизма,

— бесхозный автотранспорт, припаркованный непосредственно к зданиям,

— разгрузку неизвестными лицами различных грузов в подвальные и чердачные помещения, арендованные

квартиры, канализационные люки и т.п.

**1. Не подходите и не прикасайтесь к подозрительному предмету.**

**2. НЕМЕДЛЕННО сообщите** ближайшему должностному лицу (водителю трамвая, охраннику, дежурному)

или

**3. ПОЗВОНИТЕ по телефону «02»,** а также по контактным телефонам вашего отделения милиции,

территориального управления, ЖЭК, домоуправления и т.п.

***О вреде курения***

## Состав табачного дыма:

[***В табачном дыме содержится***](http://www.russlav.ru/tabak/sostav-tabachnogo-dima.html)**более 4000 химических соединений**, из них более 40 особо опасны, так как вызывают рак, а так же несколько сотен ядов: [никотин](http://www.russlav.ru/tabak/vliyanie-nikotina-na-organizm-cheloveka.html), [бензапирен](http://www.russlav.ru/tabak/vliyanie_kureniya_na_organizm_cheloveka.html), цианид, мышьяк, формальдегид, углекислый газ, окись углерода, синильную кислоту и т.д. В сигаретном дыме присутствуют радиоактивные вещества:

полоний, свинец, висмут. Никотин по своей ядовитости  равен синильной кислоте.

## Вред курения

 Пачка сигарет в день – это около 500 рентген облучения за год! Температура тлеющей сигареты 700-900 градусов! Легкие курильщика со стажем – черная, гниющая масса. После затяжки никотин попадает в головной мозг через 7 секунд. Никотин вызывает спазм сосудов, от сюда нарушение питания тканей кислородом. Спазм мелких сосудов делает кожу увядающей. **Вред курения** еще и в том, что появляется неприятный запах изо рта, желтеют зубы, воспаляется горло, краснеют глаза от постоянного раздражения дыма. Во всем мире никотин относится к разрешенному наркотику, от него так же как от [героина](http://www.russlav.ru/narkotik/heroin.html) и других тяжелых наркотиков развивается зависимость, но коварство его в том, что это происходит незаметно и относительно длительно. Наши курящие граждане ежегодно выкуривают 265 миллиардов сигарет в год, это около 1800 сигарет на душу населения и цифра эта продолжает каждый год расти.   
 **Вред курения в том, что оно вызывает три основных заболевания*:*** рак легких, хронический бронхит, коронарная болезнь. Уже давно доказано, что табак является причиной смертности от рака легкого в 90 % всех случаев, от бронхита и эмфиземы в 75 % и от болезни сердца в примерно 25 % всех случаев. Примерно 25 % регулярных курильщиков сигарет умрет преждевременно по причине курения. Многие из этого числа смогли бы прожить на 10, 20 или 30 лет дольше. Умершие вследствие курения в среднем потеряют 15 лет своей жизни.   
Курение наносит страшный вред, так курящие в 13 раз чаще заболевают стенокардией, в 12 – инфарктом миокарда, в 10 раз – язвой желудка и в 30 раз — раком легких.   
Нет такого органа, который бы не поражался табаком: почки и мочевой пузырь, половые железы и кровеносные сосуды, головной мозг и печень.  
Смертельная доза для взрослого человека содержится в одной пачке сигарет, если ее выкурить сразу, а для подростков — полпачки.  
Курение вредит сердцу, так частота сердечных сокращений у курящего на 15000 ударов в сутки больше, чем у некурящего, а доставка кислорода тканям и особенно головному мозгу значительно снижена, так как сосуды сужены, плюс к этому угарный газ, который лучше «цепляется» к гемоглобину и не даёт эритроцитам переносить кислород. Этим и объясняется, почему курящие школьники значительно отстают от некурящих.   
[**Вред курения**](http://www.russlav.ru/stat/foto_kureniya.html) еще вот в чем: последние годы ученые уделяют пристальное внимание веществам, вызывающим рак. К ним, в первую очередь, относятся бензопирен и радиоактивный изотоп полоний-210. Если курильщик наберет в рот дым, а затем выдохнет его через платок, то на белойткани останется коричневое пятно. Это и есть табачный деготь. В нем особенно много

веществ, [вызывающих рак](http://www.russlav.ru/tabak/vliyanie_kureniya_na_organizm_cheloveka.html). Если ухо кролика несколько раз смазать табачным дегтем, то у животного образуется раковая опухоль.

## Вред курения для женщин

***Для женщины курение особенно вредно***, так при первой затяжке першит в горле, увеличивается частота сердечных сокращений, появляется противный привкус во рту, появляется кашель, головокружение, тошнота и возможна рвота. Все это проявление защитных реакций организма. Но курильщица, которая следует «новой моде» активно подавляет защитные функции организма и продолжает делать затяжки. С каждой новой затяжкой организм сдается и получает отравление, защитные реакции угасают и курильщица не чувствует дискомфорта. С каждой новой пачкой, курильщица все больше подсаживается на никотин. Молодая девушка не может не замечать, что у неё появляется кашель (особенно по утрам), появляется осиплость голоса, запах изо рта, кожа становится дряблой, желтеют зубы и вообще девушка выглядит старше своих сверстниц, тем не менее она продолжает курить, хотя и пытается **уменьшить вред от курения**, переходя на легкие и «женские» (тонкие) сигареты. Но никотиновая зависимость уже сформирована, и организм начинает требовать свою дозу никотина, и девушке приходится вместо одной обычной пачки выкуривать 2 «женских» пачки, чтобы получить свою дозу никотина. Табачные компании это уже давно знали, поэтому они и пошли на такой шаг, и выпустили мнимые безвредные сигареты, хотя вред оказывается даже больше и доход от продажи тоже. Грамотные рекламные компании заставляют курильщиц поверить, что это менее вредно, хотя это всё обман! Многие девушки так же замечают, что сигарета снижает стресс, это еще больше делает зависимой от сигареты, курящие

люди не умеют иначе бороться со стрессом.

Из-за вреда курения у женщин повышается частота воспалительных заболеваний, что приводит к бесплодию. Немецкий врач-гинеколог Бернхард, обследовав около 6 тысяч женщин, установил, что бесплодие наблюдалось у [курящих женщин](http://www.russlav.ru/stat/pismokyr.html) в 42 %, а у некурящих – лишь в 4 %.

Табак дает 96 % выкидышей, 1/3 недоношенных детей.

Табак разрушает и тех, кто курит, и тех, кто рождается от курильщиков, и тех, кто находится рядом с курильщиками.

Курящие женщины, как правило, рано стареют, у них преждевременно наступает половое увядание.

## Вред курения для окружающих

**О вреде курения для окружающих** становится все больше данных. В результате пассивного курения ежегодно умирают от рака легких 3 тыс. человек, от болезней сердца – до 62 тыс. 2,7 тыс. детей по этой же причине погибают в результате так называемого синдрома внезапной

младенческой смерти. Значительно повышается опасность заболеть не только раком легких, но и

некоторыми другими видами этого страшного недуга.

Увеличивается риск самопроизвольного выкидыша. Если будущие матери подвергаются

воздействию табачного дыма, у них чаще рождаются дети, имеющие различные дефекты, прежде

всего нейропсихические, а также пониженный вес (9,7—18,6 тыс. таких новорожденных в год).

Установлено, что более 50 компонентов табачного дыма канцерогенны, 6 пагубно влияют на способность к деторождению и общее развитие ребенка. Вообще вдыхание табачного дыма гораздо

опаснее для детей. Так, пассивное курение ежегодно служит причиной возникновения астмы у 8—

26 тыс. детей, бронхитов – у 150—300 тыс., причем от 7,5 до 15,6 тыс. детей госпитализируются, а

от 136 до 212 из них умирают.

Обследование более 32 тыс. пассивно «курящих» женщин, которое было проведено

специалистами Гарвардского университета, показало, что представительницы прекрасного пола,

регулярно подвергающиеся воздействию табачного дыма дома и на работе, в 1,91 раза чаще

страдают сердечными болезнями, чем не вдыхающие его.

Если же женщина курит пассивно лишь эпизодически, показатель заболеваемости

уменьшается до 1,58.

Согласно данным, собранным Американской ассоциацией по исследованию сердца, если в

доме курят, это крайне неблагоприятно отражается на детях, имеющих высокий уровень

холестерина в крови. Сигаретный дым уменьшает у них содержание так называемого полезного

холестерина, который предохраняет от сердечных болезней.

[**Курение**](http://www.russlav.ru/tabak/vred_kureniya.html) – это привычка, противная зрению, невыносимая для обоняния, вредная для мозга, опасная

для легких.

# *Вред курения для подростков*

 **Курение подростков** вызывает тревогу по нескольким причинам.  
Во–первых, те кто начал ежедневно курить в подростковом возрасте, обычно курят всю жизнь.   
Во-вторых, курение повышает риск развития хронических заболеваний (заболевание сердца, рак, эмфизема легких).

В–третьих, хотя хронические заболевания, связанные с курением, обычно появляются только в

зрелом возрасте, **подростки – курильщики чаще страдают от кашля**, дисфункции дыхательных путей, образования мокроты, одышки и других респираторных симптомов.

**Причины курения подростков**

Каковы же **причины курения подростков**? Для курения подростков причин множество вот

некоторые из них:

* Подражание другим школьникам, студентам;
* Чувство новизны, интереса;
* Желание казаться взрослыми, самостоятельными;
* У девушек приобщение к курению часто связано с кокетством, стремлением к

оригинальности, желанием нравиться юношам.

Однако путем кратковременного и нерегулярного вначале курения, возникает незаметно

самая настоящая привычка к табаку, к никотину.

Никотин – являющийся нейротропным ядом  становится привычным и без него в силу установившихся рефлексов становится трудно обходиться. Многие болезненные изменения возникают не сразу, а при определённом «стаже» курения (рак легких и других органов, инфаркт

миокарда, гангрена ног и др.)

Школьники в силу того, что мало заботятся о своем здоровье, не могут в силу незрелости оценить всю тяжесть последствий от курения. Для школьника срок в 10 – 15 лет (когда появятся

симптомы заболеваний) кажется чем-то очень далеким, и он живет сегодняшним днем, будучи

уверенным, что бросит курить в любой момент. Однако бросить курить не так легко, об этом можете

спросить любого курильщика.

При **курении у подростка** очень сильно страдает память. Эксперименты показали, что курение снижает скорость заучивания и объём памяти.

Также замедляется реакция в движении, снижается мышечная сила, под влиянием никотина

ухудшается острота зрения.

Установлено, что смертность людей, начавших курить в подростковом возрасте (до 20 лет),

значительно выше, чем среди тех, кто впервые закурил после 25 лет. Частое и систематическое **курение у подростков истощает нервные клетки**, вызывая

преждевременное утомление и снижение активирующей способности мозга при решении задач логико-информационного типа.

**При курении у подростка происходит патология зрительной коры**. У **курящего подростка** краски могут полинять, поблекнуть из-за изменения зрительного цветоощущения, может снизиться в целом многообразие восприятия. Первоначально наблюдается быстрая утомляемость при чтении. Затем начинается мелькание и двоение в глазах, и, наконец, снижение

остроты зрения, поскольку возникшие от табачного дыма слезоточивость, покраснение и отёчность век приводят к хроническому воспалению зрительного нерва. Никотин вызывает изменения в сетчатке глаза, в результате – снижение чувствительности к свету. Так же, как у детей, родившихся

от курящих матерей, у юных **курящих подростков**исчезает восприимчивость сначала к зелёному,

затем к красному и, наконец, к синему цвету.

В последнее время у окулистов появилось новое название слепоты – табачная амблиопатия, которая возникает как проявление подострой интоксикации при злоупотреблении  курением. Особенно чувствительны к загрязнению продуктами табачного дыма слизистые оболочки глаз

у **детей** и **подростков**.

Никотин повышает внутриглазное давление. **Прекращение курения в подростковом**  возрасте является одним из факторов предотвращения такого грозного заболевания,

как глаукома.

Состояние клеток слуховой коры после курения в подростковом возрасте совершенно чётко и бесспорно свидетельствует о мощном подавлении и угнетении их функций. Это отражается на

слуховом восприятии и воссоздании слухового образа в ответ на звуковое раздражение внешней среды.

Курение подростков активизирует у многих деятельность щитовидной железы, в результате чего у курящих подростков учащается пульс, повышается температура, возникает жажда,

раздражительность, нарушается сон. Из-за раннего приобщения к курению возникают поражения

кожи – угри, себорея, что объясняется нарушениями деятельности не только щитовидной, но и

других желёз эндокринной системы.

О том, что курение ведёт к преждевременному изнашиванию сердечной мышцы, известно всем. Возбуждая сосудодвигательный центр и влияя на периферический сосудодвигательный аппарат, никотин повышает тонус и вызывает спазм сосудов. Это увеличивает нагрузку на сердце, так как протолкнуть кровь по суженным сосудам гораздо труднее. Приспосабливаясь к повышенной нагрузке, сердце растёт за счёт увеличения объёма мышечных волокон. В дальнейшем деятельность сердца обременяется ещё тем, что сосуды у курящих подростков теряют эластичность намного

интенсивнее, чем у некурящих.

Известно,  что **с увеличением числа курящих подростков помолодел и рак лёгких**. Один из ранних признаков этой болезни – сухой кашель. Заболевание может проявляться незначительными болями в лёгких, тогда как основные симптомы – это быстрая утомляемость, нарастающая слабость, снижение работоспособности.

Курение нарушает нормальный режим труда и отдыха, особенно у **курящих подростков**, не только из-за действия никотина на центральную нервную систему, но и в силу желания закурить, появляющегося во время занятий. В этом случае внимание ученика полностью переключается на мысль о табаке. Курение снижает эффективность восприятия и заучивания учебного материала, уменьшает точность вычислительных операций, снижает объём памяти. Курящие подростки не отдыхают на перемене, как все другие, так как сразу после урока устремляются в туалет и в облаках табачного дыма и разного рода вредных испарений удовлетворяют свою потребность в никотине. Совокупное действие ядовитых компонентов поглощаемого табачного дыма вызывает головную боль, раздражительность, снижение работоспособности. В результате ученик приходит на

следующий урок в нерабочем состоянии.

Установлено, что слишком раннее курение задерживает рост. При проверке оказалось, что не только рост, Но и объём груди у курящих подростков гораздо меньше, чем у некурящих сверстников.  
 Никотин снижает физическую силу, выносливость, ухудшает координацию и скорость

движений. Поэтому спорт и курение несовместимы. Такова цена курения для молодёжи. К сожалению, ***в силу возрастных особенностей подростки не осознают до конца степень пагубных***

***последствий курения табака*.**

## Профилактика курения подростков

**Профилактика курения подростков** - тема достаточно актуальная, не только в школах среди подростков, но и во всем мире. Основы пропаганды здорового образа жизни должны закладываться с юношеского возраста, а именно в стенах школы.  
 Никотин в форме сигарет – наиболее распространённое (наряду с алкоголем) психоактивное вещество. За последние два десятилетия курение среди взрослых существенно сократилось в развитых странах, а в развивающихся – возросло. Ситуация в нашей стране неблагоприятная, такая же как и в развивающихся странах, число курильщиков не только растет, но активно и молодеет. В Европе и США активно проводится профилактика курения: проводится антиреклама курения, реклама здорового образа жизни словом делается всё чтобы оздоровить нацию. И табачные компании вынуждены искать рынок сбыта! Россия как раз та страна, где **профилактика курения** не только забыта, но наоборот идут активные рекламные компании курения. Самое страшное, что даже молодые девушки активно участвуют в подобной рекламе курения. Какая тут профилактика курения? Когда по всей стране толпы людей все больше и больше заняты не профилактикой курения, а наоборот навязыванием курения! Именно по этому количество курильщиков среди молодежи неуклонно

растет.

  По данным опроса среди школьников, курение – серьёзная проблема подростков: подавляющее большинство школьников курили хотя бы один раз в жизни, к старшим классам курит 50-70% мальчиков и 30-40% девочек.

***Борьба с курением***

В настоящее время проводится активная борьба с курением на федеральном уровне.

Регулярно издаются законы, благодаря которым цена на табачные изделия увеличивается, теперь

на каждой пачке сигарет есть мотивационные картинки и надписи. Последним, но не

заключительным, этапом стал запрет курения в общественных и на рабочих местах.

В большей степени уровень никотинового пристрастия зависит от самих людей. Самая

уязвимая категория это дети и подростки. Именно с этого возраста нужно прививать желание - вести

здоровый образ жизни без никотина и алкоголя. Естественно, эта обязанность, во-первых,

родителей, во-вторых, воспитателей детсадов и учителей школ. Подрастающему поколению можно

рассказывать сколько угодно о вреде курения, но эффект будет минимальный, если сами педагоги

курят. Ведь главная причина ранней никотиновой зависимости это желание казаться более

взрослыми, чем есть на самом деле.

Борьба с курением должна быть повседневным делом. Не стоит бросаться с агрессией на курильщика, можно достаточно вежливо и тактично напомнить, что его привычка доставляет неудобство окружающим. Особенно важно, чтобы работодатели с учетом перемен в

законодательстве ограничивали потребление никотина своими сотрудниками в период рабочего времени.

Мы боремся с курением ежедневно, используя запреты, но не должны забывать о таких средствах, как агитация к здоровому образу жизни. Помимо устрашающих рассказов о никотине и

сигаретах, важно с помощью СМИ распространять сведения о пользе употребления фруктов,

овощей и регулярных занятий спортом.

Для того чтобы изменить окружающий мир и воздействовать на общество, необходимо начать с себя. Лучшим способом справиться с вредной привычкой является смена отношения к своему образу жизни, а не бесконечные вопросы в поиске сети: [как бросить курить?](http://www.russlav.ru/tabak/kak-brosit-kurit.html) Помните, что Вы в ответе за состояние своего организма, а не врачи и аптекари. Ваши поведение и привычки пример для подрастающего поколения.

***ВОЗДУШНЫЕ ШАРЫ: красота или смертельная угроза?***

 Ежегодно во время культурно-массовых мероприятий на территории России, в том числе Новосибирской области, в небо запускаются воздушные гелиевые шары. Сырьем для производства синтетического каучука (латекса), из которого производятся шары, могут выступать: бутадиен, получаемый из бутана, этанола, ацетилена; изопрен, получаемый из крекинг-газов; хлоропрен, получаемый из ацетилена и хлора; стирол, получаемый конденсацией бензола и этилена в присутствии АICI3; акрилонитрил, получаемый путем каталитического дегидрирования этиленциангидрина.

Синтетические каучуки (латекс) имеют ряд недостатков: малая клейкость, пониженная эластичность, более низкая прочность, что ведет к тому, что при подъеме воздушного шарика на высоту 3-4 километра температура воздуха окружающей среды уменьшается, резина теряет эластичность и воздушные шарики, пролетев несколько километров, лопаются на высоте и падают на поверхность земли.

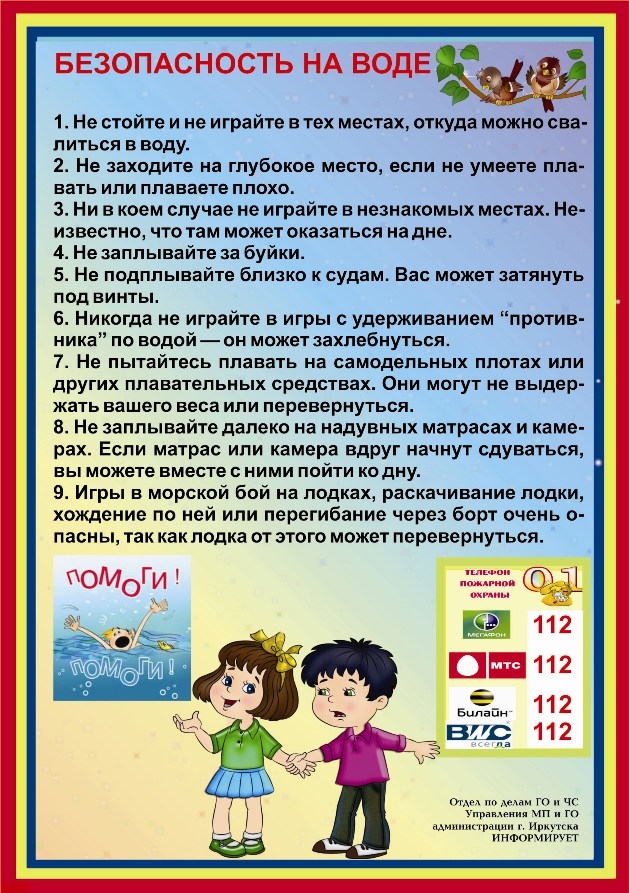
Многие животные принимают остатки шаров за пищу и едят их. А птицы путаются в привязанных веревках и лентах, что приводит к их гибели.

Синтетические каучуки разлагаются в течение нескольких лет, нанося вред окружающей среде, вызывая загрязнение ее компонентов (вода, почва). Руководство Минприроды России также разделяет обеспокоенность экологов в части экологических последствий массового запуска воздушных шаров.

 Помимо воздушных шаров из латекса в небо также запускаются «Светошары» и «небесные фонарики». Для окружающей среды представляют особую опасность находящиеся в «светошарах» батарейки. Батарейки включают в себя опасные вещества: магний, ртуть, олово, свинец, никель, цинк, кадмий, которые при разложении в природных условиях попадают в почву и воду.

Опасность может представлять и запуск «небесных фонариков». Их проволочный каркас смертельно опасен для небольших животных, попадающих в него, как в ловушку. По информации МЧС России на территории нашей страны из-за запуска «небесных фонариков» не раз случались пожары. Правилами противопожарного режима в Российской Федерации установлен запрет запуска «небесных фонариков», принцип подъема которых на высоту основан на нагревании воздуха внутри конструкции с помощью открытого огня.

В связи с изложенным руководство Минприроды России призывает по возможности отказаться от использования «светошаров», «небесных фонариков», гелиевых шаров при проведении культурно-массовых мероприятий.





**СВЕЖИЙ ВОЗДУХ СОЛНЦЕ И ВОДА!!!**

С наступлением долгожданного лета, мы хотим дать вам несколько советов по соблюдению правил безопасности на водоемах.

Наступил долгожданный купальный сезон. Сотни отдыхающих устремляются в выходные дни поближе к воде. Свежий воздух, солнце, купание не только доставляют удовольствие, но и служат хорошим средством закаливания организма. Вместе с этим вода регулярно уносит жизни людей. Как показывает проведенный анализ, Большинство из них находились в состоянии алкогольного опьянения.

Открытые водоемы, безусловно, источник опасности, и поэтому осторожность при купании и плавании вполне оправдана. Купание полезно только здоровым людям, поэтому проконсультируйтесь с врачом, можно ли вам купаться. Первый раз купаться следует в солнечную, безветренную погоду при температуре воздуха 20-23 градуса тепла, воды - 17-19 градусов. Лучшее время суток для купания - 8-10 часов утра и 17-19 часов вечера. Не следует купаться раньше чем через час-полтора после приема пищи.

Взрослые должны ознакомить детей с правилами безопасности на водных объектах, прежде чем дети отправятся в лагеря, туристические походы, пикники.

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде. Перед купанием следует отдохнуть. Не рекомендуется входить в воду разгоряченным. Не отплывайте далеко от берега, не заплывайте за предупредительные знаки. Купайтесь в специально отведенных и оборудованных для этого местах. Перед купанием в незнакомых местах обследуйте дно. Входите в воду осторожно, медленно, когда вода дойдет вам до пояса, остановитесь и быстро, окунитесь. Никогда не плавайте в одиночестве, особенно, если не уверены в своих силах. Не подавайте ложных сигналов бедствия.

Следите за играми детей даже на мелководье, потому что они могут во время игр упасть и захлебнуться. Не устраивайте в воде игр, связанных с захватами - в пылу азарта вы можете послужить причиной того, что партнер вместо воздуха вдохнет воду и потеряет сознание. Учиться плавать дети могут только под контролем взрослых. При преодолении водоёмов на лодках несовершеннолетние должны быть в спасательных средствах.

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.

Помните: купание в нетрезвом виде может привести к трагическому исходу!

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 больше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

При возникновении нештатной ситуации и необходимости помощи спасателей звоните по телефону пожарно-спасательной службы 101 или по единому телефону вызова экстренных служб 112.

\*\*\*\*\*

**Безопасное поведение на водоемах в различных условиях**

В нашей стране большое количество водоемов, на которых можно прекрасно отдохнуть в летнее время. Отдых на берегу речки или озера – это прекрасно, но ежегодно огромное количество людей погибает на воде. Чаще всего это происходит во время купания, особенно в тех местах, которые для этого не предназначены. Часть случаев занимают происшествия во время переходов на байдарках по горным рекам. Вот почему так важно знать, что такое безопасное поведение на водоемах в различных условиях.

Невозможно представить себе летний отдых без поездки на море, речку или пруд. Когда припекает солнышко, так хочется окунуться в прохладную воду. В жаркую погоду отдыхающих около водоемов особенно много. Очень важно, чтобы вы перед поездкой на такой отдых вспомнили про безопасное поведение на водоемах в различных условиях. Документ, в котором отражены все правила поведения на воде, должен быть в каждой администрации и спасательных организациях. Безопасное поведение на водоемах в различных условиях Свежий воздух и вода являются прекрасными закаливающими факторами, но нельзя забывать и о той опасности, которая вас может подстерегать на открытых водоемах. Есть некоторые рекомендации, которые касаются купания: Некоторые заболевания могут быть противопоказанием к купанию, поэтому перед поездкой на водоем посоветуйтесь с врачом. Лучшим временем для принятия водных процедур является время 9-11 часов утра и 17-19 вечера. Не стоит купаться, если вы только что поели, должен пройти час–полтора. Если вы умеете плавать, то это в какой-то мере гарантия вашей безопасности на воде, но бывают случаи, когда и отличные пловцы попадают в экстремальные ситуации и погибают. Поэтому особенно важно соблюдать правила безопасности всем категориям граждан. Безопасное поведение на водоемах в различных условиях должно соблюдаться неукоснительно – это гарант вашего отличного отдыха без происшествий. После того как вы приехали на речку или озеро, проведя много времени в дороге в жарком автомобиле, не стоит сразу бросаться в воду. Необходимо немного отдохнуть, успокоиться и остыть, только после этого можно идти купаться. Чтобы ваш отдых не омрачился неожиданными ситуациями, соблюдайте несложные правила: Лучше всего, если вы будете принимать водные процедуры в местах, которые специально для этого оборудованы. Если вы первый раз приехали в это место, перед полноценным купанием необходимо обследовать дно на предмет коряг, стекол и всякого мусора. Не ныряйте в незнакомых местах, иначе можно уткнуться головой в грунт, корягу или бетонную плиту. Если на берегу водоема вы обнаружили табличку, что купание в этом месте запрещено, то не стоит рисковать своим здоровьем, лучше отправиться на другой пляж. На пляже обычно спасательные службы устанавливают буйки, за которые заплывать нельзя, не надо показывать свою храбрость и меряться силами с друзьями, это может быть опасно. Если вы любите устраивать игры в воде, то будьте осторожны: не хватайте друг друга за руки или ноги, можно в азарте наглотаться воды и потерять сознание. Если в воде у вас ногу свела судорога, то необходимо позвать на помощь.

Не заходите в воду в нетрезвом состоянии, это может закончиться трагически.

Эти несложные правила почему-то соблюдают далеко не все, что и приводит к несчастным случаям.

\*\*\*\*\*

**ВЫ НАЧИНАЕТЕ ТОНУТЬ:**

**При судороге ног:**

позовите находящихся поблизости людей на помощь;

постарайтесь глубоко вдохнуть воздух, расслабиться и свободно погрузиться в воду лицом вниз;   
 возьмитесь двумя руками под водой за голень сведенной ноги, с силой согните колено, а затем выпрямите ногу с помощью рук, делая это несколько раз, пока можете задерживать дыхание;   
 при продолжении судорог до боли щипайте пальцами мышцу, попросите спасающих вас людей поднырнуть и укусить вас за нее;

после прекращения судорог смените стиль плавания или некоторое время полежите на спине, массируя руками ногу, затем медленно плывите к берегу

**Вы захлебнулись водой:**

Не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне;

прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками.

Затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений;

восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу;

при необходимости позовите людей на помощь.

**Вы увидели тонущего человека:**

Привлеките внимание окружающих громким криком «Человек тонет!», вызовите «Скорую помощь» и скинув одежду и обувь, доплывите до утопающего;

Спасательный круг, резиновую камеру или надувной матрас кидайте в воду по возможности ближе к утопающему;

Если человек находится в воде вертикально или лежит на животе, подплывите к нему сзади и за волосы (либо просунув руку под подбородок) приподнимите ему голову, перевернув на спину, чтобы лицо находилось над водой;

Если человек лежит на спине, подплывайте со стороны головы;

не давайте утопающему схватить вас за руку или за шею — поднырните под него и слегка ударьте снизу по подбородку, развернув спиной к себе;

При погружении человека на дно оглянитесь вокруг, запомните ориентиры на берегу, чтобы течение не отнесло вас от места погружения, затем начинайте под водой искать утонувшего;

при обнаружении тела возьмите его за волосы и, резко оттолкнувшись от дна, всплывайте на поверхность;   
 Если утонувший не дышит, прямо в воде сделайте ему несколько вдохов «изо рта в рот» и, подхватив его одной рукой за подбородок, плывите к берегу.

**Оказание первой доврачебной помощи:** При попадании жидкости в дыхательные пути:   
 Положите пострадавшего животом на согнутое колено;   
 проведите очистку от слизи, слюны носовой полости и носоглотки;   
 путем сдавливания грудной клетки удалите воду, попавшую в дыхательные пути;   
 после этого пострадавшего уложите на спину и при отсутствии дыхания или сердечной деятельности проведите искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

ПОМНИТЕ! Паралич дыхательного центра наступает через 4-6 минут после погружения под воду, а сердечная деятельность может сохраняться до 15 минут. Поэтому мероприятия первой помощи должны выполняться быстро и умело!

При возникновении нештатной ситуации и необходимости помощи спасателей звоните по телефону пожарно-спасательной службы 101 или по единому телефону вызова экстренных служб 112.

\*\*\*\*\*

**Вода-опасность для детей!**

Вода - одна из самых больших опасностей, которую может встретить ребенок. Маленькие дети могут захлебнуться при глубине в несколько сантиметров, даже если умеют плавать. Обучение плаванию не позволяет предотвратить утопление. Хотя плавательные классы для маленьких детей широко доступны, педиатры не рекомендуют отдавать туда детей до четырех лет по следующим причинам:

1. Это может подтолкнуть вас к меньшей осторожности, так как вы будете думать, что ребенок умеет плавать, и в результате он может войти в воду без наблюдения взрослых.

2. Если маленькие дети много раз погружаются в воду, они могут наглотаться столько воды, что у них разовьется водная интоксикация, которая может приводить к судорогам, шоку и даже смерти.

3. По уровню развития дети до четвертого дня рождения не готовы учиться плаванию. На пятом году жизни их двигательное развитие позволяет быстрее научиться плавать.

4. Обучение мерам безопасности не ведет к значительному повышению безопасности детей около водоемов.

Если вы все же решили записать ребенка младше четырех лет в группу для обучения плаванию, особенно если подразумевается совместное плавание родителей и детей, относитесь к этому как к возможности поразвлечься. Убедитесь, что выбранная группа соблюдает установленные правила безопасности. Среди них — запрет погружать в воду маленьких детей и поощрение родителей участвовать во всех упражнениях. Когда ребенку исполнится четыре, можно записать его в группу по обучению плаванию, чтобы он комфортнее чувствовал себя у воды. Но помните, что за ребенком необходимо постоянно следить, даже если он умеет плавать. Всегда, когда малыш находится около воды, выполняйте следующие правила безопасности.

1. Обращайте внимание на любые водоемы, которые может встретить ребенок — пруды с рыбками, рвы, фонтаны, бочки с водой, лейки — даже ведра, которые вы используете для мытья машины. Закончив дела, всегда выливайте оставшуюся воду. Детей очень привлекают подобные места, и необходимо следить, чтобы они туда не упали.

2. За купающимися детьми, даже в мелком детском бассейне, должны постоянно наблюдать взрослые, желательно умеющие оказывать первую помощь. Если около воды находится ребенок младше трех лет, взрослый должен находиться от него на расстоянии вытянутой руки. Надувные бассейны после каждого занятия следует сливать и убирать.

3. Требуйте выполнения правил безопасности: около бассейна нельзя бегать и нельзя никого толкать под воду.

4. Не позволяйте детям плавать с надувными игрушками или матрасами. Такие игрушки могут неожиданно сдуться, и ребенок окажется в воде.

5. Убедитесь, что глубокая и мелкая части бассейна четко обозначены. Никогда не позволяйте ребенку нырять с мелкой стороны.

6. Если у вас дома есть бассейн, он должен быть полностью огорожен забором высотой как минимум 1,2 м. Калитка должна открываться в сторону от бассейна и иметь самозапирающийся замок. Часто проверяйте калитку, чтобы замок был исправен. Дверца должна быть всегда закрыта и заперта. Убедитесь, что ребенок не может открыть замок или перелезть забор. Отверстия под забором или между вертикальными планками не должны превышать 10 см. Следите, чтобы около бассейна, когда он не используется, не было игрушек, чтобы у ребенка не возникало желания перелезть за ними через ограду.

7. Если бассейн снабжен крышкой, перед плаванием ее следует полностью убрать. Никогда не позволяйте ребенку ходить по крышке бассейна — на ней может скапливаться вода, так что она станет такой же опасной, как и сам бассейн. Кроме того, ребенок может провалиться в воду и застрять под крышкой. Не используйте крышку бассейна в качестве замены забора, так как ее вряд ли все будут постоянно и аккуратно использовать.

8. Всегда держите около бассейна спасательный круг с привязанной к нему веревкой. При возможности держите рядом телефон и четко написанный номер скорой помощи.

9. Разного рода СПА и джакузи для маленьких детей опасны, они могут утонуть или перегреться. Не позволяйте детям ими пользоваться.

10. Когда ребенок плавает или плывет на лодке, он всегда должен быть в спасательном жилете. Жилет подходит по размеру, если вы не можете снять его через голову ребенка. Для ребенка до пяти лет, особенно не умеющего плавать, жилет должен иметь ворот, чтобы поддерживать голову в вертикальном положении над водой,

11. Взрослые не должны употреблять спиртное у воды. Это представляет угрозу и для них, и для детей, за которыми они присматривают.

12. Когда дети в воде, вас ничто не должно отвлекать. Телефон, компьютер и другие дела должны подождать, пока дети выйдут из воды.

\*\*\*\*\*

**Основные правила при купании**

Если не умеешь плавать, не заходить в воду глубже пояса. Не заплывать за ограждение (буйки) или далеко от берега, если буйков нет. Не нырять в незнакомых и необорудованных местах, в том числе с крутого берега, причалов, лодок, водозаборов (удар головой о дно или предметы на нем может привести к потере сознания и гибели). Не купаться в одиночку не терять друг друга из виду. Не купаться в состоянии опьянения

***Как поступать в некоторых случаях:***

Почувствовав усталость — лечь на спину, легкими гребными движениями удерживать себя на поверхности, отдохнуть.

При попадании воды в дыхательные пути — приподняться над водой, откашляться. Если несет течение — плавно приближаться к невысокому берегу.

При попадании в омут — набрать воздуха в легкие, глубоко нырнуть и сделать рывок в сторону от оси водоворота (по течению), потом всплывать.

Если запутался в тине — лечь на спину; возвращаться необходимо по следу в тине.

При судороге — лечь на спину, энергично растереть мышцу. Позвать на помощь. Опытные пловцы имеют иголку — укол снимает судорогу. Главное спокойствие, не паниковать, не стесняться позвать на помощь.

***Категорически запрещается:***

Купание в затопленных карьерах, каналах, озерах, пожарных водоемах, прудах, и других водоемах, которые не имеют оборудованных пляжей или сезонных спасательных постов.

В детских оздоровительных учреждениях купание разрешается только группами не более 20 человек. За этими детьми должно вестись непрерывное наблюдение дежурными воспитателями и инструкторами. Купание детей при отсутствии спасательных постов запрещено. Нарушение этих правил остаются главной причиной гибели людей на воде. При необходимости помощи спасателей звоните по телефону пожарно-спасательной службы 101 или по единому телефону вызова экстренных служб 112.

\*\*\*\*\*

**Правила использования индивидуальных спасательных средств**

***К летним спасательным средствам относятся:***

***СПАСАТЕЛЬНЫЕ КРУГИ.*** Бывают двух видов: пробковые и пенопластовые. Масса пробкового круга – до 7 кг, диаметр (внешний) – 750 мм; пенопластового – до 4,5 кг, диаметр – 750 мм.  
К кругу с четырех сторон крепится леер. Для того, чтобы круг был хорошо виден, его окрашивают в яркий оранжевый цвет.

***ПРАВИЛА ПОДАЧИ СПАСАТЕЛЬНОГО КРУГА.*** Взявшись одной рукой за спасательный круг, второй за леер, сделать два-три круговых размаха прямой рукой на уровне плеча и бросить его плашмя утопающему, чтобы он упал справа или слева от него на расстоянии 0.5 – 1м. При подаче круга с катера спасатель должен бросить его со стороны борта, при подаче с лодки спасатель должен встать так, чтобы средняя балка была между ногами, и бросить круг пострадавшему (в сторону кормы или носа). Бросать надо осторожно, чтобы не ударить по голове пострадавшего. Необходимо к спасательному кругу прикреплять веревку («конец Александрова»), с помощью которой пострадавшего подтягивают к берегу или лодке.

***СПАСАТЕЛЬНЫЕ ШАРЫ*** – Это соединенные между собой тросиком пробковые или пенопластовые шары, обтянутые плотной тканью. Масса – 2 кг, поддержания – 8 кг, диаметр – 21-25 см.

***ПРАВИЛА ПОДАЧИ СПАСТЕЛЬНЫХ ШАРОВ.*** Взять одной рукой спасательные шары, другой – трос, сделать 2-3 круговых размаха и бросить их в направлении пострадавшего так, чтобы они упали справа или слева от него. К спасательным шарам прикрепляют веревку, и с ее помощью пострадавшего подтягивают к лодке или к берегу.

***«КОНЕЦ АЛЕКСАНДРОВА»*** - пеньковый или капроновый трос длиной до 30 мм, толщиной до 25 мм с двумя петлями на концах. К большой петле крепятся два поплавка диаметром 10-12 см, окрашенные в красный цвет, и груз массой 250-350 г.

***ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ «КОНЦА АЛЕКСАНДРОВА».*** Прежде чем его бросить, необходимо надеть малую петлю на левую руку и взять в нее всю бухту троса, а в правую – большую петлю и 4-6 шлагов «конца», сделать 2-3 круговых размаха вытянутой рукой и бросить по направлению к утопающему. Пострадавший должен надеть петлю через голову под руки и держаться за поплавки. Спасатель осторожно, без рывков, подтягивает пострадавшего к берегу, катеру или лодке.  
***СПАСАТЕЛЬНЫЙ НАГРУДНИК*** представляет собой пояс с карманами, заполненными пробками или пенопластовыми пластинами. Масса -2,8 кг, сила поддержания – 8 кг.

***ПРАВИЛА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СПАСАТЕЛЬНОГО НАГРУДНИКА.*** Должен плотно прилегать под мышками. Если он наденет правильно, то голова человека, потерявшего сознание, будет находиться под водой. Петлю спасательного нагрудника необходимо надеть над водой, через голову на шею, потом обернуть его вокруг туловища, лямки перекрестить сзади и завязать на груди.  
***СПАСАТЕЛЬНЫЙ ЖИЛЕТ (БУШЛАТ).*** Применяется как средство профилактики несчастных случаев с людьми на воде при катании на гребных лодках и судах маломерного флота, при оказании помощи пострадавшими на воде, в отдельных видах водного спорта, строительных и других видах деятельности на воде.

**Левобережный инспекторский участок ФКУ «Центр ГИМС МЧС России по Новосибирской области»**

****

****

**Учредитель:** администрация Широкоярского **Для писем**:633158, Новосибирская область ***ТЕЛЕФОНЫ ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ:*** сельсовета Мошковского района Мошковский район, п. Широкий Яр, **Пожарная охрана:** 8 (383 48) 21-101

Новосибирской области ул. Школьная, 14 **ОМВД по Мошковскому району:**

**Телефон:** 8 (383 48) 53-310 8 (383 48) 21-102, 21-163, 21-646

**E-mail:** mos\_shirok\_70@mail.ru **Тираж: 101 экз Скорая помощь:** 8 (383 48) 51-503;

**Единая дежурная диспетчерская**

**служба:** 8 (383 48) 21-655