

БЕЗОПАСНЫЙ ТОБОЛЬСК

28 ИЮНЯ 2019 № 2(10)

ИНФОРМАЦИОННОЕ ИЗДАНИЕ НАШЕГО ГОРОДА

12+

МОБИЛЬНАЯ «КАРТА БЕЗОПАСНОСТИ»

Городская электронная «Карта безопасности», являющаяся уникальной в своем роде и не имеющая аналогов в России, доступна в мобильном приложении. Карта безопасности - приложение для смартфонов, в котором размещена полезная информация как для родителей, так и подростков.

Открыв, пользователи найдут телефоны экстренных служб, таких как Единая служба спасения, пожарная охрана, полиция (в том числе дежурной части), скорая помощь, аварийная газовая служба, экстренная служба реагирования, а также номера Уполномоченного по правам ребенка, Общественного детского телефона доверия, комиссии по делам несовершеннолетних. Через приложение можно позвонить на телефон «Службы доверия» и связаться с психологом.

Из мобильного приложения пользователь может ознакомиться с инструкциями по безопасности, а также перейти на сайт комитета по делам молодежи администрации г.Тобольск,

где доступна полная версия «Карты безопасности».

В 12-ти блоках Карты для родителей и детей размещена следующая полезная и нужная информация: «Куда обратиться за помощью», «Как не попасть в беду», «Проблемы молодежи», «Профилактика», «Советы родителям», «Мониторинг знаний по БЖД», «#СТОПВИЧСПИД», «Трудоустройство», «Инструкции по безопасности», «Электронный информационно-образовательный комплекс», «Правила дорожного движения» и «Территория здоровья» и другие актуальные материалы и памятки по безопасности.

Для школьников добавлены игры «Агент домашней безопасности», «Спасатель», «Учим дорожные правила вместе». Кроме того, каждый квартал добавляются электронные версии газеты «Безопасный Тобольск».

Загрузить и установить мобильное приложение можно через Google Play и App Store, а также используя QR-коды (справа).

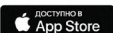
Светлана РАДЧЕНКО

МОБИЛЬНОЕ ПРИЛОЖЕНИЕ

Карта безопасности



СКАЧАТЬ



КОМИССИЯ ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ И ЗАЩИТЕ ИХ ПРАВ ПРИ ГОРОДСКОМ УПРАВЛЕНИИ



ЕСЛИ ВЫ НЕ ВИДИТЕ В ЭТОЙ КАРТИНКЕ НИЧЕГО СТРАШНОГО, ТО ВАШИ ДЕТИ В БОЛЬШОЙ ОПАСНОСТИ!

БЕЗОПАСНЫЕ ОКНА РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ

окна открытыми, используйте верхние форточки или же вертикальный режим проветривания. Закрывайте балконную дверь.

ИСПОЛЬЗУЙТЕ

специальные замки или решетки на окнах (ограничители, блокираторы, детские замки, цепочки, решетки)

БЛОКИРУЙТЕ

окна так, чтобы ребенок не смог их открыть – открутите ручку окна и спрячьте ее

НЕОБХОДИМО

убрать стулья, кровати, мебель от окна, т.к. малыши могут легко вскарабкаться на подоконник

НЕ ДЕРЖИТЕ

маленьких детей на руках около открытого окна. Ребенок может вырваться, увидев что-то интересное

НЕЛЬЗЯ

оставить детей:
- без присмотра взрослых
- под присмотром пожилых людей или несовершеннолетних детей (братьев, сестер)

ВОСПИТЫВАЙТЕ РЕБЕНКА

объясните малышу опасность открытого окна

ПОМНИТЕ!

Москитная сетка не выдерживает веса маленького ребенка!



ЭЛЕМЕНТАРНЫЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ И БДИТЕЛЬНОСТЬ ПОМОГУТ СОХРАНИТЬ ЖИЗНЬ И ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА

ТОМСКАЯ ОБЛАСТНАЯ КОМИССИЯ ПО ДЕЛАМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ И ЗАЩИТЕ ИХ ПРАВ

8(3452) 42-62-83

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ В НАШИХ РУКАХ

Летом у большинства людей появляется желание искупаться в озере, речке, пруду. Но необходимо помнить, что купаться можно только в разрешенных и оборудованных для отдыха местах.

Независимо от вида водоёма, необходимо соблюдать **правила поведения и меры безопасности на воде:**

- купаться можно при температуре воды не ниже 17-19° С;

- плавать в воде можно не более 20 минут, причем начинать нужно с 3-5 минут, постепенно увеличивая время;

- нельзя доводить себя до озноба. При переохлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания, потеря сознания. Лучше искупаться несколько раз по 15-20 минут, а в перерывах поиграть в подвижные игры - волейбол, бадминтон и т.д.;

- если появились судороги в икроножной мышце, нужно сделать глубокий вдох, погрузиться вертикально в воду с головой, выпрямить ноги, руками захватить большие пальцы ног и сильно потянуть на себя. Следует помнить, что работа со сведённой мышцей ускоряет исчезновение судорог;

- нельзя входить и прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как сосуды человека сильно расширяются при жаркой погоде, а при охлаждении в воде наступает резкое рефлекторное сокращение мышц, что может привести к остановке дыхания;

- нельзя заплывать далеко, так как вы можете не рассчитать своих сил. Почувствовав усталость, надо постараться изо всех сил как можно быстрее доплыть до берега. Можно «отдохнуть» на воде. Для этого необходимо научиться плавать на спине: перевернувшись на спину и поддерживая себя на поверхности легкими движениями рук и ног;

- если захватило течением, не нужно пытаться с ним бороться, грести против него. Надо плыть по течению, постепенно под небольшим углом, приближаясь к берегу;

- категорически запрещается купаться в состоянии алкогольного опьянения.

Если вы берете с собой на пляж ребенка, то тут есть еще несколько дополнительных условий безопасности:

- маленькие дети должны купаться только под присмотром взрослых;

- взрослые должны рассказать детям о правильном поведении на воде, особенно если они отправляются в оздоровительный лагерь или туристические походы;

- начинать купание с маленьким ребенком можно тогда, когда температура воздуха будет не менее 25°, а воды - не менее 22°;

- находясь на берегу нельзя выплывать из поля зрения ребенка. Когда на пляже много людей, очень сложно бывает увидеть его в толпе купающихся. Чтобы не потерять ребенка из вида, оденьте его в яркий купальник или плавки, девочкам завяжите яркий бантик;

- вперевые купать ребенка в открытом водоёме рекомендуется с двухлетнего возраста. Приучайте малыша к воде постепенно, в воду заходите вместе с ним, не позволяйте погружаться в воду с головой. Первое купание не должно превышать 2-3 минуты, постепенно доводите до 10 минут. Ребенок должен привыкнуть к воде и новым ощущениям.

Если рядом тонет человек, возможно, вы и не поймете, что это происходит на самом деле. Когда человек тонет, он просто физиологически не способен кричать: он то уходит под воду, то выныривает, чтобы успеть вдохнуть воздух и снова уходит под воду. Он не может контролировать движения рук, чтобы балансировать в воде, он рефлекторно прижимает руки к туловищу. Тут уж не до размахивания руками и криков о помощи. Такой тонущий может находиться на поверхности до полного погружения в воду от 20 до 60 секунд. В таком случае:

- сразу громко зовите на помощь,



чтобы вас услышали;

- бросьте тонущему спасательный круг, длинную веревку с узлом на конце;

- если вы увидели непонятное поведение находящегося рядом с вами человека, если некому помочь, а вы уверены на 100% в своих силах - помогите тонущему. Обязательно запомните, что подплывать нужно только сзади, чтобы он вас не видел. Иначе он может ухватиться за вас мертвой хваткой, и вы оба можете пойти ко дну;

- подплыв, постарайтесь перевернуть тонущего на спину и плывите с ним к берегу. Плывите параллельно с пострадавшим или находясь под ним;

- если утопающий уходит под воду, то поднырните под него и постарайтесь его вытолкнуть на поверхность, по возможности громко зовите на помощь, возможно человека удастся спасти.

Если тонешь сам:

- не паникуй, кричи, зови на помощь;
- перевернись на спину, широко раскинь руки, расслабься и сделай несколько глубоких вдохов;

- если же свело ногу, уцепи несколько раз икроножную мышцу. Если это не помогает, крепко возьми за большой палец ноги и резко выпрями ее. Плыви к берегу.

Помни! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.

Владимир САМОЛОВОВ,
руководитель Тобольского
отделения ФКУ «Центр ГИМС МЧС
России по Тюменской области»



КАК УБЕРЕЧЬСЯ ОТ КЛЕЩЕЙ

Клещевой вирусный энцефалит (КВЭ) - острое инфекционное вирусное заболевание, с преимущественным поражением центральной нервной системы. **Последствия заболевания: от полного выздоровления до нарушения здоровья, которое может приводить к инвалидности и смерти.**

Как можно заразиться КВЭ?

Возбудитель болезни (арбовирус) человеку передается в первые минуты присасывания зараженного вирусом клеща вместе с обезболяющей слюной:

- при посещении эндемичных по КВЭ территорий в лесах, лесопарках, на индивидуальных садово-огородных участках;

- при заносе клещей животными (собаками, кошками) или людьми на одежду, с цветами, ветками и т.д. (зараженные люди, не посещающие лес).

А также, что очень важно и мало кто знает, при употреблении в пищу сырого молока коз (чаще всего), овец, коров, буйволов, у которых в период массового нападения клещей вирус может находиться в молоке. Поэтому необходимо употреблять этот продукт только после кипячения. Следует подчеркнуть, что заразным является не только сырое молоко, но и продукты, приготовленные из него: творог, сметана и т.д.

Нельзя растирать место укуса клеща,

так как при расчесывании вирус втирается в кожу.

Основные признаки болезни

Для заболевания характерна весенне-осенняя сезонность, связанная с периодом наибольшей активности клещей. Инкубационный (скрытый) период длится чаще 10-14 дней, с колебаниями от 1 до 60 дней. Болезнь начинается остро, сопровождается ознобом, сильной головной болью, резким подъемом температуры до 38-39 градусов, тошнотой, рвотой. Беспокоят мышечные боли, которые наиболее часто локализуются в области шеи и плеч, грудного и поясничного отдела спины, конечностей.

К заражению восприимчивы все люди, вне зависимости от пола и возраста. Наибольшему риску подвержены те, чья работа связана с пребыванием в лесных местах.

В лесу или парке старайтесь избегать высокой травы и кустарников, не собирайте и не берите домой цветы, траву и ветки, не надевайте в лес открытую обувь - сандали или босоножки, обувь должна закрывать всю ногу. Лучше всего для похода в лес подходят комбинезоны.

Осматривать ребенка на момент присасывания клеща нужно каждые 20 минут. Клещ ползет по коже 20-40 минут и ищет место, куда ему будет легко присосаться. Поэтому очень важно осматривать детей каждые 20 минут на природе и по возвращению домой. Не забывайте

осматривать пупок, пах, волосы, подмышки и за ушами.

Как снять клеща?

Лучше это сделать у врача в любом приемном пункте. Снимать его следует очень осторожно, чтобы не оборвать хоботок, который глубоко и сильно укрепляется на весь период присасывания.

При удалении клеща необходимо соблюдать следующие рекомендации:

- захватить клеща пинцетом или обернутыми чистой марлей пальцами как можно ближе к его ротовому аппарату и держа строго перпендикулярно поверхности укуса повернуть тело клеща вокруг оси, извлечь его из кожных покровов,
- место укуса продезинфицировать любым пригодным для этих целей средством (70% спирт, 5% йод),
- после извлечения клеща необходимо тщательно вымыть руки с мылом,
- если осталась черная точка (отрыв головки или хоботка) обработать 5% йодом и оставить до естественной элиминации,
- обязательно обратиться в медучреждение.

Снятого клеща нужно доставить на исследование в микробиологическую лабораторию «ФГУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии» или иные лаборатории, проводящие такие исследования.

Лейла БАРКИНХОЕВА,
врач-педиатр ГБУЗ ТО ОБНЗ

УСЛОВИЯ ЗАРАЖЕНИЯ

1. **Посещение леса**
 - ✓ Клещи живут на травах или деревьях.
 - ✓ Не может лететь или прыгать.
 - ✓ Может цепляться за одежду.
 - ✓ Может укусить на шею.



2. **Заносение клещей животными** (собаками и кошками после прогулки).
3. **Заносение клещей людьми** (на одежде, с цветами, ветками).



СПОСОБЫ ЗАРАЖЕНИЯ

- ✓ Укус клеща.
- ✓ Разодрывание и втирание присосавшегося клеща.
- ✓ Употребление в пищу инфицированного сырого козьего и коровьего молока.



ПРОФИЛАКТИКА ЗАБОЛЕВАНИЯ

1. **Носите в лесу специальную одежду**
 - ✓ Куртку или рубашку с длинными рукавами.
 - ✓ Головной убор.
 - ✓ Высокую закрытую обувь, в которую можно вставить сапоги.
2. **Используйте репелленты** (обработайте одежду и открытые участки тела специальными защитными препаратами).
3. **Осматривайте себя** (не пренебрегайте осмотом и самоконтролем на привале и по возвращению домой).
4. **Пейте кипяченое молоко**
5. **Сделайте прививку против клещевого энцефалита!**



КЛЕЩЕВОЙ ЭНЦЕФАЛИТ

ЧТО ТАКОЕ ЭНЦЕФАЛИТ?

Энцефалит - вирусное природно-очаговое заболевание с преимущественным поражением центральной нервной системы. Источником вируса является более 100 видов животных - крупный рогатый скот, овцы, гусыни и др.

ПЕРЕНОСЧИКИ ВИРУСА



Время жизни 3-25 нед.

Среда обитания: в лесу, на полях, в парках и других местах, где имеется трава и кусты.

Активность: теплые времена года, с апреля по октябрь, пик активности - июль-июль.

Как нападает: Клещ незаметно впивается в кожу жертвы, выделяет со слюной анестезирующее и разжижающее кровь вещество, обезболяющее процесс присасывания. Человек может длительно время не ощущать прикрепившегося клеща.

Через несколько часов после укуса голова насекомого полностью погружается под кожу человека, а брюшко раздувается от высосанной крови.



3-4 мм



40-500 мкм

Вирус сохраняется в течение всей жизни клеща!

ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ЗАБОЛЕВАНИЯ

1. **Инкубационный период** длится 1,5 - 2 недели.
2. **Поражение коры головного мозга** длится несколько дней.
3. **Воспаление мозга** (Сильная головная боль, рвота, потеря сознания вплоть до комы), температура выше 39-40°.



ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ УКУСЕ КЛЕЩА

1. **Используйте нить для извлечения клеща** (Время извлечения клеща оторвать его головку или хоботок. Обработайте место укуса спиртом или 5% раствором йода и зелем, удалите головку стерильной иглой (предварительно обработанной на огне) тоном, как удаляете обожженную кожу).
2. **Если на коже осталась черная точка** (Во время извлечения клеща оторвался его головка или хоботок. Обработайте место укуса спиртом или 5% раствором йода и зелем, удалите головку стерильной иглой (предварительно обработанной на огне) тоном, как удаляете обожженную кожу).
3. **Продезинфицируйте место укуса** (Как можно быстрее обработайте место укуса любым дезинфицирующим средством - 3-5% раствором зеленки, 5% раствором йода, спиртом и т.п.)
4. **Тщательно вымойте руки с мылом**
5. **Обратитесь к врачу** (Если необходимо проконсультируйтесь по поводу инфекции. Попросите клеща в стерильном флаконе вместе с салфеткой извоненной кусочком ваты, плотно закрытой крышкой. Возвращение в поликлинику не более 2 суток.



✓ Кровь клеща голыми руками, разламывая! **Что делать?**
 - Делать резким движением - клещ разорвется!
 - Использовать мыло - оно закупорит дыхательные отверстия, и клещ сможет умереть, так и оставшись в коже!

7 ПРАВИЛ ФИНАНСОВОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ИНТЕРНЕТЕ



Наши персональные и финансовые данные - мишень для мошенников, орудующих не только в реальном мире, но достигающих нас по телефону или в Интернете. Как уберечь личные финансы и семейный бюджет от выкачивания средств со счетов? Служба Учета Домашней Бухгалтерии подготовила серию статей по финансовой безопасности и защите ваших денег. Начнем с самого изощренного - с Интернета.

В Интернет-магазинах можно наткнуться на несколько разновидностей мошенничества. В основном, деньги с вашей карты Интернет-мошенники пытаются украсть многими способами, например:

1) **заражением вашего компьютера.** Неважно, используете вы настольный компьютер, ноутбук, смартфон или планшет - заразить их можно через уязвимости операционной системы или установленные вами программы;

2) **кражей данных прямо в форме оплаты** - некоторые крупные сайты и Интернет-магазины взламывают, вставляя туда платежную форму, из которой данные карты считываются и используются мошенниками уже для своих коварных целей;

3) **социальной инженерией** - взломав профили ваших друзей или создав привлекательные поддельные профили, мошенники пытаются заставить вас перевести им деньги, переписываясь с вами по электронной почте, в Skype и социальных сетях;

4) **спамом** (от слова spam, названию чрезмерно рекламировавшейся ветчины) и скамом (от слова scam, означающего жульничество) - вам предлагают какие-то товары или услуги по привлекательно низкой цене, но качество не гарантировано;

5) **фишингом** (от слова phishing, звучащего так же, как и слово «рыбалка») - вас приманивают на поддельные сообщения от вашего банка или крупного Интернет-портала по электронной почте. Перейдете и поверьте - данные уже у мошенников, и они могут

«отovarить» вашу банковскую карту далеко за пределами страны.

А теперь - внимание, ниже приведены 7 правил финансовой интернет-безопасности:

1. **Защитите свое Интернет-устройство.** Любая компьютерная система уязвима перед теми, кто жаждет ее взломать и нажиться на этом. Ваши деньги могут внезапно подвергнуться опасности, если ваш любимый сайт взломают или повредят защиту вашего устройства, или если вы просто зайдете в Интернет по бесплатному публичному Wi-Fi. Помните об этом и используйте несколько уровней защиты - дополнительные пароли и программы для повышения безопасности. Также поможет проверка всех сайтов, на которые вас завлекают, на предмет фальсификации, специальным модулем антивируса.

2. **Проведите деньги только друзьями, с кем есть контакт не только в сети.** В последние пару лет участились взломы профилей соцсетей (ВКонтакте, Одноклассники) и других программ для общения (Skype, WhatsApp, Viber), которые мошенники используют для того, чтобы втереться в доверие к постоянным контактам взломанного. Когда друг или родственник просит помочь ему деньгами, не выходя на связь по другим каналам, - надо настояться. В финансовой безопасности важно «перебдеть, чем недобдеть».

3. **Покупайте товары и услуги только у тех интернет-продавцов, которым есть основания верить.**

4. **Если вы в Интернете через мобильное устройство - регулярно проверяйте баланс счета.** Проверьте состояние своего счета у мобильного оператора после посещения сомнительных сайтов, предлагавших бесплатные загрузки «шокирующих» видео, неприличных картинок и взломанных платежей. Может быть, вас против вашей воли «подписали» на ежедневные платежи, которые могут обнулить вам счет. Когда счет исчерпается, отключат от связи вас быстро, а «доблатиться» за возврат придется долго.

5. **Платите в Сети только специальной банковской картой.** Если вы заведете дополнительную карту для Интернет-платежей, вы обезопасите основную сумму на своем счету. Вы можете перекидывать нужную сумму через Интернет-банк или мобильный банк на счет нужной карты всякий раз, когда собираетесь платить.

6. **Никому не сообщайте данные своей карты.** Как только вам придёт сообщение «У вас заблокированы деньги. Позвоните по номеру 8-800...» - нужно настроиться и посмотреть в Интернете, что пишут про

этот номер. Скорее всего, он не связан с вашим банком, а зарегистрирован на подставную компанию. И по этому номеру вас ожидают вопросы жуликов, умело втирающихся в доверие, про номер и срок действия вашей карты.

7. **Не ставьте «левые» программы на компьютер, смартфон и планшет.** Если вы используете приложения Интернет-банков на своем планшете или «умном» телефоне, проверяйте происхождение новых программ, которые ставятся на ваше устройство. Считать SMS-сообщение с помощью взломанной программы гораздо проще, чем подглядывать за жертвами. А «подсмотреть», что вы вводите с клавиатуры, гораздо легче на обычном компьютере, если функцией «прослушки» обладает незаметная шпионская программа.

Защитить семейный бюджет от посягательств непросто. Но постарайтесь! И помните, что в случае воровства денег с банковской карты вы защищены законодательно как на уровне банка, так и на уровне правил крупнейших платежных систем - Visa, Mastercard и других. Как только вы узнали про недоброду, в течение суток постарайтесь обратиться в ваш банк и зарегистрировать заявление (по телефону, через онлайн-банк или лично). После чего банк проведет свое расследование и выяснит, мошеннические это были действия или сознательные ваши. Если банк не вернет деньги, то можно жаловаться и в суд, и в платежную систему в течение 45, а иногда даже и 90 дней.

По материалам
<https://www.keepssoft.ru/blog>



ЧТО ДЕЛАТЬ ЕСЛИ ТЕБЕ УГРОЖАЮТ В ИНТЕРНЕТЕ?

С развитием информационно-технологического прогресса жизнь современного человека значительно преобразилась - теперь нас повсюду окружают высокотехнологичные компьютеры, смартфоны, планшеты и прочие гаджеты, которые упрощают нашу жизнь, помогают нам работать, общаться, организовывать досуг и во многом другом. И, конечно, все современные устройства имеют выход в Интернет.

Всемирная паутина открывает множество возможностей. Каждый современный человек, ежедневно проводит время в Интернете. Аудитория пользователей стремительно растет - сегодня доступ к сети имеют не только взрослые, психически устойчивые люди, но и дети, подростки, психика которых еще не сформировалась и подвержена внешнему влиянию.

Если вы активны в социальных сетях, то наверняка сталкивались с проблемой угроз в Интернете. За оставленные вами комментарий, изображение или прочее действие, от одного или нескольких пользователей начинают сыпаться многочисленные обязательства, проклятия, требования и угрозы физической расправы над вами или вашими близкими. Конечно, чаще всего это пустая болтовня, которую стоит проигнорировать. Но, если недоброжелатель называет ваше имя, адрес, другую личную информацию, то игнорировать такие угрозы крайне нежелательно и может быть опасно! Существует несколько несложных действий, которые в таком случае необходимо выполнить:

1. Закрепить угрозы.

Есть такой термин - «нотариально заверенный скриншот». Звучит, может, немного нелепо, но его очень важно сделать. Нотариус должен просмотреть страницу в Интернете, где содержится угрозы в ваш адрес, и составить «Акт осмотра страницы в сети «Интернет». Сделать скриншоты страниц лучше самостоятельно сразу же, как поступили



угрозы, поскольку автор может удалить свои сообщения.

2. Удалить личные данные из публичного доступа.

Если ваш адрес или другие личные данные были оставлены злоумышленниками в комментариях или на какой-либо странице в публичном доступе, то это является нарушением законодательства о персональных данных. Необходимо обратиться к администрации сайта с требованием удалить такую информацию из публичного доступа.

3. Обратиться в полицию.

Напишите в полиции «Заявление о преступлении». Приложите к нему нотариально заверенный скриншот или акт осмотра страницы. В заявлении подробно опишите все обстоятельства произошедшего - кто, где, как именно, при каких обстоятельствах вам угрожал. Укажите возможных свидетелей, если угрозы поступали в публичном доступе. Ваше заявление зарегистрируют и выдадут вам номер КУСП (книги учета

сообщений о происшествии), по которому вы можете отслеживать статус заявления.

4. Интересуйтесь ходом проверки.

После вашего обращения сотрудники должны начать следственную проверку. По её итогам выносится постановление о возбуждении или об отказе в возбуждении уголовного дела. Вас обязаны ознакомить с постановлением, а также в случае вашей просьбы материалами проверки. Последние при этом необходимо затребовать самостоятельно.

И наконец, чтобы избежать подобных неприятных прецедентов и не беспокоиться о своей безопасности, лучше следовать некоторым простым правилам поведения в сети. В первую очередь, не опубликовывать свои персональные данные на незащищенных ресурсах или в публичном доступе. Это обезопасит вас и ваших близких от возможных виртуальных и реальных угроз!

По материалам интернет-изданий

ВЫБЕРИ БЕЗОПАСНЫЙ КРУГ ОБЩЕНИЯ

В век цифровых технологий люди все чаще проводят жизнь в гаджетах. Многие не представляют себе и день без того, чтобы не заглянуть в свой аккаунт и не проверить новости или сообщения. Особенно этому новому веянию подвержены подростки. Теперь молодые люди доказывают свою «крутизну» и значимость в Интернете, соревнуясь у кого больше друзей и лайков. В погоне за популярностью, подростки и не представляют, что могут стать заложниками преступника.

Сотрудники

Межмуниципально-

го отдела МВД России «Тобольский» настоятельно рекомендуют несовершеннолетним не общаться в социальных сетях с незнакомыми людьми. На первый взгляд кажется, что простое общение ни к чему не приведет и ни к чему не обязывает. Но может случиться неоправдываемое. Незнакомец может легко войти в доверие и подросток уже будет «зависим» от общения с ним. Под различными предложениями «виртуальный» друг или подруга могут запрашивать персональные данные, выясняя какие-то подробности из жизни, в том числе и интимного характера. А потом, опери-

руя данной информацией, начнут шантажировать и запугивать.

Полицейские рекомендуют тщательно смотреть подросткам за кругом своего общения в социальных сетях. Также стоит задуматься о том, как вы общаетесь со своими близкими и друзьями, не стоит скидывать слишком откровенную информацию. Ведь в случае ссоры «друг» или «подруга» могут вам отомстить.

Екатерина КОПШАЕВА,
старший специалист

направления по связям со СМИ
МО МВД России «Тобольский»

ПРОГУЛКА В ЛЕС БЕЗ ПОТЕРЬ



Наступил сезон сбора ягод, грибов и начинается массовое посещение лесов гражданами. Сотрудники МЧС рекомендуют жителям нашего региона при походах в лес соблюдать правила безопасного поведения в лесах, уметь вести себя в чрезвычайной ситуации и оказать первую помощь пострадавшему.

Прежде, чем отправляться в лес, сообщите родственникам куда, в какой район и на сколько вы идете. Знайте приблизительный маршрут своего похода в лес. Наденьте яркую одежду, но не зеленую, пригодную для любых погодных условий. Возьмите с собой в достаточном количестве воды, спичек, и приспособлений для защиты своей жизни. Захватите сотовый телефон. Заблудиться в лесу можно всегда. Причем это может произойти как в хорошо знакомом вам лесу, так и в совершенно незнакомом месте.

Что же делать, если вы заблудились?

- Сохраняйте спокойствие и избегайте паники - она уничтожает способность думать и приводит к неправильным действиям. Думать нужно лишь об одном, как добраться до того места, откуда начинается знакомый путь. Вспомните, где именно вы могли повернуть в неверную сторону, вспомните последнюю приметку на знакомом отрезке пути и постарайтесь отследить к ней дорогу.

- Попробуйте вспомнить знакомые ориентиры, наилучшими являются железная дорога, речка, шоссе. Прислушайтесь, не слышны ли звуки проезжающих машин. Если да, то идите на этот звук, так вы выйдете к трассе. Следует также держаться берега реки, если вы услышали шум воды, двигайтесь по направлению к ней.

- Берегите и экономно расходуйте воду, она более важна для вашего выживания, нежели пища.

- Не ищите встреч с животными, а если вы случайно наткнетесь на них, дайте им возможность уйти. В качестве защиты используйте огонь или шум (крик, свист, громкий стук палкой о дерево).

Запомните! Дети должны знать, что они не будут наказаны за то, что заблудились. Научите детей, что необходимо выбрать большое дерево (или какой-либо другой объект) возле при-

метного места и находиться там. Сообщите детям о необходимости кричать в ответ на шум, который их пугает. Если это звери, они испугаются и уйдут. Это также помогает тем, кто будет искать.

Также с целью недопущения пожаров в лесах запрещается:

- бросать в лесу горящие спички, окурки, тлеющие тряпки;

- разводить костер в густых зарослях и хвойной молодняке, под низкими кронами деревьев, рядом со складами древесины, торфа;

- оставлять в лесу самовозгораемый материал: тряпки и ветошь, пропитанные маслом, бензином, стеклянную посуду, которая в солнечную погоду может сфокусировать солнечный луч и воспламенить сухую растительность;
- оставлять костер горящим после окончания.

При обнаружении природного пожара, постарайтесь ликвидировать очаг возгорания собственными силами. Если это не удается, необходимо покинуть опасную зону, сообщить о месте пожара в лесную охрану, спасателям, администрацию, полицию.

Соблюдая рекомендации, вы обеспечите себе и своим детям интересный и безопасный отдых в лесу.

Вячеслав ТЕРЕХОВ,
старший инспектор ФГКУ
«8 ОФПС по Тюменской области»

www.kdmtob.ru

Приглашаем всех жителей и гостей города Тобольска принять участие в городской экологической акции «СПАСЁМ ЁЖИКОВ!»

Приноси использованные батарейки, получай значки и обменивай их на развлечения



15

Стрельба в лазерном тире, лазертаг

ВСМЦ «Россияне», телефон: 25-34-43



30

Верёвочный парк

СП «Станция кных туристов», телефон: 22-23-85



5

Занятие в «Парке Лего»

Телефон: 29-40-48



15

Игра с VR-оборудованием

Красная площадь, 25 (водонапорная башня), телефон: 25-34-43



15

Стрельба в стрелково-метательном тире

ВСМЦ «Россияне», телефон: 25-34-43



15

РОБО-футбол

СП «Центр детского технического творчества», телефон: 26-26-54



20

Батуты ИП Рочев Е.А.

ТРЦ «Жемчужина Сибири»



10

Посещение зоопарка

ОП «Дом природы», телефон: 36-39-01



5

Батуты

СП «Станция кных туристов», телефон: 22-23-85

ГИГИЕНА ЛЕТОМ ИЛИ ЧЕГО БОИТСЯ ВГА

Вирусный гепатит (или в простонародье - «желтуха») известен многим родителям. Раньше все школьники в начале учебного года получали инъекцию гаммаглобулина, которая должна была защитить их от гепатита, однако сейчас это не практикуется. И получается, что «желтуха» есть, а вакцинацию люди стараются обойти стороной. Можно ли вообще избежать заражения этим вирусом? Если да, то что для этого можно сделать?

ЗНАКОМЬТЕСЬ - ВГА

Вирусных гепатитов на самом деле много и каждый достоин отдельной статьи. Сегодня речь пойдет о вирусном гепатите А (далее - ВГА), который наиболее часто поражает детей. Вот, что об этом вирусе рассказывает Сергей Мухомолов, советский и российский биолог, профессор, доктор медицинских наук, заведующий отделом эпидемиологии и лабораторией вирусных гепатитов НИИ эпидемиологии и микробиологии имени Пастера (г.Санкт-Петербург):

«Убийственными для вируса являются лишь два фактора: температура +100°C и выше и ультрафиолетовое облучение. Такая высокая устойчивость обеспечивает широкое присутствие вируса. ВГА поражает клетки печени только у человека. Вместе с желчью он достигает кишечника и выделяется в окружающую среду с фекалиями. Дальше ситуация может развиваться по нескольким сценариям.

ВАРИАНТЫ СЦЕНАРИЕВ

1. Вирус попадает в открытые водоемы и инфицирует людей, которые употребляют «сырую» воду или случайно заглатывают ее - например, во время купания.

2. Из загрязненной воды вирус может попасть в продукты, которые не подвергаются термической обработке: соки и нектары, сырые овощи и фрукты для приготовления салатов, некоторые моллюски (мидии, устрицы).

3. Вирус выделяется в окружающую среду и загрязняет различные поверхности - в квартире, на работе, в любом общественном месте. Если человек соприкоснулся с зараженной поверхностью и не вымыл руки, вирус попадает в рот и таким образом проникает в организм.

В ОТПУСК ЗА ВИРУСОМ

ВГА активно циркулирует среди людей. Организм человека, перенесшего ту или иную форму инфекции, начинает вырабатывать защитные антитела. Однако в последние годы количество таких людей сократилось более чем в два раза.

Сегодня люди много путешествуют



по миру. Ежегодно из России на отдых в другие страны выезжают миллионы наших сограждан. Нередко с родителями едут и дети. Большая часть путешественников стремится поехать в Египет, Турцию, Китай. Но именно в этих странах существует реальная угроза заражения вирусом гепатита А! По эпидемиологической классификации эти территории называются гиперэндемичными.

ОСНОВНЫЕ СИМПТОМЫ

ВГА - острое инфекционное заболевание; сопровождается желтением кожных покровов и слизистых, потемнением мочи, светлым стулом, слабостью, тошнотой, рвотой, снижением аппетита, повышенной чувствительностью при пальпации живота в верхнем правом квадранте (область под правой реберной дугой).

Дети часто переносят гепатит А в безжелтушной форме, то есть у них отсутствует основной симптом, по которому врач может заподозрить инфекцию. В таких случаях ребенок представляет реальную угрозу как источник инфекции, поскольку продолжает посещать детское учреждение.

И еще один важный момент: инфицированный человек начинает выделять вирус за несколько дней до появления клинических симптомов.

У детей заболевание протекает сравнительно мягко и квалифицируется как легкое или средней тяжести. Хронических форм этой инфекции не бывает. Однако в ряде случаев болезнь может протекать тяжело и закончиться летальным исходом. Это касается детей, страдающих хроническими заболеваниями печени или иммунодефицитными состояниями.

ЧТО МОЖНО ПРЕДПРИНЯТЬ?

Во-первых, если ребенок заболел, необходимо обратиться к врачу и ни в коем случае не заниматься самолечением. Если у ребенка обнаружат гепатит А, его госпитализируют и таким

образом не допустят заражения окружающих.

Зная пути распространения вируса, можно обезопасить себя:

- мойте руки, придя с улицы, перед едой и после туалета;
- не употребляйте «сырую» воду, в том числе из водопровода;
- не употребляйте напитки из кулеров и автоматов;
- во время путешествий пейте только бутилированную воду и пакетированные соки;
- не покупайте соки и еду у уличных торговцев.

Но, к сожалению, даже четкое выполнение всех правил не гарантирует защиты от инфекции. Самое мощное и эффективное профилактическое средство против гепатита А - вакцинация.

25 ЛЕТ СПОКОЙНОЙ ЖИЗНИ

Вакцина против гепатита А - это убитые вирусные частицы, адсорбированные на гидроокиси алюминия. Рекомендуются использовать следующую схему вакцинации. Первая доза вакцины защищает человека от вируса гепатита А около 6 лет, но если через полгода после первой инъекции ввести вторую дозу, то продолжительность защиты возрастает до 25 лет.

Клинические испытания вакцин, проведенные в России, показали их абсолютную безвредность и высокую эффективность. Применять вакцины можно, начиная с 1 года. Прививные не заболевают гепатитом А, защитные антитела образуются уже после первой инъекции. Через 14 дней такие антитела выявляются у 90% привитых.

Вакцина против гепатита А включена в национальный календарь прививок для детей, входящих в группы риска. К ним относятся, в том числе, и дети, выезжающие с родителями в регионы, где существует высокий риск заражения. Поэтому родителям следует серьезно задуматься над вакцинацией своих детей».

Любовь ОДИНЦОВА

ПОЖАРНЫЕ СТАРТЫ ПРОШЛИ В ТОБОЛЬСКЕ

Городские соревнования «Пожарные старты» прошли 19 июня на базе Центра детского технического творчества, главной целью которых стало формирование у детей адекватного поведения в экстремальных ситуациях, связанных с пожарами.

Руководитель СП «Центр детского технического творчества» Максим Вильдан совместно с сотрудниками 8-го отряда федеральной противопожарной службы по Тюменской области рассказали детям-участникам о правилах поведения в экстремальных ситуациях и способах их решения.

В борьбу за победу вступили 13 команд. Ребятам предстояло прой-

ти множество испытаний, таких как: имитация звонка в пожарную охрану с изложением ситуации и адреса происшествия, надевание боевой одежды пожарного, тематический рисунок на пожарную тематику, бег с препятствиями. Участникам даже удалось поработать с пожарным стволом, смоделировав тушение пожара, а именно попасть струей воды из ствола в мяч на подставке и сбить его.

Лучше всех с этой задачей справилась команда школы №5, вторыми стали ребята из школы №2, третье почетное место досталось команде школы №13. Победители награждены ценными призами и грамотами.



Андрей ЛОБУНЕЦ,
старший инженер
ОСип СПТ ФГКУ «8 ОПС
по Тюменской области»

Безопасность – это...



...купаться только в разрешённых местах.

Безопасность – это...



...надевать спасательный жилет.

Безопасность это...



...не прыгать с опасных объектов.

Безопасность – это...



...пользоваться средствами защиты от солнца при отдыхе на пляже.