

Министерство образования Пензенской области
ГАПОУ Пензенской области
«Нижнеломовский многопрофильный техникум»

ПАМЯТКА ДЛЯ СТУДЕНТОВ «БЕЗОПАСНОСТЬ ВО ВРЕМЯ ЛЕТНИХ КАНИКУЛ»

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМАХ

- Купаться и загорать можно только на оборудованном пляже, в разрешенных МЧС местах;
- Если вы не умеете плавать, не следует заходить в воду выше пояса;
- Находиться в воде можно не более 10 мин, при переохлаждении могут возникнуть судороги (длительность пребывания зависит от температуры воды и воздуха);
- Нельзя нырять после длительного пребывания на солнце, сразу после приема пищи, в состоянии утомления;
- Нельзя нырять с мостов, пристаней, других сооружений на пляже, даже в тех местах, где ныряли прошлым летом, так как уровень воды мог понизиться за год, на дно попасть опасные предметы;
- Прыгать с берега в незнакомых местах категорически запрещается;
- Нельзя заплывать за буйки, так как они ограничивают проверенную для купания акваторию.
- Если вы оказались в водовороте, не теряйтесь: наберите больше воздуха в легкие и погрузитесь на глубину, сделав сильный рывок в сторону, всплывите на поверхность воды;



- Нельзя заплывать далеко от берега, так как можно не рассчитать своих сил, чтобы вернуться назад;
- Если вы почувствовали усталость, не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега, «отдохните» на воде, лежа на спине или спокойно расправив руки и ноги, закройте глаза и расслабьтесь, чтоб далее продолжить путь;
- Опасно подныривать друг под друга, хватать за ноги, пугать, сталкивать в воду и заводить на глубину не умеющих плавать. Такие действия могут повлечь смерть;
- Если вас захватило сильное течение, не стоит пытаться бороться с ним, надо плыть вниз по течению под углом, приближаясь к берегу;
- Опасно купаться в воде ниже +17–19 градусов;
- Нельзя купаться в шторм, в грозу;
- Нельзя купаться ночью.

ДОРОЖНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

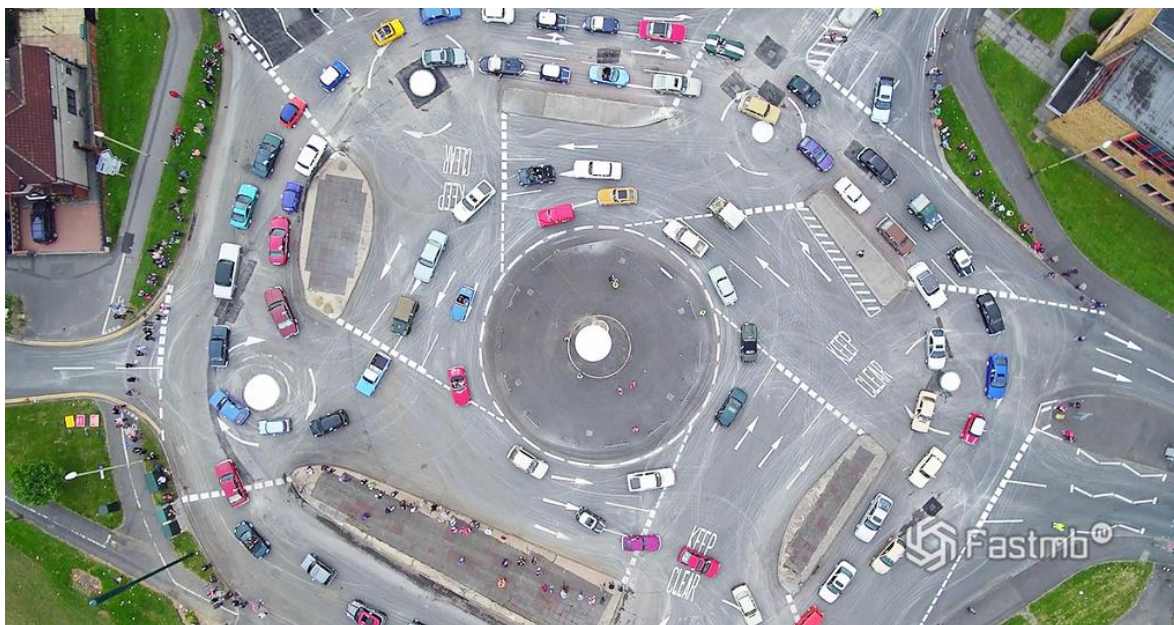
Основные причины ДТП для пешехода:

- выезд на дорогу на роликовых коньках, самокатах, велосипедах и других средствах передвижения;
- переход проезжей части в неустановленном месте;
- неожиданный выход пешехода из-за придорожных предметов, ограничивающих видимость;
- переход проезжей части вне пешеходного перехода;
- иные нарушения правил пешеходами;
- не уступить дорогу транспорту специального назначения.



Основные причины ДТП для водителя:

- не соблюдение дистанции;
- вождение в нетрезвом состоянии;
- превышение скорости;
- нарушение правил обгона;
- невнимательность.



ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ПЕРИОД САМОИЗОЛЯЦИИ

- Избегать мест массового скопления людей (детские площадки, парки закрыты, их нельзя посещать! За нарушение ребенком режима самоизоляции штраф будет наложен на родителей);
- Без особой необходимости не пользоваться общественным транспортом (в случае необходимости передвижения ребенок с 14 лет должен оформить цифровой пропуск);
- В общественных местах носить маску и перчатки;
- Смазывать губы, кончик носа (внутри) и руки детским кремом. Это увлажняет и затрудняет проникновение вирусов. Можно использовать для смазывания губ и носа внутри противовирусную мазь, например, «Зовиракс»;
- Ежедневно протирать антибактериальными, спиртосодержащими средствами (водкой, одеколоном, раствором уксуса) дверные ручки, выключатели, краны, пишущие ручки, телефоны, компьютерные клавиатуры.



ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА УПОТРЕБЛЕНИЕ И РАСПРОСТРАНЕНИЕ НАРКОТИЧЕСКИХ ВЕЩЕСТВ

- За незаконное приобретение, хранение, перевозку, изготовление наркотических средств лица привлекаются к уголовной ответственности по статье 228 Уголовного кодекса Российской Федерации, предусматривающей наказание до 15 лет лишения свободы.
- За незаконное производство, сбыт, пересылку наркотических средств лица привлекаются к уголовной ответственности по статье 228.1 Уголовного кодекса Российской Федерации, предусматривающей наказание до пожизненного лишения свободы.
- За перемещение наркотических средств через границу Российской Федерации лица дополнительно привлекаются к уголовной ответственности по статье 229.1 Уголовного кодекса Российской Федерации, предусматривающей наказание до 20 лет лишения свободы.
- За склонение к потреблению наркотических средств, психотропных веществ или их аналогов статьей 230 Уголовного кодекса Российской Федерации установлена уголовная ответственность и предусматривается наказание до 15 лет лишения свободы.

- Начиная с февраля 2015 года Уголовным кодексом РФ установлена ответственность за оборот новых потенциально опасных психоактивных веществ (соли, миксы, спайсы), максимальное наказание за которое - до 8 лет лишения свободы (ст. 234.1 УК РФ).
- За вовлечение в совершение преступления несовершеннолетнего статьей 150 Уголовного кодекса РФ предусмотрена ответственность на срок до 5 лет лишения свободы.
- При назначении наказания отягчающим обстоятельством является совершение преступления в состоянии наркотического опьянения.



ТЕЛЕФОНЫ ЭКСТРЕННОЙ ПОМОЩИ:

- 101 – ПОЖАРНЫЕ, МЧС;
- 102 – ПОЛИЦИЯ;
- 103 – СКОРАЯ ПОМОЩЬ;
- 112 – ЕДИНЫЙ ТЕЛЕФОННЫЙ НОМЕР ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ СО ВСЕХ СОТОВЫХ ТЕЛЕФОНОВ.



**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ
БЛИЗКИХ !**

**ДОРОЖИТЕ ЖИЗНЬЮ И
ЗДОРОВЬЕМ – ЭТО
САМОЕ ДОРОГОЕ ЧТО У
НАС ЕСТЬ!**

