



ВІДПОЧИВАЄМО БЕЗПЕЧНО

У парках, лісах та луках зустрічаються небезпечні рослини і тварини, при контакті з якими можна завдати шкоди своєму здоров'ю



Отруйні рослини поруч з нами:

Борщівник Сосновського, болиголов плямистий, аконіт (борець), беладонна, блекота чорна, дурман звичайний, вовчі ягоди, віх отруйний (цикута), амброзія полинолиста.

Не збирайте гриби, у їстівності яких не впевнені!
При перших симптомах отруєння промити шлунок, прийняти активоване вугілля, звернутися за медичною допомогою

Уникайте в лісі диких тварин

Тварини нападають на людину, якщо вони поранені, перелякані несподіванкою або захищають своє потомство.

При агресивному поведженні тварин можна використовувати, як засіб захисту, вогонь або стукати палицею об дерево. У лісі слід уникати звірячих стежок, важкопрохідних ділянок.

Будьте обережні при зустрічі зі зміями!

Як захистити себе від укусів жалячих комах, павуків та кліщів

- не ходіть босоніж або у відкритому взутті по траві;
- будьте пильні біля кущів, які квітнуть;
- після прогулянки в лісі, парку оглядайте себе на наявність кліщів, які можуть причепитися до тіла





Якщо гроза застала вас у полі, лісі, біля річки

- не ховайтеся в наметах, під поодинокими деревами;
- позбудьтесь металевих предметів, які є у вас (сокири, ножі, годинники, мобільні телефони), покладіть їх у захищеному місці подалі від себе;
- не торкайтеся металевих споруд та інших об'єктів з металу.

Як себе поводити під час купання

- не купайтеся в незнайомому місці;
- уникайте води в незнайомих місцях;
- не заходьте у воду напідпитку;
- ніколи не плавайте наодинці.

Як уникнути сонячного удару

- уникайте прямого сонячного проміння;
- носіть одяг світлого кольору з легкої нещільної тканини;
- одягайте головний убір;
- дотримуйтесь питного режиму;
- обмежте фізичні навантаження.

Як правильно розвести багаття у поході

- вибрати місце для вогнища, з врахуванням напрямку вітру;
- відстань від намету не повинна бути менше 7-10 м підвітряного боку;
- прибрати легкозаймисті речі (мох, суха трава, очерет) у радіусі 3-5 метрів;
- у лісовій та парковій зоні розводити багаття дозволяється лише у відведених для цього місцях;
- не рекомендується розводити велике багаття, бо його важко контролювати;
- після приготування їжі багаття засипати піском або залити.

ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ РОЗВОДИТИ БАГАТТЯ ПІД ЧАС ПОЖЕЖОНЕБЕЗПЕЧНОГО ПЕРІОДУ!

Навчально - методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності
Кіровоградської області
<https://nmc.dsns.gov.ua/kr>
e-mail: nmc.kirovohrad@dsns.gov.ua