



ОСТРОВКОВ БЕЗОПАСНОСТИ



Главное управление МЧС России по Калужской области



Калужское областное отделение Общероссийской общественной организации «Всероссийское добровольное пожарное общество»

Апрель - июнь 2018 года



День Победы

День Победы 9 Мая - Праздник мира в стране и весны. В этот день мы солдат вспоминаем, Не вернувшихся в семьи с войны.

В этот праздник мы чувствуем дедов, Защитивших родную страну, Подаривших народам Победу И вернувших нам мир и весну!

Н. ТОМИЛИНА.

Международный день детей - один из самых старых международных праздников. Решение о его проведении было принято в 1925 году на Всемирной конференции, посвященной вопросам благополучия детей, в Женеве.

По одной из версий, в 1925 году Генеральный консул Китая в Сан-Франциско собрал группу китайских детей-сирот и устроил для них празднование Дуань-у-цзе (Фестиваля лодок-драконов), дата которого как раз пришлась на 1 июня. По счастливой случайности, день совпал и со временем проведения «детской» конференции в Женеве.

После Второй мировой войны, когда проблемы сохранения здоровья и благополучия детей были как никогда актуальны, в 1949 году в Париже состоялся конгресс женщин, на котором прозвучала клятва о безустанной борьбе за обеспечение прочного мира как единственной гарантии счастья детей. И в том же году на Московской сессии Совета Международной демократической федерации женщин в соответствии с решениями ее 2-го конгресса был учрежден сегодняшний праздник. А через год, в 1950 году, 1 июня был проведен первый Международный день защиты детей, после чего этот праздник проводится ежегодно.



В Панаме, Тайланде, Японии он называется День детей, в Бразилии, Мексике - День ребенка.

В 1959 году появилась декларация прав ребенка, которая провозгласила права детей на воспитание, образование, социальное обеспечение вне зависимости от национальности, общественного происхождения и материального положения.

У Международного дня детей есть флаг. На зеленом фоне, символизирующем рост, гармонию, свежесть и плодородие, вокруг знака Земли размеще-

ны стилизованные фигурки - красная, желтая, синяя, белая и черная. Эти человеческие фигурки символизируют разнообразие и терпимость. Знак Земли, размещенный в центре, - это символ нашего общего дома.

День защиты детей - это не только веселый праздник для самих детей, это и напоминание обществу о необходимости защищать права ребенка, чтобы все дети росли счастливыми, учились, занимались любимым делом и в будущем стали замечательными родителями и гражданами своей страны.

Калужские школьники - в числе победителей

Подшел к своему завершению заключительный этап Всероссийского героико-патриотического фестиваля детского и юношеского творчества «Звезда Спасения», который проводится под эгидой МЧС России уже второй год подряд.

Уникальный проект призван воспитывать у подрастающего поколения чувство патриотизма на современных примерах героизма, популяризировать профессию спасателя и пожарного, формировать культуру безопасности жизнедеятельности в детской и молодежной среде.

Стихотворения, рисунки, поделки, песни и сценические номера - фестиваль «Звезда Спасения», как всегда, пестрит талантами.

В представленных работах чувствуются индивидуальность, самобытность авторов, они пронизаны уважением, сопереживанием и восхищением мужеством героев спасательного ведомства.

В конкурсе сценического творчества в номинации «Театральное творчество» призовое III место с постановкой «Ванюша» занял творческий коллектив из двадцати студентов

ГБПОУ КО «Перемышльский техникум эксплуатации транспорта» (с. Перемышль).

В конкурсе музыкально-исполнительского творчества в номинации «Вокал» дипломантом от Калужской области стала Дарья Калмыкова (9 лет) с песней «Прадедушка» (МБУ ДО «Тарусская школа искусств»).

В конкурсе художественного творчества в номинации «Живопись» лауреат - Анастасия Морзева (16 лет) и ее работа «Спасая жизни» (МКУ ДО «Школа искусств с. Перемышль»).

В номинации «Декоративно-прикладное искусство» лауреатов несколько - София Кулешова (7 лет) и ее работа «Помощник-светофор», Михаил Отроков (7 лет) и его работа «Идем на помощь», а также Максим Филимонов с работой «Пожарная машина» - все они обучаются в МКОУ ДО «Центр детского творчества «Ровесник» (г. Кондрово, Дзержинский район).

В конкурсе литературного творчества звание лауреата заслужил Станислав Шмырев, студент ГБПОУ КО «Перемышльский техникум эксплуатации транспорта» и его стихотворение «Спасатель-ангел».

Девятнадцатого мая в Концертном зале Центрального музея Великой Отечественной войны 1941 - 1945 гг. на Поклонной горе состоялся заключительный гала-концерт, где выступили победители, занявшие первые, вторые и третьи места.

Мы гордимся нашими победителями и лауреатами!

Итоги акции «Истории о Великой Отечественной войне из семейных архивов»

В память 73-й годовщины Великой Победы на территории субъектов Российской Федерации Центрального и Приволжского федеральных округов прошла военно-патриотическая акция «Истории о Великой Отечественной войне из семейных архивов».

Участникам акции предлагалось составить письменный рассказ-повествование из семейного архива о событиях, произошедших в годы Великой Отечественной войны с их близкими.

В творческом состязании участвовали дети всех возрастов - от дошколят до молодежи призывного возраста.

Всего в Главное управление МЧС России по Калужской области поступило более 100 работ. Произведения ребят о своих прадедах получились проникновенными, трогательными, содержательными.

По итогам отбора межрегионального этапа военно-патри-

отической акции в ознаменование празднования 73-й годовщины Победы в Великой Отечественной войне финалистом

конкурса стал учащийся 5 «Б» класса МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 7» города Калуги Душечкин Илья. Его история была о подвиге прадеда, подвиге разведчика. Мальчик вложил в повествование душу, рассказал, как трепетно в его семье хранят медали и ордена деда.

К работе прилагались награжденной лист и красочное фото семьи Илья, которая с гордостью принимает участие в шествии «Бессмертного полка».

«Я горжусь своим прадедом и в память о его подвигах каждый год 9 Мая встаю в строй «Бессмертного полка» с его портретом в руках. Пока жива память о нем, его подвиги бессмертны!» - такими словами Илья Душечкин завершил рассказ о подвиге своего прадеда.



Репортажи с места событий

Сильные, смелые, ловкие

С 11 по 13 мая 2018 года вблизи лесного массива на реке Желовь Перемышльского района Калужской области прошли областные соревнования Всероссийского детско-юношеского движения «Школа безопасности» и полевой лагерь «Юный спасатель».

Программа соревнований включала следующие виды:

- короткая дистанция - «Ком-

бинированная пожарная эстафета»;

- длинная дистанция - «Маршрут выживания»;

- короткая дистанция - «Поисково-спасательные работы в природных условиях»;

- длинная дистанция - «Поисково-спасательные работы в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера»;

- силовые упражнения: пресс

(девушки), подтягивание (юноши);

- конкурс представления команд;

- конкурс военно-патриотической песни;

- конкурс газет.

В соревнованиях приняли участие 16 команд из Боровского, Дзержинского, Козельского, Кировского, Людиновского (две команды), Малоярославецкого, Перемышльского, Ферзиковского, Хвостовичского, Мосальского, Жуковского районов, городов Обнинск и Калуга (три команды). 13 команд - участники областных соревнований «Школа безопасности», три команды - участники полевого лагеря «Юный спасатель».

В общем зачете первое место в областных соревнованиях «Школа безопасности» заняла команда «Алые паруса» Козельского района, второе - у команды «Пилигрим» Людиновского района, третье место - у команды «Юный спасатель» Хвостовичского района.

У юных спасателей в общем зачете победила команда спортивной школы «Луч» города Калуги, на втором месте «Прорыв» Людиновского района, на третьем - команда «Дружина» Перемышльского района.

Поздравляем участников соревнований!

Поздравляем участников соревнований!

Навигация открыта



Двадцать второго мая на набережной р. Оки, в районе Воробьевской переправы, состоялось торжественное открытие навигации 2018 года. Как это чаще всего бывает, самыми активными и интересующимися зрителями захватывающего действия стали юные калужане. Да и их преподаватели не остались равнодушны к яркому водному шоу. Сотрудники ФКУ «Центр ГИМС ГУ МЧС России по Калужской области» сделали этот традиционный ежегодный праздник ярким и запоминающимся.

Зрители могли наблюдать торжественный флаг-парад спасательных судов, высокопрофессиональное скоростное маневрирование на гидроцикле, моторных лодках «Казанка

5М» и «Мастер 500», спасение утопающего (конечно, учебное), выступления вейкбордистов г.Калуги, ознакомление с выставкой средств для поиска и спасения людей на воде.

Для школьников сотрудники ГИМС организовали конкурсы рисунка на асфальте на морскую тематику и соревнования по метанию на точность спасательного круга и конца Александра, после чего все участники получили памятные сувениры и сладкие призы.

В завершение праздника юные зрители из МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 23» г. Калуги - учащиеся третьих классов, смогли совершить прогулку на катере и полюбоваться красотой любимого города с водной глади р. Оки.



Областные соревнования «Юный пожарный»



Семнадцатого мая 2018 года в г. Тарусе Калужской области состоялись седьмые областные соревнования «Юный пожарный».

В соревнованиях приняли участие 18 команд из районов области общей численностью более 160 членов дружин юных пожарных из числа учащихся общеобразовательных учреждений районов области.

На торжественном открытии соревнований присутствовали: Евгений Мальцев - глава администрации муниципального района «Тарусский район», Константин Пархомин - председатель регионального отделения Российского движения школьников в Калужской области, Александр Трифонов - заместитель начальника Главного управления МЧС России по Калужской области, Владислав Чекулаев - председатель ВДПО Калужской области, представители ВДПО Калужской области и Главного управления МЧС России по Калужской области. На открытии председатель ВДПО наградил победителей областного конкурса «Лучшая ДЮП Калужской области», вручил командам дипломы и кубки.

В течение дня они участвовали в конкурсах, демонстрировавших практические навыки по завязыванию на скорость специальных пожарных узлов, спасательной петли, надеванию боевой одежды пожарного и использованию средств пожаротушения. Свои творческие способности юные пожарные показывали в конкурсах стенгазет и агитбригад. В конкурсе агитбригад ребята представляли свой рай-



он, свою команду и работу юных пожарных в форме театрализованной постановки. И традиционно среди участников соревнований было проведено анкетирование по вопросам курса ОБЖ пожарной безопасности.

Для участников соревнований день выдался весьма напряженным, но наполненным позитивным настроением и спортивным духом борьбы. Ребята продемонстрировали отличную теоретическую и физическую подготовку. Благодаря своим знаниям в области пожарной безопасности школьники не растеряются в случае настоящего пожара и будут действовать грамотно.

По итогам соревнований лучшими стали юные пожарные Кировской средней школы № 2, второе место заняла команда Мятлевской средней школы Износковского района, третье - юные пожарные из 10-й школы г. Калуги. Победители были награждены кубками, грамотами и ценными подарками.

Уроки на всю жизнь

Сегодняшний наш герой, педагог-организатор ОБЖ МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 10 с углубленным изучением отдельных предметов» города Калуги Буряков Максим Александрович, опровергает стереотип, что школа - для мужчин не место и что предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» - дисциплина несерьезная.

В 2010 году Максим Буряков окончил исторический факультет КГУ им. К.Э. Циолковского и был призван в ряды Российской армии. Служил он в главном ракетно-артиллерийском управлении г. Калуги, в/ч 86283, в должности помощника начальника отдела танкового вооружения, самоходной артиллерии и боевых машин.

После демобилизации в звании младшего сержанта Максим Буряков, как и многие российские юноши, встал перед выбором дальнейшего места работы.

Рассмотрев все «за» и «против», решил связать свою жизнь с профессией пожарного-спасателя. У юноши не было никаких полезных знакомств и связей. Из-за отсутствия опыта работы к кандидату выдвигались довольно строгие требования, но все они были преодолимы.

Первым местом работы Максима Александровича стала пожарная часть № 43 «5 ОФПС по Калужской области», расположенная в городе Кондрово. Новая работа Максиму Бурякову очень нравилась. Знания, которые были получены в армии: искусство безопасности, выживания - оченьгодились. Да и рядом оказались опытные, бывалые огнеборцы, которые помогли в закреплении теории на практике, отработке навыков.

Максим Александрович с теплом вспоминает 4-й караул, который стал для него второй семьей, ведь недаром существует выражение: «Там, где идет борьба с огнем, сослуживец становится братом».

Работа пожарного универсальна, и за время службы Бурякову приходилось не только тушить поля и дома, но и спасать детей и взрослых из горящих квартир, проводить аварийно-спасательные работы при ликвидации последствий ДТП.

Пожарные - это люди, которые первыми приходят на помощь попавшим в беду. Они должны быть не только хорошо подготовлены физически. Стойкость, смелость, решительность - вот все те качества, которые определяют настоящего пожарного... Они победили страх, не знают сомнений, они готовы рисковать своей жизнью ради жизни других. Это люди с сильным характером, железной силой воли. И всеми этими качествами, бесспорно, обладает Максим Александрович.

Позднее в силу жизненных обстоя-

тельств Буряков перешел служить в 35-ю пожарную часть Пожарно-спасательной службы Калужской области. По прошествии нескольких лет Максим Александрович говорит: «Быть пожарным сложно, порой страшно и тяжело,

сомневаться в актуальности данного предмета.

Главный принцип ОБЖ - соответствие времени и геолокации. Мы живем в Калуге, так что нам нет смысла преподавать о селях и опасности цунами. Как считает Буряков, одна из основных задач в преподавании его предмета - преваляирование практики над теорией для повышения качества знаний и приобретения актуальных навыков.

Поэтому в начале 2017 - 2018 учебного года Максим Александрович организовал кружок «Основы пожарного дела» (ОПД). Здесь ребята обучаются на базе учебного пункта «1 ОФПС по Калужской области». По истечении двух лет обучения они сдают экзамены по теории и

практике и получают свидетельство о первоначальном обучении пожарного. Это один из первых шагов в направлении, которое поставил перед собой учитель.

Кружок «Основы пожарного дела» перерос в дружину юных пожарных «Ог-

неборец». Члены ДЮП уже вполне справляются с выполнением нормативов по пожарной подготовке. «Огнеборец» заявил о себе на уровне города и области, завоевав I место на соревнованиях по силовому пожарному многоборью (кроссфиту) среди образовательных учреждений города Калуги, III место - в региональном заочном этапе смотра-конкурса дружин юных пожарных «Лучшая дружина юных пожарных России», III место - в областных соревнованиях «Юный пожарный».

Главное управление МЧС России по Калужской области высоко оценивает деятельность Максима Александровича Бурякова в данном направлении, поэтому поспособствовало созданию учебного макета пожарного автомобиля, оснащенного пожарно-техническим вооружением. Конструкция сооружалась около трех месяцев под чутким руководством Максима Александровича. Макет помогает ученикам лучше представить себе специфику работы спасателя, способствует ее популяризации, развивает интерес учащихся как к самому школьному предмету ОБЖ, так и к культуре безопасности жизнедеятельности в целом.

К слову, на этом преподаватель-энтузиаст не планирует останавливаться. В планах - совместно с администрацией школы при поддержке управления образования города Калуги в скором времени открыть пожарную площадку.

Анализируя свою деятельность за первый год в роли преподавателя, Буряков отмечает, что большая часть учеников заинтересовались предметом. Они начали проявлять инициативу, создавать проекты по ОБЖ. Многие ребята в течение учебного года и даже в четвертой четверти стремятся попасть в ДЮП «Огнеборец». Большое количество детей с удовольствием участвуют в олимпиадах, конкурсах, фестивалях по тематике БЖД, спартакиаде допризывников. Как считает молодой преподаватель, в нынешней системе образования предмет ОБЖ до конца не освоено, поле деятельности курса гораздо шире. Навыки, получаемые в рамках изучения предмета, являются жизненно необходимыми для каждого. Ведь от грамотных действий может зависеть не только собственное благополучие, но жизнь и здоровье близких людей. Обладая данными знаниями, даже ребенок может спасти чью-то жизнь.

Таким образом, повышение практической направленности образования - одно из приоритетных направлений деятельности Бурякова Максима Александровича.



но это так потрясающе, что никем другим я себя и не представлял. Был уверен, что выбрал свою судьбу».

Порой случай кардинальным образом меняет нашу жизнь. И вот вследствие травмы, полученной на боевом дежурстве, Максиму Бурякову пришлось оставить пожарную службу.

За его плечами - четыре года работы пожарным. Это была отличная практическая школа, и профессиональная, и чисто человеческая.

Встал вопрос: чем заниматься дальше? Где найти свое призвание? Хотелось обрести что-то по душе. Решение пришло довольно быстро: своими знаниями и опытом поделиться с подрастающим поколением, тем более за плечами педагогическое образование.

Итак, волею судьбы Буряков Максим Александрович оказался в школе № 10 города Калуги. Несмотря на то что он не имеет возможности дальше работать в пожарной охране, Максим Александрович продолжает заниматься своим любимым делом, только в несколько иной форме. Работа с детьми - это еще одна возможность реализации пожарного - фаната своего дела.

Придя в школу, молодой учитель основ безопасности жизнедеятельности увидел недопонимание серьезности предмета. И не только у детей. Однако ОБЖ - очень нужная и важная дисциплина. Учитывая количество ЧС, происходящих в России ежегодно, нельзя



неборец». Членами ее являются учащиеся 7 - 10-х классов школы. За это время юные пожарные приняли участие в олимпиаде по пожарной безопасности, фестивале детско-юношеского творчества «Таланты и поклонники» на тему «Осторожно, огонь!», конкурсе детско-юношеского творчества по пожарной безопасности «Неопалимая Купина», проводили активную работу в период месячников пожарной безопасности, практические занятия по эвакуации и использованию первичных средств пожаротушения, а также поздравляли сотрудников МЧС с профессиональными праздниками.

Семинар «Методические рекомендации по организации работы ДЮП в школах Калужской области»

Работа по организации дружин юных пожарных, различных форм работы с детьми в области пожарной безопасности продолжается. В течение нескольких лет плодотворное сотрудничество министерства образования области и ВДПО Калужской области по созданию дружин юных пожарных дает свои результаты. В 2017 - 2018 учебном году в 14 муниципальных районах и гг. Калуга и Обнинск на базе учреждений общего и дополнительного образования организована 81 дружина юных пожарных (ДЮП). В 72 школах действуют 78 дружин юных пожарных с численностью 1 222 учащихся, в трех учреждениях дополнительного образования создано три дружины юных пожарных с численностью 44 учащихся. Дружины юных пожарных не созданы в Бабынинском, Бяратинском, Боровском, Мещовском, Медынском, Перемышльском, Сухиничском, Ульяновском, Юхновском, Хвастовичском районах.



В апреле в областном доме детского творчества им. Ю.А. Гагарина состоялся семинар с педагогами - организаторами образовательных учреждений области - руководителями детских общественных объединений ДЮП. Всего в семинаре приняли участие 28 педагогов из 15 муниципальных районов области и города Калуги. Согласно про-

грамме на семинаре-практикуме были освещены темы о роли дружин юных пожарных в проведении пожарно-профилактической работы с детьми в образовательных учреждениях. О проведении школьных и муниципальных этапов олимпиады по ПБ, конкурса детского творчества «Неопалимая Купина» и фестиваля детско-юношеского творчества по пожарной безопасности «Таланты и поклонники». О профилактике пожаров и роли дружин юных пожарных в ее проведении выступили начальник организационно-методического отдела ВДПО Калужской области Алентьева Елена и старший инструктор Овчинникова Юлия. Методисты облас-

тного дома детского творчества провели анализ областных конкурсов для детей, дали свои рекомендации по улучшению работы.

Педагоги обсудили вопросы организации и проведения таких мероприятий, как полевой лагерь «Юный пожарный», взаимодействие со специалистами пожарных частей муниципальных районов. Присутствовавшие учителя активно вносили свои предложения, делились опытом организации работы с дружинами юных пожарных. Опытные педагоги рассказали о роли дружины в своей школе, а новых учителей, которые только планируют вести эту работу, предостерегли от ошибок и трудностей. Общение на семинаре было эмоциональным и активным, не оставив никого равнодушным к вопросам о ДЮП. В заключение участники высказали общее желание чаще проводить подобные встречи с практическими занятиями и методической помощью.

Советы Мудрой Совы

У воды без беды



Что за летний отдых без купания? Тоска, да и только. Особенно когда солнышко припекает, а прохладная вода пруда, речки или озера так и манит, так и приглашает окунуться.

Но и манящая прохладой вода может грозить смертельной опасностью. Прежде всего, нужно обязательно уметь плавать. Недаром еще у древних греков это умение считалось такой же необходимостью, как и умение читать. Но научившись вполне прилично плавать, мы сразу забываем об опасностях, грозящих нам в воде. А между тем каждый год в России тонут 15 - 20 тысяч человек. И большинство из них умели плавать...

Надо заметить, что не все ребята соблюдают правила безопасности, которые помогают им сохранить свою жизнь во время купания.

Вот эти простые правила:

- не купаться в незнакомых водоемах. На воде категорически запрещены игры, во время которых нужно захватывать и топить других;
- не заплывать за буйки;



- не приближаться к судам;
- не плавать одним на надувных матрацах и других надувных плавсредствах;
- щиты с надписями «Купаться строго запрещено» стоят не просто так. Никогда не нарушайте этого запрета.

Несоблюдение правил поведения на воде может привести к трагическому исходу! Безопасность каждого из вас зависит от вас! Хорошего вам и безопасного отдыха на пляжах и водоемах!

ЗАПОМНИТЕ!

- Кататься можно не везде, только в специально отведенных для этого местах (во дворе, парке, на детской площадке).
- Правильней всего это делать на ВЕЛОСИПЕДНОЙ ДОРОЖКЕ.
- Если ее рядом нет, то можно ехать по ПЕШЕХОДНОЙ ДОРОЖКЕ, а также по тротуару во дворе, но не мешая пешеходам.
- Во всех остальных местах, например, на дороге или газоне, кататься НЕЛЬЗЯ.



- Никогда не переезжайте дорогу на велосипеде. В этом случае вы должны катить его рядом с собой и соблюдать все правила перехода улицы.

- Езда на велосипеде по дорогам детям до 14 лет ЗАПРЕЩЕНА.

Напомним еще несколько «НЕЛЬЗЯ», которые должен соблюдать любой велосипедист:

- НЕ ездить на сломанном велосипеде;
- НЕ ездить на велосипеде, у которого нет светоотражающих элементов;
- НЕ ехать, отпустив руль;
- НЕ ездить в снегопад или гололед;
- НЕ выезжать на велосипеде на проезжую часть.

Из личного опыта домовёнка Непослухи



Здравствуй, лето!

Собирала я рюкзак,
Что-то сделала не так:
Он штангисту-силачу
Оказался по плечу!
Может, зонт не брать в поход?
Ну, а если дождь пойдет?

Может, лишняя подушка?
Сковородка? Раскладушка?
Может, вытащить утюг?
А помнется платье вдруг?
...Может, папу взять в поход?
Пусть он мой рюкзак несет!

Елена ДЮК.

Дорогие ребята! Так хочется, чтобы ваши летние каникулы были интересными, яркими. Что может быть лучше путешествий! Советы для начинающих туристов многим помогут подготовиться к предстоящим лесным путешествиям, чтобы ни с кем не случилось таких казусов, как с героиней стихотворения.

Советы туристам

Все вещи должны быть надежно упакованы. Одежду (кроме штормовки) поместите в отдельный мешок из плотной ткани. Штормовую куртку уложите сверху под клапан рюкзака, чтобы она всегда находилась под рукой.



Сыпучие продукты держите в плотных матерчатых мешочках. Помещенные в таком же мешочке соль, сахар, спички (основной запас) дополнительно положите в полиэтиленовый мешочек. Последний завяжите крепко шнурком. В карманах штормовки следует иметь аварийный запас спичек (10 - 20 спичек и зажигательная дощечка) в герметичной упаковке.

Обувь - наиболее важный элемент личного снаряжения туриста - должна соответствовать характеру маршрута и обеспечивать сохранность ног. При пе-

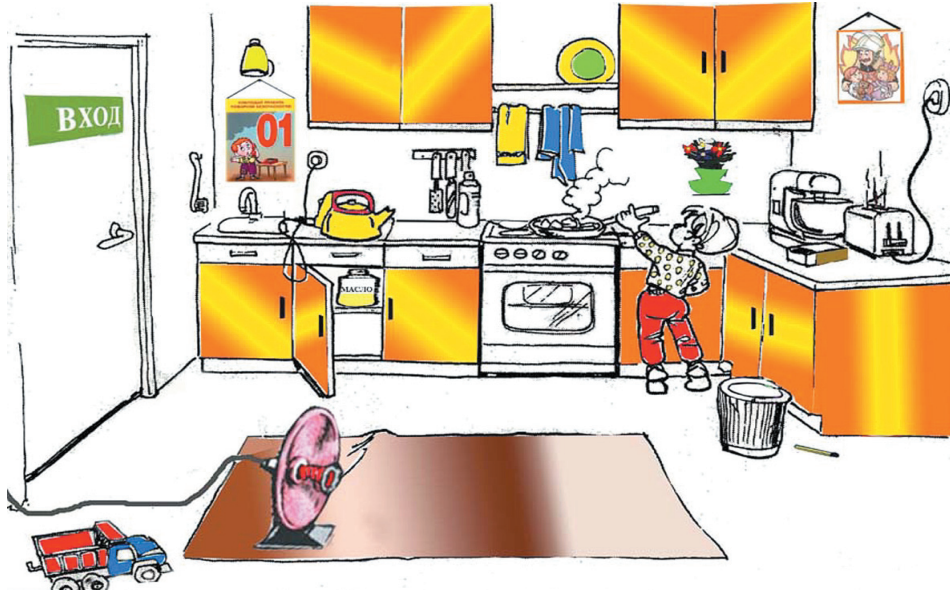
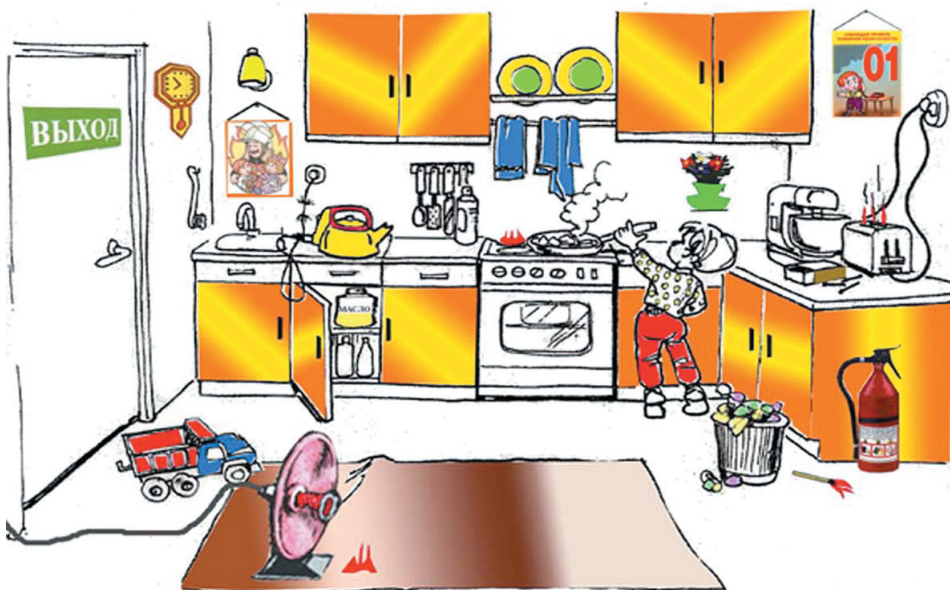


реходах по твердой почве, камням обязательна обувь на жесткой подошве и с мягким верхом. Во всех случаях она должна быть свободной, хорошо сидеть на ноге. Надевать ее следует на 1 - 2 шерстяных носка. При путешествии в условиях постоянной сырости целесообразны резиновые сапоги с войлочной стелькой, но длительная ходьба в них требует некоторой привычки и большего запаса носков. В лагере удобны тапочки или кеды, особенно если основной обувью служат резиновые сапоги.

Промоченную обувь (кроме кед) нельзя сушить у сильного костра: от перегрева кожа ссыхается и трескается. Лучше набить сырую обувь на ночь водопоглощающим мягким веществом (сухая трава, мох). Допустимо надевать сырые ботинки на сухие носки. Войлочные стельки (обязательные для походной обуви) на ночь вынимайте и укладывайте в спальный мешок.

При дальних пешеходных переходах постоянно следите за состоянием ног, чтобы вовремя предупредить намыны и потертости. При первых признаках потертости устраните причину (складки на носках и т. п.) и защитите потертое место мягким тампоном - ватой, марлей, тряпочкой - так, чтобы не беспокоить его. Можно укрепить тампон лейкопластырем, но только если на коже еще не образовалась ранка. В последнем случае обработайте ее и забинтуйте. Частое мытье ног, сухие чистые носки, удобная просторная обувь с не тугой шнуровкой - наилучшие профилактические меры от потертостей.

Найдите 10 отличий на рисунке



Детское издание Главного управления МЧС России по Калужской области и Калужского областного отделения Общероссийской общественной организации «Всероссийское добровольное пожарное общество».

Островок безопасности

Главный редактор
И.А. Саксаганский

Руководитель
редакционной
коллекции
В.А. Чекулаев

Адрес редакции:
248001 г. Калуга,
ул. Кирова, 9а
Тел. (4842) 718-207
факс (4842) 718-168

Отпечатано
КРОФИСМК «Губерния».
г. Калуга, пл. Старый Торг, 5.
Распространяется
по общеобразовательным учреждениям
Калужской области бесплатно.
Тираж 999 экз. Зак.