

ЗАВЕДИТЕ ВМЕСТЕ АККАУНТ В СОЦСЕТИ, НА ПОЧТЕ, В ИГРОВОМ СЕРВИСЕ

Покажите, что можно получить, грамотно проводя время онлайн: посмотреть интересные видео, послушать музыку, получить доступ к лучшим произведениям литературы и многое другое.

РАССКАЖИТЕ ОБ ОНЛАЙН - УГРОЗАХ

Не стоит пугать - лучше объяснять на понятном языке. Ребенок не должен стесняться обращаться к родителям в непонятной ситуации, например, если встретит контент, который не соответствует его возрасту.

ОБЪЯСНИТЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫЕ ПРАВИЛА ОНЛАЙН-БЕЗОПАСНОСТИ

Не переходить по сомнительным ссылкам в соцсетях и мессенджерах. Не делиться большим количеством информации о себе. Не скачивать фильмы и программы на сомнительных ресурсах. Не общаться с незнакомцами. Использовать для своих аккаунтов сложные пароли и периодически менять их.

ДЕТИ В БЕЗОПАСНОСТИ

памятка для родителей

<https://www.kp.ru/best/nsk/kid-safety/inform-bezopasnost/#rec131170514>

ДОГОВОРИТЕСЬ ОБ ОСНОВНЫХ ПРАВИЛАХ ПОВЕДЕНИЯ

Например, не пользоваться гаджетом во время обеда, играть в онлайн-игры только пару часов в день, не сидеть с телефоном после 22.00. Лучше, если эти правила будут соблюдать все члены семьи, ведь дети во многом ориентируются на взрослых.

РАССКАЖИТЕ О КИБЕРБУЛЛИНГЕ

Важно донести до ребенка, что он не виноват, если его стали травить в интернете. Объясните, как действовать в такой ситуации: не отвечать на травлю, безразличие - самый верный способ свести травлю на нет. Добавить обидчиков в черный список в соцсети или чате. Пожаловаться на обидчиков администраторам социальной сети. Рассказать о случившемся родителям.

УСТАНОВИТЕ НА ГАДЖЕТЫ СПЕЦИАЛЬНУЮ ПРОГРАММУ РОДИТЕЛЬСКОГО КОНТРОЛЯ

И расскажите ребенку об этом. Это особенно актуально, когда он только начинает познавать цифровой мир самостоятельно. Важно объяснить сыну или дочери, что это делается для того, чтобы помочь исследовать интернет безопасно, а не для того, чтобы чрезмерно контролировать.

Права и обязанность несовершеннолетних

- Право на образование
 - **каждый обязан учиться**
- Уважение личного достоинства и защита своих прав
 - **уважать достоинства других людей и их права**



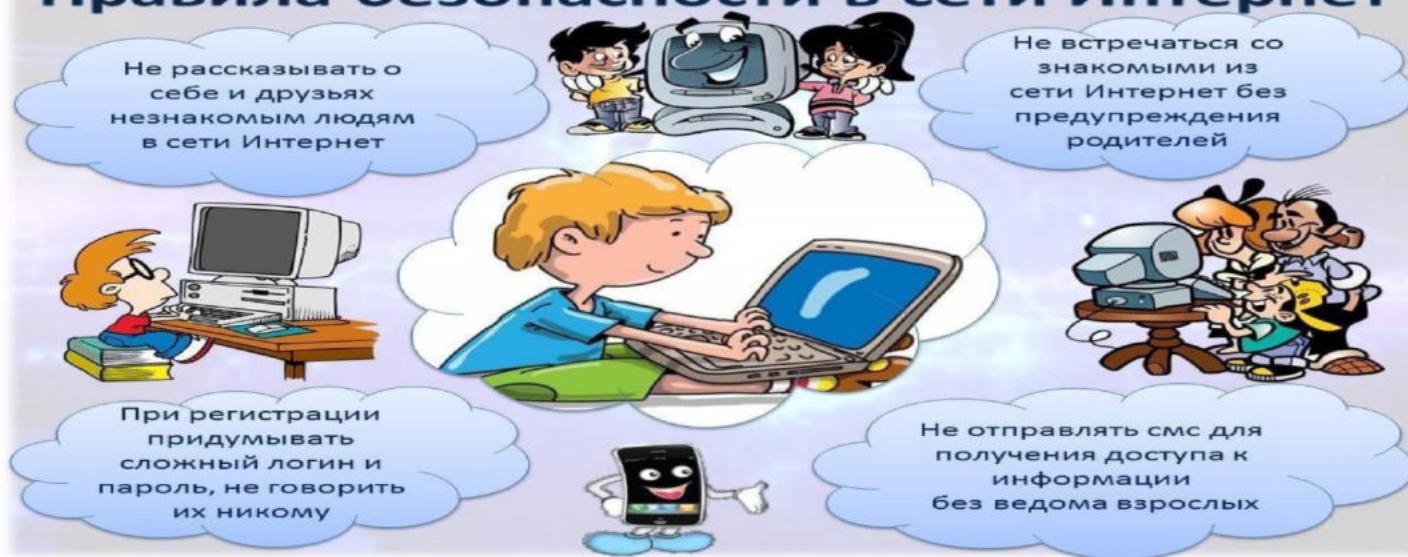
- На свои интересы и увлечения
 - **уважать других за их увлечения**



- Гордиться своей культурой и религией
 - **уважать культуру и религию других**

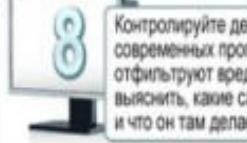


Правила безопасности в сети Интернет





Десять правил безопасности для детей в Интернете[®]

-
- **1** Посещайте сеть вместе с детьми, поощряйте их делиться опытом использования Интернета
 - **2** Научите детей доверять интуиции - если их в Интернете что-либо беспокоит, пусть сообщают вам
 - **3** Помогите ребенку зарегистрироваться в программах, требующих регистрационного имени и заполнения форм, не используя личной информации (имя ребенка, адрес электронной почты, номер телефона, домашний адрес). Для этого можно завести специальный адрес электронной почты
 - **4** Настаивайте, чтобы дети никогда не давали своего адреса, номера телефона или другой личной информации, например, места учебы или любимого места для прогулки
 - **5** Объясните детям, что в Интернете и реальной жизни разница между правильным и неправильным одинакова
 - **6** Детям никогда не следует встречаться с друзьями из Интернета, так как эти люди могут оказаться совсем не теми, за кого себя выдают
 - **7** Скажите детям, что далеко не все, что они читают или видят в Интернете, - правда, приучите их спрашивать вас, если они не уверены
 - **8** Контролируйте действия детей с помощью современных программ, которые отфильтруют вредное содержимое, помогут выяснить, какие сайты посещает ребенок и что он там делает
 - **9** Настаивайте, чтобы дети уважали чужую собственность, расскажите, что незаконное копирование музыки, компьютерных игр и других программ - кража
 - **10** Научите детей уважать других, убедитесь, что они знают о том, что правила хорошего тона действуют везде - даже в виртуальном мире

Алкоголь



Несовершеннолетние

- Закон о распитии спиртных напитков отдельно регулирует сферу употребления алкоголя несовершеннолетними.
- Так, ст.20.22 КоАП РФ определяет ответственность для родителей или законных представителей, чьи дети до 16 лет осуществляли распитие спиртных напитков в общественных местах, санкция – штраф от 300 до 500 рублей. Статья 151 Уголовного кодекса РФ устанавливает наказание для лиц, способствующих вовлечению несовершеннолетних в совершение антиобщественных действий.
- В данном случае, к действиям антиобщественного характера относится также систематическое употребление спиртосодержащих напитков.
- Законодательный акт определяет степень наказания, в зависимости от обстоятельств, от обязательных работ до двухсот часов до лишения свободы сроком до 6 лет.



ВНИМАНИЕ!

- Вейп, так же как любая никотинсодержащая продукция, представляет угрозу жизни и здоровью человека.
- Вейпы вызывают зависимость.
- Использование электронных средств доставки никотина регулируется ФЗ-15 «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака», на них распространяются запреты и ограничения, как и на другую табачную продукцию.
- В результате повреждения вейпа потребителю могут быть нанесены тяжелые ожоги и травмы.



Государственное бюджетное
учреждение здравоохранения
«Московский научно-практический центр
наркологии Департамента
здравоохранения города Москвы»

narcologos.ru

ул. Люблинская, д. 37/1

Горячая линия: +7 (495) 709-64-04

Многоканальный телефон:
+7 (495) 660-20-56

Отделение первичной профилактики
Центра профилактики зависимого
поведения (филиал)
ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

ул. Зои и Александра Космодемьянских, д. 6

+7 (499) 150-06-64



Осторожно! Вейп



что нужно знать, чтобы
не стать жертвой
обмана

Вейп – новая форма обмана!

Электронные сигареты и вейпы позиционируются производителями как «безопасная альтернатива курению», однако этот маркетинговый ход по созданию позитивного образа сомнительного товара – манипуляция потенциальными потребителями.



Большинство устройств для «парения» являются электронными средствами доставки никотина. Эти устройства генерируют пар, содержащий никотин, пропиленгликоль, глицерин, ароматические и вкусовые добавки. Нередко в составе вейпов заявлено об отсутствии никотина, но это не равносильно отсутствию вреда здоровью от их курения («парения»). Никотин – далеко не единственное вещество, которое представляет опасность.

Действие электронных средств доставки никотина
Аэрозоль, вдыхаемый потребителем, вне зависимости от содержания в нем никотина, образуется из раствора пропиленгликоля и глицерина, в который добавляют ароматизаторы: ментол, кофе, фрукты, сладости, алкоголь и другие. Микрочастицы этих химических веществ быстро достигают легочных альвеол, поступают в артериальную кровь и разносятся кровотоком по всем органам, нарушая их нормальную работу.

Производители заявляют, что ароматизаторы являются натуральными, разрешенными к употреблению человеком. Однако разрешены они к употреблению с пищей, а их действие на организм при вдыхании разогретых паров приводит к поражению слизистой оболочки носоглотки, гортани, трахеи, развитию хронического воспаления верхних и нижних дыхательных путей, острым аллергическим реакциям.

«Парение» в подростковом возрасте повышает риск развития бронхиальной обструкции – патологического состояния, при котором воздух не может поступать в достаточном количестве, что провоцирует приступ удушья.

Никотин оказывает токсическое действие на центральную нервную систему, сердце, сосуды, органы пищеварения.

При «парении» формируется поведенческий стереотип курения, зависимость от электронных средств доставки никотина. Повторное использование никотинсодержащих вейпов и электронных сигарет приводят к психическим и поведенческим расстройствам, связанным с потреблением психоактивных веществ.



Вейп не исключает пассивное курение. При «парении» в окружающем воздухе накапливаются токсичные вещества, многие из которых оказывают канцерогенное действие на организм человека, т.е. способны вызывать рак.

Что происходит с организмом?

Вдыхание разогретых паров, содержащих множество вредных химических элементов, приводит к хроническому раздражению дыхательных путей, нарушению нежной структуры легочной ткани. В дальнейшем это неминуемо приводит к развитию хронической обструктивной болезни легких – прогрессирующего неизлечимого заболевания с формированием хронической сердечной недостаточности. Парение вейпов сопровождается снижением местного и общего иммунитета курильщиков, поэтому они часто страдают вирусными и бактериальными респираторными заболеваниями.

Парение, также как и курение, является фактором риска развития онкологических заболеваний, в первую очередь страдает полость рта, дыхательные пути, легкие.

«Парение» во время беременности влечет разрушительные последствия как для плода, так и для беременной женщины.

Электронные средства доставки никотина несут скрытую опасность внезапного взрыва при нарушении их обычной работы. Об этом свидетельствуют многочисленные публикации в СМИ. Взорвавшийся в руках курильщика прибор становится причиной ожогов и травм лица, верхней половины туловища, рук потребителей и окружающих людей, несет риск возникновения пожаров.



В случае никотинового отравления, травм и ожогов лица и тела, острой аллергической реакции – безотлагательный вызов скорой медицинской помощи

Только врач может определить тактику при отравлениях, аллергозах, травмах и ожогах!

Правовое регулирование электронных средств доставки никотина

Использование электронных средств доставки никотина регулируется ФЗ-15 «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака», на них распространяются запреты и ограничения как и на другую табачную продукцию: продажа запрещена несовершеннолетним лицам, запрещено использование на отдельных территориях, в помещениях и на объектах.

Спайсы – наркотики в форме курительных смесей

Спайсы – синтетические или «дизайнерские» наркотики, они разрабатываются наркопроизводителями с целью обойти действующее законодательство в сфере незаконного оборота наркотиков путем создания новой незарегистрированной химической формулы.

Постоянное изменение химической формулы вещества приводит к воздействиям на организм человека, предугадать которые невозможно. Возникают тяжелые последствия: отравления, манифестация психических расстройств, высок риск летальных исходов.



Спайсы или курительные смеси могут быть в форме любого растительного сырья, на которое кустарным способом бесконтрольно наносится произвольная концентрация токсичных психоактивных веществ.

Осторожно: спайс!

Спайсы вызывают психические и поведенческие расстройства, связанные с их потреблением.

Для этих курительных смесей характерен высокий наркогенный потенциал – способность вызывать патологическую зависимость.

Отравляющее действие спайсов приводит к многочисленным нарушениям центральной нервной системы, психической деятельности, вызывает паническое состояние, сопровождающееся галлюцинациями, происходят нарушения координации и моторики.

Спайсы оказывают разрушительное воздействие на клетки головного мозга, печени, почек, сердечно-сосудистой и бронхо-легочной системы – всех жизненно важных систем и органов человека.

Отравляющее действие спайсов

Одурманивание спайсами внешне похоже на алкогольное опьянение, но без специфического запаха алкоголя, сопровождается выраженным нарушением сознания.

По мере увеличения токсической дозы тяжесть клинической картины отравления нарастает: появляются признаки психомоторного возбуждения, угнетения сознания, нарушается сердечный ритм вплоть до жизнеугрожающих аритмий, повышается температура тела, нарушается походка, что приводит к невозможности самостоятельного передвижения. Высока вероятность развития судорог, отека легких, острой сердечно-сосудистой недостаточности.

Что происходит с организмом?

Содержащиеся в спайсах токсичные вещества нарушают передачу нервного импульса, приводят к разрыву нейронных связей и, как следствие, тяжелым нарушениям памяти, внимания и мыслительной деятельности. Необратимо разрушаются клетки серого вещества головного мозга.



Хроническая интоксикация влечет тяжелые последствия для психического и физического здоровья, становится причиной инвалидности и смертности, в том числе от отравления и травм в состоянии опьянения (одурманивания).

Даже единичное употребление синтетических наркотиков может провоцировать развитие острых психозов, манифестиацию шизофреноидных состояний, органического поражения головного мозга.

В зависимости от трансформации химической формулы меняется токсикологическая характеристика спайсов, что затрудняет оказание неотложной помощи при острых отравлениях и проведение терапии в случаях сформировавшейся зависимости.

Диагностика потребления спайсов

Факт употребления запрещенных курительных смесей выявляет химико-токсикологическое лабораторное исследование биологических сред организма человека (моча, кровь) на наличие наркотических веществ и их метаболитов.



Первая помощь при отравлении

Состояние одурманивания спайсами зачастую сопровождается галлюцинациями устрашающего характера, это становится причиной самоповреждающего поведения, представляет угрозу для окружающих.

Важно убрать колющие и режущие предметы, исключить доступ к открытым окнам, удерживать наркотребителя до приезда скорой помощи, не оставлять его без наблюдения!

**! В случае отравления – безотлагательный
вызов скорой медицинской помощи**

Только врач может определить тактику лечения
при отравлении спайсами!



ВНИМАНИЕ!

- Спайсы вызывают наркотическую зависимость.
- Даже однократное употребление спайсов может формировать тяжелые психические расстройства.
- Использование, хранение, перевозка спайсов является незаконным оборотом наркотиков и преследуется по закону.



Государственное бюджетное учреждение здравоохранения
«Московский научно-практический центр наркологии Департамента здравоохранения города Москвы»

narcologos.ru

ул. Люблинская, д. 37/1

Горячая линия: +7 (495) 709-64-04

Многоканальный телефон:
+7 (495) 660-20-56

Отделение первичной профилактики Центра профилактики зависимого поведения (филиал)
ГБУЗ «МНПЦ наркологии ДЗМ»

ул. Зои и Александра Космодемьянских, д. 6

+7 (499) 150-06-64

12+

Осторожно!

Спайс



что нужно знать, чтобы не стать жертвой обмана

Здоровый образ жизни в семье

«Семья — главный показатель здорового образа жизни» - эта пословица имеет глубокий смысл. Формирование здорового образа жизни должно начинаться с рождения ребёнка, для того, чтобы у человека уже выработалось осознанное отношение к своему здоровью.



Здоровая семья — это семья, которая ведёт здоровый образ жизни, в которой присутствует духовная культура, здоровый психологический климат, материальный достаток.

Даже в раннем школьном возрасте ребёнок ещё не способен осознанно и адекватно следовать элементарным нормам гигиены и санитарии, выполнять требования здорового образа жизни, заботиться о своем здоровье и здоровье окружающих.

Здоровый образ жизни подразумевает укрепление физического и морального здоровья человека с помощью различных оздоровительных мероприятий. Сюда мы можем отнести:

- правильное питание;
- соблюдение гигиены;
- поддержание физического здоровья;
- закаливание;
- отказ от вредных привычек;
- духовное благополучие.

Здоровый образ жизни служит укреплению всей семьи. Семья — это основное звено, где формируются полезные привычки и отвергаются вредные.

Ребёнок должен узнать лучшие семейные российские традиции, понять значение и важность семьи в жизни человека, роль ребёнка в семье, освоить

**Жизнь состоит из разных красок.
Найди свои! Сделай правильный выбор!**



Подразделение по Делам Несовершеннолетних ОМВД России "Няндомский"

10 причин сказать наркотикам - нет!

Наркотики дают фальшивое представление о счастье.

Наркотики не позволяют человеку мыслить самостоятельно.

Наркотики часто приводят к несчастным случаям.

Наркотики уничтожают дружбу.

Наркотики делают человека слабым и безвольным.

Наркотики толкают людей на преступления.

Наркотики являются источником многих заболеваний.

Наркотики разрушают семьи.

Наркотики приводят к уродству у детей.

Наркотики являются препятствием на пути к духовному развитию.



МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ



МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ



МВД РОССИИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ



СЕЛФИ
за рулем – может
сделать твою дорогу
гораздо короче!

Место для твоего
**БЕЗОПАСНОГО
СЕЛФИ!**



делай
безопасные
СЕЛФИ

*Крутое СЕЛФИ
может стоить тебе ЖИЗНИ*



<http://mvd.ru/apps>

МВД России
119049, г. Москва, ул. Житная, 16
Телефон: (495) 667-02-99
Интернет-сайт: mvd.ru
Общественный совет
при МВД России
117342, г. Москва, а/я 35
Телефон: 8 800 250 85 02
Интернет-сайт: os.mvd.ru



СЕЛФИ
на трассе – можешь
не успеть кликнуть!



Подразделение по делам несовершеннолетних

Подразделение по делам несовершеннолетних

Подразделение по делам несовершеннолетних



Профилактика травматизма у детей

Родители – помните, опасность поджидает вашего ребенка на улице и дома! Ваша основная цель – создать безопасную среду для ребенка!



Все бытовые травмы детей происходят из-за недосмотра родителей. Хотя, порой, родителям удобнее называть детские травмы случайностью.



Дети – зеркало родителей. Соблюдайте правила жизни, показывайте пример.



«Там где движутся машины, люди не должны ходить, потому что очень просто под машину угодить».



Пиротехника – частая причина тяжелой травмы кисти у детей.

Ваш ребенок должен знать телефоны экстренных служб и ваш номер.



Не держите окна открытыми! Не используйте антимоскитные сетки, дети опираются на них и выпадают из окна. Установите на окна блокираторы, отодвиньте от подоконников всю мебель.



Играйте с ребенком, через игры он познает мир. А вы познаете его.

Всегда знайте где ваш ребенок и чем он занят

Государство заботится о здоровье всех детей.

Ваша задача – помочь государству сохранить здоровье вашего ребенка!



КАК ПОНЯТЬ, ЧТО МАТЕРИАЛ В СЕТИ ЭКСТРЕМИСТСКИЙ?

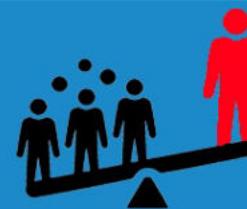


СОДЕРЖИТ ПУБЛИЧНОЕ ОПРАВДАНИЕ
ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ



СОДЕРЖИТ ПРИЗНАКИ ПОЛИТИЧЕСКОЙ,
ИДЕОЛОГИЧЕСКОЙ, РАСОВОЙ,
НАЦИОНАЛЬНОЙ НЕНАВИСТИ

ПРОПАГАНДИРУЕТ ИСКЛЮЧИТЕЛЬНОСТЬ
ЛИБО НЕПОЛНОЦЕННОСТЬ ЧЕЛОВЕКА
ПО ПРИЗНАКУ ЕГО СОЦИАЛЬНОЙ, РАСОВОЙ,
НАЦИОНАЛЬНОЙ, РЕЛИГИОЗНОЙ
ПРИНАДЛЕЖНОСТИ



ПРИЗЫВАЕТ К НАРУШЕНИЮ
ТЕРРИТОРИАЛЬНОЙ ЦЕЛОСТНОСТИ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ