

Кузинские ПРОСТОРЫ

Спецвыпуск № 4
27 июля 2022 г.

6+

Внутригородское муниципальное образование Санкт-Петербурга муниципального округа Балканский

Опасности толпы и мест массового скопления людей

Находясь в современном обществе, живя в большом городе, не так уж трудно оказаться в месте массового скопления людей. Много публики часто собирается на парады и шествия, на концерты и выступления звезд эстрады, во время различных акций и политических выступлений, в клубах, на остановках общественного транспорта.

Опасность толпы не всегда сразу себя проявляет. Люди любят собраться вместе, потолкаться, покричать лозунги, распевать песни. Но не всегда веселая, шумная компания или массовое сбоящие имеет благоприятный настрой. Опасность толпы заключается в ее спонтанности и силе воздействия на каждого индивидуума в отдельности. Чтобы вернуться с очередного мероприятия без ушибов или переломов, разберем основные принципы поведения массового скопления людей и безопасного поведения в толпе.

Как же, оказавшись в активной и агрессивной среде, выйти с места массового скопления людей без повреждений? Главное управление МЧС России рекомендует соблюдать определенные правила поведения.

Главное правило безопасного поведения в толпе — избегайте места массового скопления людей.

Приходить на мероприятие надо не одному. Близкие люди всегда в первую очередь придут на помощь.

Нужно тщательно продумать одежду, в которой вы идете на мероприятие. Нежелательно надевать просторные платья, балахоны и одежду, на которой есть шнурковки или веревочки. Сережки и пирсинг лучше оставить дома. Не надевайте галстуки, шарфы, цепочки, бусы и все остальное, что может находиться на шее. Одежда должна быть облегающая — застегнитесь на все пуговицы или молнии, проверьте, зашнурованы ли ботинки, женщинам желательно не надевать каблуки.



Уровень активности толпы и последствия ее действий напрямую зависят от количества выпитого алкоголя. К тому же пронесенная стеклянная бутылка становится опасным оружием в руках хулигана. Человек в алкогольном опьянении не может сдерживать свою агрессию, еще более раздражая людей вокруг себя, а в случае угрозы жизни ему самому не сможет адекватно защищаться.

Оказавшись в месте массового скопления людей, просчитайте заранее ходы отступления и находитесь как можно ближе к ним. Самые опасные места, которые надо избегать во время всеобщего бегства: пространство у сцены и около раздевалок, узкие проходы и место рядом со стеклянными витринами.

Если вы чувствуете, что обстановка в месте скопления накаляется, а бежать некуда, проявите актерское мастерство: изобразите сердечный приступ или рвотные позывы. Люди сами расступятся и образуют вокруг коридор, через который вы сможете покинуть опасное место. Лучший способ поведения в возникшей опасности — это успокоиться и принять трезвое решение. Порой хватает десятка секунд, чтобы осмотреться, найти безопасный путь и спастись.

Если толпа пришла в движение, старайтесь передвигаться вместе со всеми, по течению, тем более не против или поперек основной массы. Постарайтесь, чтобы вас не оттеснили к центру, где давят со всех сторон и выбраться оттуда будет очень тяжело. Также надо быть не на самом краю,

где вам грозит быть прижатым к стене или забору. Не хватайтесь за поручни, перила, различные предметы: у вас не хватит сил за них удержаться, а руки могут сильно пострадать.

Если события в месте массового скопления людей уже приняли агрессивный характер, то забудьте об упавших вещах. Потянувшись за упавшим предметом, вы рискуете упасть и быть затоптанным или покалеченным. Люди, спасающиеся бегством, даже не заметят вас.

Если вы оказались плотно зажатым в толпе, то помните — вы уже не упадете, а вот опасность быть раздавленным массой тел вполне реальна. Самые уязвимые места при этом — ребра, живот, грудь. Чтобы вас не сдавили с боков, согните руки в локтях и прижмите к бокам, напрягите все мускулы. И таким образом следуйте в толпе, пока обстановка не улучшится и можно будет двигаться к выходу.

Если вы упали, попытайтесь резким скачком подняться на ноги, в этой ситуации вы не должны брезговать ни чем — цепляйтесь за людей, одежду. Если это не получилось и толпа продолжает топтать вас лежачего, то нужно принять позу эмбриона — свернуться калачиком, подбородок прижать к груди, колени — к голове, руками прикрыть голову. Осталось переждать людской поток и идти в медпункт.

Если массовое скопление людей пытаются разогнать полицейские или войска, не бегите к ним навстречу, пытаясь найти помочь или объяснить вашу невиновность. В этот момент никто не будет в этом разбираться, а вот удар дубинкой получить очень даже возможно.

При возникновении чрезвычайных ситуаций необходимо звонить по единому телефону спасения 01, сотовая связь 112 со всех мобильных операторов.

В соответствии с УК РФ, статья 205. Террористический акт

1. Совершение взрыва, поджога или иных действий, устрашающих население и создающих опасность гибели человека, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных тяжких последствий, в целях дестабилизации деятельности органов власти или международных организаций либо воздействия на принятие ими решений, а также угроза совершения указанных действий в целях воздействия на принятие решений органами власти или международными организациями — наказываются ли-

шением свободы на срок от десяти до пятнадцати лет.

2. Те же действия:

2.а) совершенные группой лиц по предварительному сговору или организованной группой;

б) повлекшие по неосторожности смерть человека;

в) повлекшие причинение значительного имущественного ущерба либо наступление иных тяжких последствий, наказываются лишением свободы на срок от двенадцати до двадцати лет с ограничением свободы на срок от одного года до двух лет или пожизненным лишением свободы.

3. Деяния, предусмотренные частями первой или второй настоящей статьи, если они:

а) сопряженны с посягательством на объекты использования атомной энергии либо с использованием ядерных материалов, радиоактивных веществ или источников радиоактивного излучения либо ядовитых, отравляющих, токсичных, опасных химических или биологических веществ;

б) повлекли умышленное причинение смерти человеку, — наказываются лишением свободы на срок от

пятнадцати до двадцати лет с ограничением свободы на срок от одного года до двух лет или пожизненным лишением свободы.

Примечание. Лицо, участвовавшее в подготовке террористического акта, освобождается от уголовной ответственности, если оно своевременным предупреждением органов власти или иным способом способствовало предотвращению осуществления террористического акта и если в действиях этого лица не содержится иного состава преступления.

Представления о патриотизме

Исторический источник патриотизма — веками и тысячелетиями закрепленное существование обособленных государств, формирующее привязанность к родной земле, языку, традициям. В условиях образования наций и образования национальных государств патриотизм становится составной частью общественного сознания в XVIII веке, отражающего общенациональные моменты в его развитии.

Приписывая другим лицам патриотические чувства, а некоторым событиям патриотическую окраску, оценивающее лицо тем самым чаще всего дает положительную характеристику.

Представления о патриотизме связываются с любовью к родине, но представление о сущности патриотизма у разных людей разное. По этой причине одни люди считают себя патриотами, а другие себя таковыми не считают.

Слово происходит от греческого *патрός* — «отеческий» через посредство французского *patriote* — «соотечественник».

В течение XVII века слово «патриот» прочно входит в политический язык Западной Европы. В этот период служение стране понимается прежде всего как служение монарху. Это связано с тем, что монархия понималась как единственная возможная форма существования государства. Как писал английский поэт Джон Драйден,

Монарху и Стране обязан патриот,
И Власть, и Вольность он достойно
бережет.
(«Почтенному родственнику»,
1700 г.)

Термин «патриотизм» вводится в оборот деятелями Просвещения, в первую очередь французского, в XVIII веке. У них он теряет связь с монархическим



устройством государства и сближается с понятием гражданина. Любовь к Родине, по их мнению, существует отдельно от государства и достигает высшей степени при народовластии (что связано с признанием народа источником власти). Французские просветители придавали патриотическому воспитанию огромное значение:

Дитя, раскрывая глаза, должно видеть отчество и до смерти не должно ничего видеть, кроме отечества.
(Ж-Ж. Руссо, «Очерк национального воспитания, или План образования для молодежи»)

Высшую степень неприятия по отношению к существовавшим в XIX в. идеям патриотизма проявили марксисты. Согласно «Манифесту Коммунистической партии» К. Маркса и Ф. Энгельса, «Рабочие не имеют отечества» и еще только должны в будущем «завоевывать политическое господство, подняться до положения национального класса». Эта позиция была во многом воспринята В. И. Лениным, посвятившим ряд работ соотношению национального и классового патриотизма. После его смерти в СССР утверждается идея «советского патриотизма» — верности Советской Родине, первому в мире социалистическому государству.

Таким образом, в истории патриотизмом, как особым чувством, называли различные явления в общественных отношениях. Нередко подменяя понимание любви к родине, например, любовью к государству и т. д. Так появились термины:

- государственный (этатический) патриотизм — любовь к государству;
- имперский патриотизм — лояльность (любовь) к империи и ее правительству;
- квасной патриотизм (ура-патриотизм) — гипертрофированное чувство любви к государству и своему народу;
- полисный (городской) патриотизм — к образу жизни, традициям, особенностям, культам. Существовал в античных городах-государствах (полисах) и был основан на местных религиозных культурах;
- ультрапатриотизм — любовь к отечеству в крайних, безрассудных формах;
- этнический патриотизм — любовь к своему этносу;
- городской патриотизм — любовь к своему городу.

Вспомним правила дорожного движения

Завершился учебный год, и начинаются долгожданные летние каникулы. Все мы готовимся к лету, с нетерпением его ожидаем, ведь летом каждого из нас ждет много нового и интересного.

Чтобы ваш отдых не был омрачен никакими ДТП, давайте вспомним правила дорожного движения, с которыми вы познакомились в этом году.

• Будьте бдительны и дисциплинированы на улице!
• Помните, что нужноходить по тротуару, он предназначен для движения пешеходов,ходить по

нему надо только с правой стороны.

- Переходите улицу в тех местах, где есть указатели перехода, а где их нет — на перекрестках по линии тротуаров.
- Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом!
- Переходя улицу, посмотрите сначала налево, а дойдя до середины — направо.
- Не устраивайте игры на проезжей части улицы!
- Езда на велосипеде по улицам и дорогам разрешается детям с 14 лет.
- В общественном транспорте ведите себя прилично, не мусори, не разговаривайте громко, не привлекайте к себе внимание.
- Помните, что нельзя садиться в машину к незнакомым людям.
- Переходить дорогу после выхода из автобуса можно только после того, как он отъедет, чтобы хорошо была видна дорога. Автобус и троллейбус надо обходить сзади, а трамвай — спереди.
- Не переходите дорогу на красный свет, даже если рядом нет движущегося транспорта, подождите, пока загорится зеленый.
- Страйтесь избегать травм. Перед выходом на улицу осмотрите свою одежду, обувь, так как иногда плохо завязанный шнурок может стать причиной травмы.



Запрет на курение

В соответствии с КоАП РФ ст. 6.24 «Нарушение установленного федеральным законом запрета курения табака, потребления никотинсодержащей продукции или использования кальянов на отдельных территориях, в помещениях и на объектах».

1. Нарушение установленного федеральным законом запрета курения табака, потребления никотинсодержащей продукции или использования кальянов на отдельных территориях, в помещениях и на объектах, за исключением случаев, предусмотренных частью 2 настоящей статьи, влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от пятисот до одной тысячи пятисот рублей.

2. Нарушение установленного федеральным законом запрета курения табака, потребления никотинсодержащей продукции или использования кальянов на детских площадках влечет наложение административного штрафа на граждан в размере от двух тысяч до трех тысяч рублей.



О пожарной безопасности на шашлыках

В числе необычных праздников есть и такой — День шашлыков. Но в процессе приготовления шашлыка не стоит забывать о мерах пожарной безопасности. Ведь для его приготовления используется открытый огонь, а это всегда связано с определенной опасностью.

Если вы готовите шашлык на даче или в усадебном участке, располагайте мангал в специально отведенном для этого месте, вдали от дома и хозяйственных построек. Не оставляйте разожженный мангал без присмотра и тем более не доверяйте разведение огня детям. При приготовлении шашлыков не забывайте, что раздуваемые ветром искры могут разлететься на большое расстояние, дальше начинается тление.

Во время отдыха на природе часто приходится жарить «на том, что найдется, и где придется». Однако рекомендуем использовать специальные угли и захватить с собой мангал. Если вы не используете мангал или гриль, то даете опасную свободу пламени в его действиях. Занятые отдыхом, вы можете обнаружить пожар слишком поздно и уже не сможете им управлять. В мангале же огонь как в клетке — полностью подчинен вам, что обеспечивает безопасность. Не разжигайте костер или мангал над низко растущими деревьями.

Нельзя использовать для разжига легковоспламеняющиеся и горючие жидкости: горючие пары во время поднесения спички могут опалить вас, а если в мангале или костре есть хоть одна искорка, то не исключена вероятность того, что бутылка с жидкостью может вспыхнуть в ваших руках.

Устраивая костер в лесу, следует соблюдать особую осторожность:

- используйте для разведения костра только специально оборудованные места или уже имеющиеся старые кострища;
- не разводите большой костер;
- разжигайте костер подальше от нависающих ветвей, гнилых пней, сухой травы;
- никогда не оставляйте костер без присмотра;
- в конце отдыха тщательно заливайте костер водой.

К сожалению, далеко не все выполняют эти несложные правила, забывая о том, что пренебрежение правилами пожарной безопасности может повлечь за собой привлечение к ответственности, как административной, так и уголовной!

Убедительная просьба к родителям: не оставляйте детей без присмотра у костра, чтобы детская шалость не превратилась в «большой пожар». Не допускайте их игр с огнем! Проводите с ними разъяснительные беседы о том, что спички не игрушка, что нельзя бросать в костер незнакомые предметы, аэрозольные упаковки, объясните им, что от их правильного поведения порой зависит их собственная жизнь.

Если вы все же заметили в лесу огонь, примите меры, чтобы остановить его, одновременно (по возможности) направьте кого-нибудь в ближайший населенный пункт или лесничество за помощью. Группа из 3-5 человек может остановить небольшой пожар за полчаса-час, даже без специальных средств. Пламя можно сбивать мешковиной, брезентом. Огонь надо захлестывать, сметать в сторону очага пожара, небольшие языки пламени можно затапливать ногами. Еще один распространенный прием — забрасывать кромку пожара землей, чтобы получилась сплошная полоса из грунта толщиной несколько сантиметров и шириной до полуметра.

Если вы понимаете, что собственными силами невозможно справиться с огнем, покиньте опасную зону и сообщите о месте, размерах и характере возгорания в Службу спасения по телефону 01 или 112.

Уважаемые жители и гости области, всегда помните: любой пожар легче предотвратить, чем потушить!

Будьте осторожны с огнем!

Основные правила безопасного поведения на воде

Водоемы являются опасными в любое время года. Летом они опасны при купании и пользовании плавательными средствами.

Летом на водоемах следует соблюдать определенные правила безопасного поведения. Во-первых, следует избегать купания в незнакомых местах, специально не оборудованных для этой цели.

Во-вторых, при купании запрещается:

- заплывать за границы зоны купания;
- подплывать к движущимся судам, лодкам, катерам, катамаранам, гидроциклам;
- нырять и долго находиться под водой;
- прыгать в воду в незнакомых местах, с причалов и других сооружений, не приспособленных для этих целей;
- долго находиться в холодной воде;
- проводить в воде игры, связанные с нырянием и захватом друг друга;
- плавать на досках, лежаках, бревнах, надувных матрасах и камерах (за пределы нормы заплыва);
- подавать крики ложной тревоги;
- приводить с собой собак и других животных.

Если не имеешь навыка в плавании, не следует заплывать за границы зоны купания, это опасно для жизни.

Не умеющим плавать — купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1-2 метра!

**Категорически запрещается
купание на водных объектах, оборудованных пред-
упреждающими аншлагами
«КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!»**



Уважаемые родители!

**Безопасность жизни детей на водоемах во многих
случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС!**

В связи с наступлением жаркой погоды в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период обращаемся к вам с убедительной просьбой: провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим вы предупредите несчастные случаи с вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь ваших детей сегодня и завтра.

Категорически запрещено купание:

- детей без надзора взрослых;
- в незнакомых местах;
- на надувных матрасах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых).

Необходимо соблюдать следующие правила:

- Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.
- Продолжительность купания — не более 30 минут, при невысокой температуре воды — не более 5-6 минут.
- При купании в естественном водоеме — не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.
- Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.

Формируем здоровый образ жизни

Здоровый образ жизни человека поможет сохранить здоровье и снизить риск неинфекционных заболеваний (НИЗ) путем контроля над поведенческими факторами риска.

Здоровый образ жизни подразумевает отказ от табака и употребления алкоголя, рациональное питание, физическую активность (физические упражнения, спорт и тому подобное), укрепление психического здоровья и другие меры по укреплению здоровья.

Принципы образа жизни обычно закладываются в молодом возрасте, поэтому для формирования здорового образа жизни важным является формирование здорового образа жизни в этом возрасте: привычки, сформировавшиеся в молодости, зачастую сохраняются и во взрослой жизни.

Формирование образа жизни, способствующего укреплению здоровья человека, осуществляется на трех уровнях:

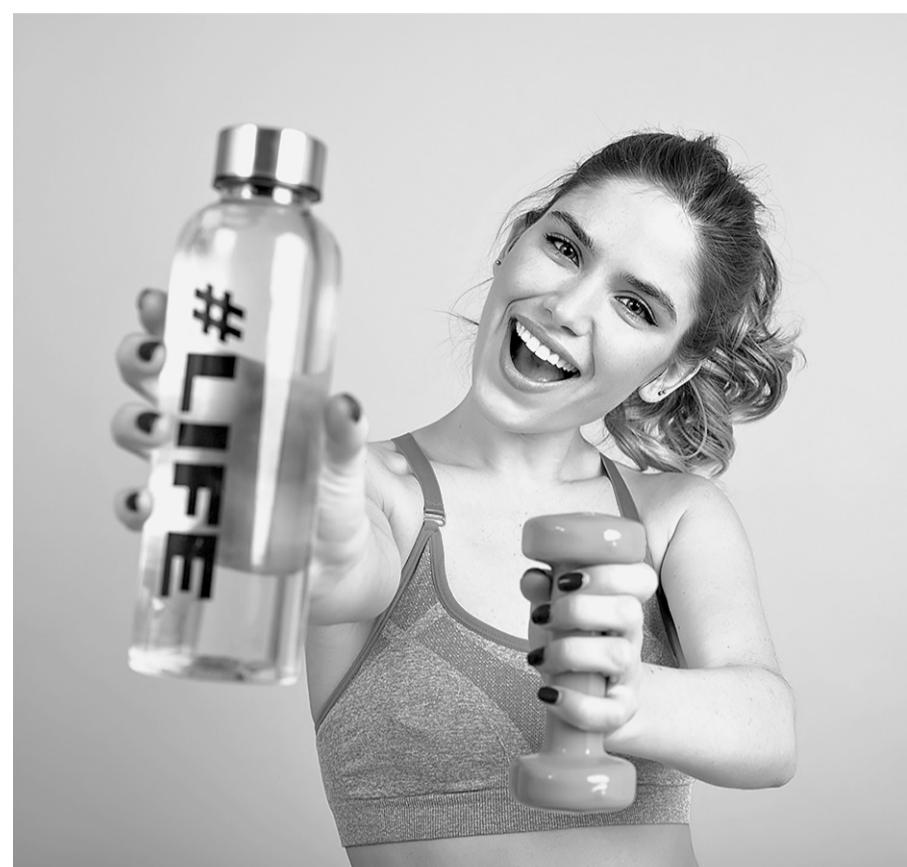
- социальном: пропаганда, информационно-просветительская работа;

- инфраструктурном: конкретные условия в основных сферах жизнедеятельности человека (наличие свободного времени, материальных средств), профилактические учреждения, экологический контроль;

- личностном: система ценностных ориентиров человека, стандартизация бытового уклада.

Под пропагандой здорового образа жизни понимают целый ряд мероприятий, направленных на его популяризацию, среди которых важнейшими являются просветительские и выездные программы, реклама в СМИ (радио, телевидение, интернет).

Сегодня работа по формированию здорового образа жизни и укреплению общественного здоровья приоб-



ретает новый импульс: в национальный проект «Демография» включен федеральный проект «Укрепление общественного здоровья», и с 2019 года началась его активная реализация. Данный федеральный проект включает в себя следующие меры.

Это дальнейшее совершенствование нормативно-правовой и методической базы в области охраны общественного здоровья: нормативные правовые акты и методические

документы по вопросам ведения гражданами здорового образа жизни, основанные на рекомендациях Всемирной организации здравоохранения, включая создание на базе центров здоровья и центров медицинской профилактики центров общественного здоровья; законы, другие нормативные правовые акты и методические документы по вопросам здорового питания, включая закрепление понятия здорового,

спортивного и иных видов питания, основанные на научных данных и рекомендациях Всемирной организации здравоохранения, Комиссии ФАО/ВОЗ по пищевым стандартам «Кодекс Алиментариус»; санитарные правила (СП), санитарные правила и нормы (СанПиН), направленные на совершенствование государственного регулирования в области качества пищевой продукции и стимулирования производства пищевой продукции, отвечающей критериям качества и принципам здорового питания.

Развитие сети центров общественного здоровья в регионах. Минздрав России намерен преобразовать центры здоровья в российских муниципалитетах в центры общественного здоровья, которые будут учитывать такие факторы, влияющие на здоровье человека, как экология, питание, вредные привычки и транспорт.

Реализация программ общественного здоровья в муниципальных образованиях.

Реализация комплекса мер по повышению качества питания граждан: разработка научных рекомендаций по правильному питанию, повышение доступности необходимых пищевых продуктов для граждан, образовательные и информационные мероприятия, проведение проверок продуктов на предмет их качества и соответствия принципам здорового питания.

Реализация массовых информационных кампаний по вопросам здорового образа жизни для мотивирования людей к ведению здорового образа жизни.

Разработка и внедрение программ укрепления здоровья на рабочем месте (корпоративных программ укрепления здоровья).

Нет наркотикам!

Наркомания — это пристрастие к употреблению наркотиков, болезненное влечение, которое приводит к тяжелым нарушениям, в первую очередь, психических и физических функций организма.

Наркотики — это вещества, которые не участвуют в естественных функциях организма, изменяют сознание и отравляют организм, уничтожают психику.

Люди начинают принимать наркотики из интереса, тяжелая социальная ситуация, нечем заняться — все версии имеют право на жизнь. Но самое главное — важно знать о последствиях этого недуга. Лечение последствий наркомании бывает долгим и мучительным, и не всегда удается восстановить здоровье в полной мере. Многие повреждения организма необратимы. Поэтому перед тем, как принять решение об употреблении наркотика, стоит задуматься о том, во что в скором времени выльется кратковременная эйфория и побег от жизненных трудностей.

Что происходит с человеком, который употребляет наркотики? При первых приемах наркотика организм воспринимает его как иностранные вещества, которое не нужно ему. Далее организм привыкает, так как наркотик, будто обманывая его, начинает участвовать в обменных процессах вместо естественных веществ. Одним словом, наркотик приживается в организме и тот уже не может без него нормально функционировать. Соответственно, если отнять наркотик у тела, прекратив его прием, то человеку будет очень плохо. Это физическая зависимость. Она побуждает человека принимать наркотик снова и снова. Наркомания несет огромный вред здоровью.

Формируется психологическая привязанность к наркотику. Человек

начинает принимать наркотик, так как ему чего-то не хватает. Это тоже связано с физиологией, а именно с недостатком эндорфинов — гормонов счастья. Употребляя наркотик, человек получает определенные ощущения. Посредством приема приходит удовольствие, которого, если он перестанет употреблять, ему будет не хватать. Поэтому человеку очень сложно отказаться от этого: постоянные воспоминания прошлых приемов, ощущений, которые дает наркотик.

Когда заканчивается действие очередной дозы, организм требует еще, зависимого человека не покидает мысль, где достать еще дозу наркотика. Появляется нервная дрожь, холодный пот, судороги, не имеют конечности, часто появляется понос, тошнота, боли в суставах и мышцах, головные боли, головокружения, бессонница. Человек становится эмоционально нестабильным, раздражительным, легко впадает в ярость, становится склонным к на-

силию, и это не полный список всех симптомов, которые может испытывать зависимый от наркотиков человек во время ломки.

Появляются социальные последствия наркомании. Вред, который несет употребление наркотиков, распространяется на окружающих. Рушатся семьи, портятся отношения с окружающими, социум перестает принимать человека. Многие становятся просто изгоями в обществе. Главная ошибка людей, страдающих наркоманией, состоит в том, что они верят в то, что наркотики принесут им счастье, сделают их жизнь более веселой и насыщенной, но вскоре они понимают, что ошибались, и далеко не у каждого находятся силы вернуться обратно к нормальной жизни... жизни без наркотиков. Поэтому такого человека нужно лечить, сделать его полноценным членом общества, восстановить его способности. В этом помогут врачи-наркологи и программа реабилитации.