



Памятка родителям по профилактике экстремизма

Основной группой риска для пропаганды экстремистов является молодежь как наиболее чуткая социальная прослойка. Причем молодежь подросткового возраста, начиная примерно с 14 лет, поскольку в эту пору начинается становление человека как самостоятельной личности.

Мотивами вступления в экстремистскую группу являются стремление к активной деятельности, индивидуальному самовыражению и общению с людьми, разделяющими их убеждения, ориентация на агрессивное поведение, а также желание выразить протест и почувствовать свою независимость.

Важно помнить, что попадание подростка под влияние экстремистской группы легче предупредить, чем впоследствии бороться с этой проблемой. Несколько простых правил помогут существенно снизить риск попадания вашего ребенка под влияние пропаганды экстремистов:

1. Разговаривайте с ребенком. Вы должны знать, с кем он общается, как проводит время и что его волнует. Обсуждайте политическую, социальную и экономическую обстановку в мире, межэтнические отношения. Подростку трудно разобраться в

и экстремистские группы зачастую пользуются этим, трактуя определенные события в пользу своей идеологии.

2. Обеспечьте досуг ребенка. Спортивные секции, кружки по интересам, общественные организации, военно-патриотические клубы дадут возможность для самореализации и самовыражения подростка, значительно расширят круг общения.

3. Контролируйте информацию, которую получает ребенок. Обращайте внимание, какие передачи он смотрит, какие книги читает, на каких сайтах бывает. СМИ являются мощным орудием в пропаганде экстремистов.

Основные признаки того, что молодой человек или девушка начинают поддаваться под влияние экстремистской идеологии, можно свести к следующему:

- его/ее манера поведения становится значительно более резкой и грубой, прогрессирует ненормативная либо жаргонная лексика;
- резко изменяется стиль одежды и внешнего вида, соответствия правилам определенной субкультуры;
- на компьютере оказывается много сохраненных ссылок или файлов с текстами, роликами или изображениями экстремистско-политического или социально-экстремального содержания;
- в доме появляется непонятная и нетипичная символика или атрибутика (как вариант нацистская символика), предметы, которые могут быть использованы как оружие;
- подросток проводит много времени за компьютером или занимается самообразованием по вопросам, не относящимся к школьному обучению, художественной литературе, фильмам, компьютерным играм;
- повышенное увлечение вредными привычками;
- резкое увеличение числа разговоров на политические и социальные темы, в ходе которых высказываются крайние суждения с признаками нетерпимости;
- псевдонимы в Интернете, пароли и т.п. носят

экстремально-политический характер.

Если вы подозреваете, что ваш ребенок попал под влияние экстремистской организации, не паникуйте, но действуйте быстро и решительно:

1. Не осуждайте категорически увлечение подростка, идеологию группы – такая манера точно натолкнется на протест. Попробуйте выяснить причину экстремистского настроения, аккуратно обсудите, зачем ему это нужно.

2. Начните «контрпропаганду». Основой «контрпропаганды» должен стать тезис, что человек сможет гораздо больше сделать для переустройства мира, если он будет учиться дальше и как можно лучше, став, таким образом, профессионалом и авторитетом в обществе, за которым пойдут и к которому прислушаются. Приведите больше примеров из истории и личной жизни о событиях, когда люди разных национальностей и рас вместе добивались определенных целей. Обязательным условием такого общения должны быть мягкость и ненавязчивость.

3. Ограничьте общение подростка со знакомыми, оказывающими на него негативное влияние, попытайтесь изолировать от лидера группы.

Будьте внимательны к своим детям!

Противодействие



экстремизму

Профилактика ВИЧ-инфекции

- Специфической вакцины пока не создано.
- Неспецифическая профилактика включает:
 - — санитарно-просветительная работа среди населения
 - — обследование лиц, относящихся к группе риска по ВИЧ, а также доноров, беременных
 - — избегать случайных половых связей, использование средств защиты.
 - — исключить употребление и введение наркотиков, нанесение татуировок, использование общих бритвенных, маникюрных и других предметов личной гигиены.
 - — тщательная стерилизация медицинских инструментов, использование одноразовых
 - — медперсонал при выполнении манипуляций должен пользоваться спецодеждой.
 - — профилактика передачи инфекции от матери к ребенку (беременная с ВИЧ – инфекцией проходит курс лечения антиретровирусными препаратами, родоразрешается путем кесарева сечения, запрещается грудное вскармливание).

ПРОФИЛАКТИКА ВО ВРЕМЯ ЭПИДЕМИЧЕСКОГО ПОДЪЕМА ЗАБОЛЕВАЕМОСТИ ОРВИ И ГРИППОМ



Важно знать, что ОРВИ и грипп передаются от человека к человеку:

- воздушно-капельным путем;
- контактно-бытовым путем.

ПРОФИЛАКТИКА - ЛУЧШАЯ ЗАЩИТА ОТ ОРВИ И ГРИППА



ИЗБЕГАЙТЕ • Избегайте мест массового скопления людей (магазинов, кинотеатров, театров и т.д.).

• В общественных местах защищайте дыхательные пути (нос и рот) маской, одноразовым платком.

• Избегайте объятий и поцелуев.

• Тщательно мойте руки.

• Проветривайте помещения, проводите влажную уборку.

• Употребляйте в пищу белковые продукты, лук и чеснок, фрукты, витамины.

Если же почувствовали недомогание — оставайтесь дома, вызовите врача! Не подвергайте риску заражения окружающих!



Грипп Как защитить себя и других



Прикрывай нос и рот одноразовыми салфетками, когда кашляешь или чихаешь



Немедленно выбрасывай использованные салфетки



Регулярно мой руки с мылом



Если у тебя симптомы, похожие на симптомы гриппа, немедленно обратись к врачу



Если у тебя симптомы, похожие на симптомы гриппа, не приближайся к другим людям ближе, чем на 1 метр



Если у тебя симптомы, похожие на симптомы гриппа, оставайся дома. Не ходи на работу, в школу, не посещай общественные места



Избегай объятий, поцелуев и рукопожатий при встречах



Не трогай глаза, нос или рот немытыми руками

КОРОНАВИРУС. ЧТО НАДО ЗНАТЬ



ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР
МЕДИЦИНСКОЙ
ПРОФИЛАКТИКИ

Вирус передается воздушно-капельным путем.

Коронавирус – возбудитель ОРВИ, при котором отмечается ярко выраженная интоксикация организма и проблемы с дыхательной системой.

СИМПТОМЫ



высокая температура тела



кашель



боль в груди



одышка

КАК СНИЗИТЬ РИСК ЗАРАЖЕНИЯ



Тщательно мойте руки с мылом и водой после посещения общественных мест, пользования транспортом, возвращения с улицы, контактов с посторонними людьми



Используйте антибактериальные салфетки или дезинфицирующий гель для рук



Не касайтесь глаз, носа или рта руками



Дезинфицируйте гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь



Воздержитесь от посещения общественных мест: торговых центров, кафе и ресторанов, общественного транспорта в час пик



Используйте одноразовую медицинскую маску (респиратор) в общественных местах, меняя ее каждые 2-3 часа



Исключите при приветствии тесные объятия и рукопожатия, в особенности с людьми, которые кашляют и чихают

При появлении симптомов обратитесь к врачу. Не прибегайте к самолечению!

Горячая линия: 112 или (343) 312-08-81

ЧИСТОТА РУК - ЗАЛОГ ЗДОРОВЬЯ!

Моем руки правильно!



1
ополосни руки
теплой водой



2
нанеси на ладони мыло



3
намыливай руки 20 счетов
(мой между ладонями)



4
вымой тыльную сторону
ладоней



5
вымой между пальцами



6
вымой большой
палец



7
вымой кончики
пальцев - под ногтями



8
вымой запястья



9
смой пену с рук под
струей воды



10
вытри руки полотенцем -
личным или
одноразовым

Мойте руки :



до и
после еды



после посещения
туалета



после игры с
животными



если ты чихал,
кашлял



после пребывания
на открытом
воздухе



когда
руки грязные

Здоровый образ жизни семьи

Забота о развитии и здоровье ребенка начинается в семье, с решения вести здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни — это:

- благоприятный эмоциональный климат в семье, дружеские взаимоотношения между родителями и детьми;
- ответственное отношение родителей к здоровью ребенка, культура здоровья;
- благоприятные условия для физического и психического развития ребенка;
- правильно организованная рациональная пища;
- соблюдение дома режима дня для ребенка;
- отрицательное отношение взрослых к алкоголю и курению;
- достаточная трудовая активность, привлечение детей к посильной работе;
- соблюдение санитарно-гигиенических норм;
- умеренные требования к ребенку, общие игры, проведение досуга (отдых вместе, прогулки в лес, парк, на каток, лыжные прогулки, общее чтение, рисование и т. п.).

Очень важно быть доброжелательным и вежливым человеком и учить быть таковыми своих детей.

