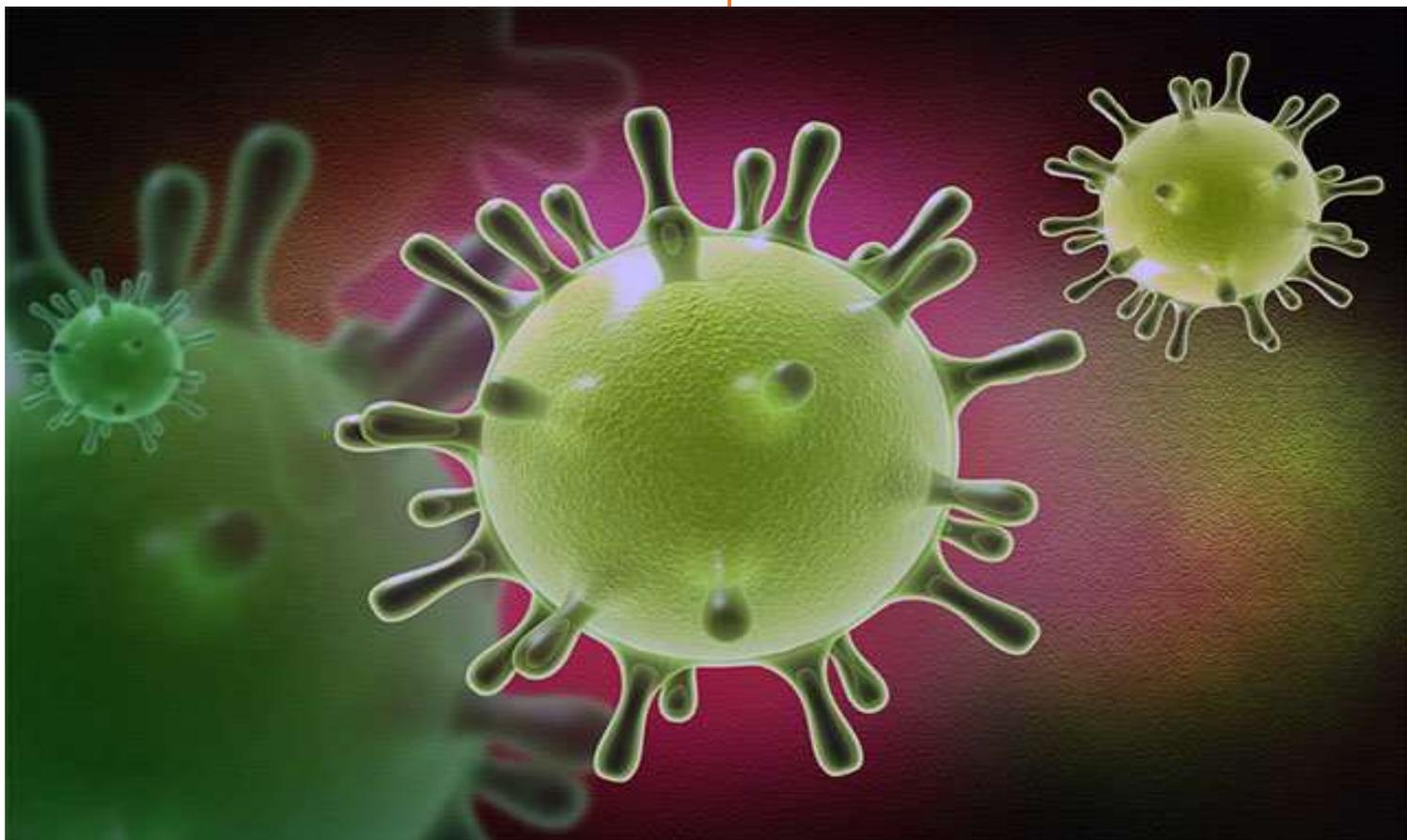


«КАПЕЛЬКА» КОРОНОВИРУС

Специальный выпуск.
Март 2020г.

Читайте в номере:
Китайский коронавируc.
Вакцина.
Интересные факты.
Откуда он все-таки взялся.
Продукты здоровья. Как не
заболеть на прогулке.
Осторожно тонкий лед.

МКДОУ № 26



Китайский коронавирус: о вакцине, заразности, диагностике и профилактике

Тема горячая, вокруг нее много спекуляций. Давайте попробуем взглянуть на нее спокойно и понять, что можно сделать, чтобы обезопасить себя.

Что мы знаем о вирусе?

Это РНК-содержащий вирус из группы коронавирусов, животного происхождения, который вероятнее всего попал к человеку от летучих мышей. Были гипотезы про змей, но пока остановились на мышах.

В случае благоприятного исхода заболевание заканчивается полным выздоровлением в течении 5-7 дней и не оставляет хронических последствий.

Как происходит заражение?

Практически не зафиксировано передачи вируса от животных человеку — только вначале эпидемии. На данный момент все заболевшие заразились от человека и не имели контакта с животными.

Чаще всего вирус попадает в организм через конъюнктиву глаз: грязные руки, чих зараженного и так далее.

От заражения до первых симптомов (**инкубационный период**) проходит **от 1 до 14 дней, но в среднем — 7**. Это очень важно, потому что человек, который еще не знает про свою болезнь, может заражать других.

Именно поэтому массовое измерение температуры теряет смысл, поскольку всех заболевших до начала заболевания не выявить. И именно поэтому для профилактики заражения важнее всего избегать толпы. Но о профилактике дальше.

Заразность

В эпидемиологии есть такое понятие как **базовое репродуктивное число (R0)** — количество человек, которых может заразить вокруг себя больной человек.

- R0 уханьского коронавируса — [3,3-5,5](#);
- R0 гриппа — 1-2;
- R0 гриппа-испанки — 2,8;
- R0 кори — 12-18.

То есть он 2-3 раза менее заразен чем корь и в 2-3 раза заразнее гриппа.

Про бананы и посылки

При благоприятных условиях вне организма вирус **теоретически** может жить до 2-х суток. Чтобы заболеть нужно получить достаточное количество "**здоровых и живучих**" вирусов. Через посылки и бананы это практически не реально.

Как диагностировать?

Симптомы заболевания неспецифические и мало отличаются от обычного ОРВИ. Поэтому по симптомам отличить одно от другого практически невозможно.

Но все же, что характерно? Коронавирус, как правило, сразу **поражает нижние дыхательные пути**, провоцируя развитие вирусной пневмонии с характерными симптомами — кашель, слабость, высокая температура, одышка. Этим он отличается от тех ОРВИ, которые **поражают верхние дыхательные** пути и проявляются в большей степени через насморк и боль в горле, постепенно "опускаясь ниже".

Еще для него характерен конъюнктивит, иногда диарея. Но такие симптомы во многом характерны и для гриппа и для энтеровирусов. Поэтому по симптомам точный диагноз не поставить.

Для постановки диагноза используются тест-системы и ПЦР диагностика, которые

определяют наличие вируса по крови или мокроте. В РФ тест-систем пока нет.

Лечение

Специфического противовирусного лечения нет. Никакие фероны, и другие фуфломицины не защищают и не лечат от заболевания. Это грустно, но факт.

Мы все умрем?

По актуальным на 8 февраля 2020 года данным:

- всего подтверждено 31 530 случаев;
- из них в Китае 31 213;
- тяжелое течение у 13% случаев;
- умерли — 638 человек (2,0% от заболевших), 1 за пределами Китая;
- зафиксированных случаев выздоровления — 1 764.

За пределами Китая 191 случай: Япония (25), Корея (24), Сингапур (30), Вьетнам (8), Тайланд (25), США (12), Австралия (15), Непал (1), Франция (6), Малазия (10), Канада (5),

Шри Ланка (1), Камбоджа (1), Германия (13), ОАЭ (5), Филиппины (3), Индия (3), Финляндия (1), Италия (3), Россия (2), Испания (1), Швеция (1), Великобритания (2), Бельгия (1).

А что с выздоравливающими?

Большая часть людей выздоравливает в течении 5-7 дней.

По последним данным из госпиталей выписали 1 764 человек. Но на самом деле, не понятно, все ли выздоровевшие входят в это число — есть ли те, кто лечится дома и входят ли они в это число, не понятно.

Что еще важно? В отличии от вируса гриппа-испанки, которая в первую очередь "косила" молодых людей, от уханьского коронавируса в первую очередь **умирают пожилые люди** в связи с развитием вирусной пневмонии и дыхательной недостаточности.

Поэтому в первую очередь берегите своих родителей и бабушек с дедушками от толпы и мест скопления людей.

Как себя защитить?

Поскольку лечения нет, единственное, что можно сделать — это **минимизировать риск заболеть:**

- **при первых признаках ОРВИ оставайтесь дома**, чтобы не заражать других;
- **если вы живете с кем-то — носите дома маску**, проветривайте помещение;

Основной способ заражения — это попадание вирусных частичек на слизистые конъюнктивы глаз при контакте с больным человеком. Поэтому здоровых людей могут защитить только маски со специальными очками, а их в общем доступе нет.

Поэтому носить маску нужно не здоровым людям, а больным, чтобы не заражать

других. При этом она должна плотно прилегать к лицу.

- при возможности **избегайте большого скопления людей**, особенно берегите близких старшего возраста;
- **мойте руки;**
- **следите за влажностью помещения** (в норме 40-80%) — влажная слизистая = защищенная слизистая;
- **пейте больше жидкости** — обезвоживание также приводит к сухости слизистых оболочек.

О вакцине

Многие СМИ пишут о вакцине, которую оперативно создали британские ученые на базе вакцины от гриппа. Бы здорово, но, к сожалению, так не бывает.

Даже если есть успехи в этой области, то через 6-8 мес можно будет только начать испытания на животных, а еще через столько же — на людях. И только при успешных результатах — начать производство и отправить на полки аптек. Так что сейчас про вакцину говорить рано.

У меня признаки ОРВИ — когда делать тест на коронавирус?

Вероятно, было бы здорово обследовать на коронавирус всех с признаками ОРВИ — это позволило бы собрать более точные данные по количеству больных.

Но для тактики лечения человека с признаками респираторного заболевания поголовная диагностика смысла не имеет.

Против 2019-nCoV нет вакцины и специфического лечения. А это значит, что рекомендации будут одинаковые, независимо от того, обследовали вас или нет.

Если вы болеете легко, то можете болеть дома (без противовирусных и феронов). Для профилактики распространения — наденьте маску, соблюдайте респираторную гигиену.

Если почувствовали ухудшение самочувствия, особенно — затруднение дыхания, обратитесь к врачу. Его первостепенная задача — определить, нуждаетесь ли вы в госпитализации.

При выявлении пневмонии (нетяжелой) будет эмпирически назначен антибиотик. Исключение — подтвержденный экспресс-тестом грипп. Для 2019-nCoV таких тестов в вашем медицинском учреждении может не быть.

В случае развития тяжелой пневмонии, приводящей к острому респираторному дистресс-синдрому и

дыхательной недостаточности, независимо от причины, мероприятия проводятся одинаковые. В первую очередь — это кислородная поддержка — подача кислорода через маску, трубку или искусственная вентиляция легких + антибиотик и инфузионная терапия.

Отличие коронавирусной инфекции только в том, что такие состояния развиваются чаще, чем при “обычной ОРВИ”.

Таким образом, выявление и изоляция больных 2019-nCoV-инфекцией важны и нужны, как одно из мероприятий сдерживания распространения болезни, но на тактику лечения конкретного больного это фактически никак не влияет.

Показания к обследованию на 2019-nCoV (CDC).

1. Лихорадка или признаки поражения нижних дыхательных путей (в том числе кашель, одышка) + контакт с больным с лабораторно подтвержденной 2019-nCoV-инфекцией в течение 14 дней до появления симптомов.
2. Лихорадка и признаки поражения нижних дыхательных путей — в том числе кашля, одышки + история путешествия в Хубей, Китай в течение 14 дней до появления симптомов.
3. Лихорадка и признаки поражения нижних дыхательных путей (в том числе кашля и одышки), требующие госпитализации + история путешествия в Китай в течение 14 дней до появления симптомов.

Выводы

1. Да, появился новый вирус, который человек получил от животных. Протекает сложнее, чем ОРВИ, часто осложняется пневмонией, может заканчиваться летально, в основном для пожилых пациентов.
2. Лечат симптоматически, как любую другую ОРВИ, борясь с осложнениями.
3. Смысла в поголовной диагностике нет — тактика ведения от этого не зависит.
4. Для профилактики избегайте мест с большим скоплением народа, постарайтесь не путешествовать, соблюдайте личную гигиену.
5. При первых признаках ОРВИ оставайтесь дома, чтобы не заражать других. Если вы живете с кем-то — носите дома маску, проветривайте помещение.
6. При тяжелом состоянии и появлении одышки — срочно вызывайте врача.

Откуда он все-таки взялся?

От животных. Скорее всего, от летучих мышей.

Коронавирусы – это обширная группа вирусов, поражающих широкий круг животных и человека. У человека коронавирусы были впервые открыты как возбудители банального ОРВИ, или «простуды». Открыли их ещё в 1980-х гг.

Большинство человеческих коронавирусов вызывают нетяжёлые симптомы простудного заболевания или гастроэнтерита («пищевого отравления»). То есть клиника коронавирусной инфекции чаще всего сводится к двум простым словам: «простудился» или «отравился». Многие из нас, возможно, болели коронавирусной инфекцией ни по одному разу в жизни и не подозревают об этом!

Но в 2002 году мир потрясла вспышка коронавирусного тяжёлого острого респираторного синдрома (ТОРС, англ. SARS) с клиникой быстроразвивающейся пневмонии, дыхательной и почечной недостаточности. Вспышка началась с китайского города Гуанчжоу (ничего не напоминает?) В 2015 году на Ближнем Востоке появился коронавирус ближневосточного респираторного синдрома (БВРС, англ. MERS), а 2019 год «порадовал» новым штаммом

коронавируса из Уханя. Клиника этих коронавирусных инфекций чем-то отдалённо похожа на крайне тяжёлый вариант ОРВИ (на тот же грипп).

Откуда они взялись? Давайте разбираться.

Геномный анализ показал, что человеческие коронавирусы (в том числе банальные «простудные» штаммы) очень близки к коронавирусам летучих мышей и, скорее всего, были «заимствованы» человеком у них сравнительно недавно (в историческом масштабе).

В дикой природе летучие мыши являются резервуаром коронавируса. Для них это такой же обычный вирус, как для нас риновирус, вызывающий банальный насморк, или герпесвирус первого типа, вызывающий «простуду на губе». Не исключено (хотя и не подтверждено на сто процентов), что все коронавирусы являются по происхождению «летучемышиными».

Многих удивляет факт перехода вируса от животных. Многим он кажется невероятным. Однако не стоит забывать, что вирусы эволюционируют быстро, так размножаются куда быстрее нас. Если нам для превращения из обезьяны в человека потребовались миллионы лет, то вирусу для аналогичного эволюционного пути потребуются лишь годы и десятки лет.

Например, все вирусы гриппа по происхождению являются птичьими. Резервуар гриппа – водоплавающие птицы. Оспу мы незадолго до нашей эры (с точной датировкой могу ошибаться) получили от верблюдов. А давайте пройдемся по детским инфекциям? Коклюш мы получили от свиней. Корь от крупного рогатого скота. В начале нашей эры. Да и странно было бы, если бы эти болезни были всегда с нами. В маленьких первобытных человеческих обществах эти болезни не смогли бы поддерживать себя – они настолько заразны, что всё племя переболело бы почти сразу и приобрело бы иммунитет. Кое-кто бы при этом умер, что тоже затруднило бы путь вирусу...

Да! Говоря о животных вирусах, я ещё забыл о ВИЧ! Это исконно обезьяний вирус!

В общем, коронавирусы мы получили от животных. А тут есть закономерность: недавно «пришедшие» от животных патогены обычно вызывают тяжёлые инфекции. Почему так? Дело в том, что вирусу, по большому счёту, не надо нас убивать. Ему надо немножко поэксплуатировать наш организм, оставив его живым и по возможности активным – чтобы он (организм) мог, кашляя и чихая, бегать на учёбу и работу и заражать других. Уложить жертву в постель или убить – не лучшая эволюционная стратегия для вируса. Он так ограничит своё распространение.

А когда вирус перешёл на наш организм от животного, он не успел ещё к нам эволюционно «притереться» и приспособиться. Поэтому он ещё не умеет «ограничивать» свой вред. И его «убойная сила» по отношению к человеку максимальна.

Именно поэтому так страшна чёрная оспа. Вирус-то не наш, а верблюжий! Поэтому так тяжело болеть корью (прививайтесь и прививайте детей!) – вирус-то коровий! Поэтому грипп тяжелее обычной простуды – вирус-то птичий! Иногда свиной!

Поэтому высокоопасные коронавирусы – это просто штаммы, недавно перешедшие к нам от животных.

Коронавирус ТОРС возник на рынке дичи в Гуанчжоу, где летучие мыши содержались «по соседству» с другими животными. На данных рынках имеют место неудовлетворительные санитарные условия содержания животных и обработки их трупов. Наилучшие условия для смешения разных вирусов и обмена генетическим материалом между ними. В 2015 году (ну разнообразия ради!) люди на Ближнем Востоке заразились верблюжьим коронавирусом. И, наконец, в 2019 году в городе Ухань фактически повторилась история 2002 года – на рынке дичи в Китае снова «перекинулся» на человека новый коронавирус. По клинике и структуре генома он очень похож на коронавирус 2002 года. Так что это – «животные» вариации на старую тему. Надо сказать, что этой вспышки учёные ждали и были готовы к ней. Потенциал коронавирусов по «переброске» с животных на человека был известен давно. Так что случилось то, что должно было случиться.

СРЕДСТВА ПРОФИЛАКТИКИ ГРИППА

РЕПЧАТЫЙ ЛУК

Полезные свойства:
 Богат эфирными маслами, содержит витамины С и В, железо, калий, кальций, магний, марганец, фтор, фосфор, серу, природный антибиотик

ЧЕСНОК

Полезные свойства:
 Содержит азотистые в-ва, натрий, калий, кальций, магний, кремниевую, серную, фосфорную кислоты, витамин С, D, В и эфирные масла. Оказывает обезболивающее, противомикробное действие, убивает самые разнообразные бактерии

УКРОП

Полезные свойства:
 Укроп содержит белки, сахар. Отхаркивающее средство. Обладает антисептическим свойством. Лечебными свойствами обладают как зелень, так и семена укропа

КУРКУМА, ИМБИРЬ

Полезные свойства:
 Куркума стимулирует иммунную систему человека, способствует повышению сопротивляемости организма. Имбирь оказывает противовоспалительное, обезболивающее действие, повышает иммунитет

ШИПОВНИК

Полезные свойства:
 Обладает мощным бактерицидным действием, а также противовоспалительными свойствами. Используется при нехватке витамина С в организме



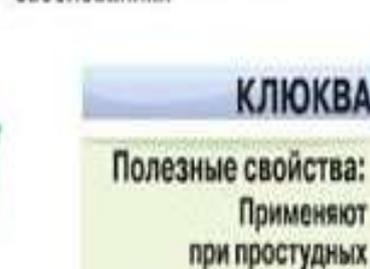
БРУСНИКА

Полезные свойства:
 Оказывает тонизирующее, жаропонижающее, антибактериальное, антисептическое действие. Богата сахарами, органическими кислотами, витаминами А, С, Е, В



МАЛИНА

Полезные свойства:
 Оказывает антисептическое, потогонное, жаропонижающее, противовоспалительное и противорвотное действие. Применяется при простудных заболеваниях



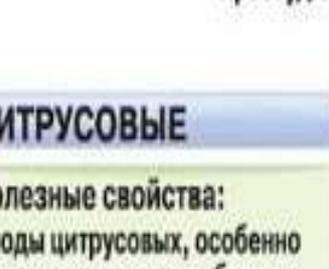
КЛЮКВА

Полезные свойства:
 Применяют при простудных заболеваниях, как укрепляющее средство. Клюкву используют как бактерицидное, жаропонижающее и жаждоутоляющее средство



ЧЕР. СМОРОДИНА

Полезные свойства:
 Содержит витамины В, Р, провитамин А (каротин), сахара, фосфорную кислоту, эфирное масло, дубильные вещества, соли фосфора и железа. Используется для лечения кашля, простуды



ПЕТРУШКА

Полезные свойства:
 Обладает дезинфицирующими и антисептическими свойствами. Оказывает потогонное действие



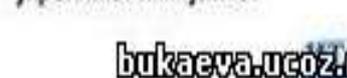
ЖИМОЛОСТЬ

Полезные свойства:
 Богата витаминами А, В1, В2, С, содержит калий, магний, фосфор, кальций, железо. Используется при ангине, укрепляет иммунитет



ЦИТРУСОВЫЕ

Полезные свойства:
 Плоды citrusовых, особенно лимона и апельсина, богаты витамином С, Р, D, В, провитамин А (каротин), укрепляют иммунитет



Зима – время активных прогулок, веселых игр со снегом, строительства крепостей. И очень обидно сидеть дома из-за простуды. Каждая мама старается подготовить своего малыша к холодному сезону заранее. О том, что нужно делать, чтобы ребенок благополучно перенес суровую пору и как можно реже болел зимой, рассказывает наш эксперт.

Сначала рассмотрим неблагоприятные факторы, способствующие тому, что именно зимой малыши чаще болеют, например, низкая температура и сильный ветер. Чаще всего родители думают, что ребенок простужается из-за того, что замерз на улице. Масло в огонь подливают бабушки, которые стараются одеть карапуза потеплее, сетуя на нерадивых и неопытных пап и мам, действующих не по правилам. Но не все так просто.

Как не заболеть зимой: не кутаться!

Малыш старше года, а уж тем более после трех лет – это уже не тот карапуз, который неподвижно сидит в коляске все время прогулки. Он бегает, играет, катается с ледяных горок и ведет вполне активную деятельность, тогда как родители большую часть времени стоят и мерзнут. При движении выделяется много энергии, да и обмен веществ у детей намного активнее, нежели у взрослых. К тому же у подросших детей уже хорошо работает механизм терморегуляции. Они же не новорожденные, чья температура тела сильно зависит от температуры окружающей среды. После активного времяпрепровождения ребенок приходит домой горячий и даже вспотевший.

Вывод. Подвижного ребенка нельзя кутать на прогулку. Если малыш вернется домой сухой, но тело будет не совсем теплым или даже немного прохладным, то он, скорее всего, не заболеет. А вот если кроха сначала вспотеет, а затем замерзнет, то наверняка случится обратное.

Совет врача
Для защиты от пота разработаны модели современной детской одежды из мембранных тканей. В них малыш потеет, но при этом

остается сухим даже во время активных игр. Главный принцип правильной зимней экипировки – многослойность. Между каждым слоем «защиты» остается прослойка воздуха, который отлично держит тепло. В нескольких слоях одежды ребенку будет теплее, чем в одном толстом тулупе, в котором еще и двигаться трудно.

Как не заболеть зимой: не бояться легких простуд

Второй фактор, который влияет на здоровье детей в холодное время года, – это вирусные инфекции. Малыши, особенно те, которые ходят в садик, контактируют с вирусами, именно поэтому достаточно часто болеют. В среднем в первый год [посещения детского сада](#) чуть ли не 1 раз в месяц. И тут дело не в том, что воспитатели проветривают и выстуживают помещение, где обитает группа, или не проверяют, хорошо ли кроха завязал шарф. Вините вирусы. Ребенок постоянно сталкивается с их новыми разновидностями и заражается. Сначала симптомы недугов будут проявляться довольно сильно: высокая температура, насморк, кашель. Но постепенно реакция станет слабее: небольшая осиплость в голосе и легкий насморк. А позднее малыш совсем перестанет болеть.

Недуги тренируют иммунитет ребенка. Это единственный механизм, который создала природа для защиты. Здесь подходит такая аналогия: когда человек только начинает посещать тренажерный зал, то все его мышцы болят от тренировок, а потом они укрепляются, становятся сильными и стойко переносят нагрузки. Иммунитет работает аналогично. Не существует «волшебных таблеток», которые за неделю (или даже месяц) без тренировок сделают тело красивым. С иммунной системой то же самое: не может организм, не столкнувшись

с вирусом или бактерией и не переболев, иметь против них антитела, которые в последующем и защитят от заражения.



Вывод. Вирусные заболевания, возникающие при частом контакте ребенка с другими детьми, – это нормальный этап формирования активного иммунитета.

Как не заболеть зимой: укреплять иммунитет

Часто приходится слышать от родителей такую фразу: «Мой малыш часто болеет, у него низкий [иммунитет](#)». Давайте разберемся, что такое частые болезни и низкий иммунитет. Согласно международным исследованиям, дети в возрасте до 6 лет переносят в среднем от 6 до 8 эпизодов ОРВИ в год длительностью до 14 дней каждый – с сентября по апрель по одному в месяц. Особенно часто болеют малыши, посещающие детские сады первый год.

В нашей стране принято объяснять «снижением иммунитета» любое состояние, выходящее за рамки «абсолютно здоров». А ярлык «часто болеющий» имеют подавляющее большинство детей. Этим пугают родителей с экранов телевизоров, на приемах врачей, в статьях в интернете. Но дело в том, что прежде, чем

окрепнуть, иммунитет должен тренироваться.

Совет врача
Даже в сильные холода малышу нужно выходить из дома, пусть на 10 минут, но ежедневно. Пока у карапуза нос не покраснеет от мороза, гуляйте смело. Реснички в носу и пазухах задерживают болезнетворные микробы. Но их действие напрямую зависит от температуры воздуха, который ребенок вдыхает. Когда реснички согреваются, они двигаются быстрее, замерзают – колеблются медленнее. И микробы успевают проскочить.

Вывод. Тот факт, что одни дети болеют чаще, а другие – реже, объясняется не слабым иммунитетом, а совсем другими обстоятельствами: в каких условиях живет ребенок, как часто он контактирует со своими сверстниками, каково общее состояние карапуза, есть ли у него хронические заболевания, сделаны ли прививки и т.д.

Как не заболеть зимой: промывать нос

Вирусы при ОРВИ всегда передаются через слизистые носа, рта, глаз. Научите ребенка чаще мыть руки и пореже трогать ими нос и глаза. Играя, малыш контактирует с поверхностями (игрушки, поручни и пр.), до которых прежде могли дотрагиваться зараженные дети. Таким образом вирусы через руки попадают именно туда, куда и стремятся, поэтому-то соблюдение санитарных норм – один из способов профилактики вирусных инфекций.

Вывод. Слизистые должны быть в порядке – не пересушены, не травмированы. Для [увлажнения слизистой носа](#) можете 1–2 раза в день использовать раствор натрия хлорида 0,9% или любой спрей, в состав которого входит изотонический солевой раствор.



Как не заболеть зимой: прививаться от гриппа каждый год

Как не заболеть зимой: закаляться

Сегодня достаточно модно говорить о разных методах закаливания и практиковать их. Но не все способы полезны. Экстремальные – обливание холодной водой, бег босиком по снегу – кроме негативной реакции и стресса ничего не дадут. Резкий выброс адреналина при подобной процедуре не приучит организм к холоду. Гораздо эффективнее создать дома закаливающую атмосферу. Чтобы малыш не заразился, столкнувшись с ОРВИ, воспроизведите определенный микроклимат: температура в квартире должна быть 20–22°C, влажность не выше 50–60%. Проветривайте квартиру, не кутайте ребенка, чаще бывайте на свежем воздухе.

Вывод. Методичное закаливание дает гарантированный и стойкий результат, не вызывая негативных эмоций ни у малыша, ни у родителей. При температуре воздуха 20–22 °С в помещении достаточно прохладно и вначале даже немного некомфортно, но постепенно ребенок привыкает к таким условиям.

Как не заболеть зимой: не увлекаться иммуномодуляторами

Сколько бы ни рекламировали иммуномодуляторы, эффективность этих препаратов все равно не повысится. К сожалению, доказанной действенностью, а главное, безопасностью не обладает ни один из тех, что сейчас на слуху.

Гораздо больший вклад в укрепление иммунитета вносит правильный рацион питания. Зимой включайте в детское меню больше продуктов с содержанием витамина D и омега-3 жирных кислот. Эти вещества активизируют работу иммунных клеток и снижают частоту заболеваний, кстати, не только простудных.

Вывод. Иммуномодуляторы вызывают аллергические реакции, поэтому будьте с ними осторожны и не принимайте без рецепта врача. Если в меню малыша мало продуктов, содержащих витамин D и кислоты омега-3, давайте карапузу рыбий жир – продукт органического происхождения.

Осторожно, тонкий лёд!

Одним из основных направлений работы детского сада является охрана жизни и здоровья детей, организация их безопасной жизнедеятельности. С наступлением теплых весенних дней лёд в водоёмах становится рыхлый. Начинается период половодья. Нельзя забывать о серьёзной опасности, которую таят в себе, вроде бы замерзшие пруды и водоемы.

В первые дни марта в нашем детском саду с детьми проводились мероприятия по безопасному поведению на водоемах в период весеннего половодья: беседы «Правила поведения и меры безопасности на воде и на льду в зимне-весенний период», «Осторожно – гололёд!», «Чтобы не было беды, будь осторожен у воды», рассматривание иллюстрации, просмотр видеороликов «Осторожно, тонкий лёд!». С детьми старшего дошкольного возраста была проведена квест-игра «Безопасный лёд». Дети разделились на две команды «Капелька» и «Льдинка» и состязались в конкурсах: «По тонкому льду», «Доскажи пословицу», «Спасение утопающего», «Когда опасность рядом», «Помоги тонущему», поучаствовали в эстафетах «Ловкие хоккеисты», «Снежки», «Переправься на берег», «Водолазы». Так в игровой форме наши воспитанники получили практические навыки поведения возле водоёмов и знания об оказании помощи, если человек попал в беду.

С сотрудниками детского сада проведен инструктаж «О мерах безопасности на водных объектах в зимне-весенний период»

В родительских уголках и на сайте ДООУ размещена памятка для родителей «О мерах безопасности на тонком льду в период весеннего паводка». Предложены памятки по «Оказанию неотложной помощи провалившимся под лёд».

Надеемся, что полученная информация поможет и родителям, и детям избежать несчастных случаев.



