

«УВАГА ВСІМ!»

попереджувальний сигнал
цивільного захисту



Якщо ви
почули довгі гудки
(завивання сирен, гудки
підприємств, інших
сигнальних засобів) знайте –
це попереджувальний
сигнал

"УВАГА ВСІМ"



-  Почувши сигнал, негайно увімкніть радіо, телевізор, прогляньте повідомлення у смартфоні
-  Уважно прослухайте повідомлення про надзвичайну ситуацію та отримайте необхідні рекомендації. Тексти звернень, повідомлень продовжуються з перервами впродовж 5 хвилин
-  Швидко, без паніки виконуйте всі рекомендації органів управління цивільного захисту
-  Передайте отриману інформацію сусідам та близьким.
-  Допоможіть тим, хто потребує допомоги

Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності
Тернопільської області <https://nmc.dsns.gov.ua/tr>



АЛГОРИТМИ ДІЙ НАСЕЛЕННЯ У РАЗІ ЗАГРОЗИ АБО ВИНИКНЕННЯ НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ



1. ЗАЛИШАЙТЕСЯ ВДОМА

При цьому підготуйте своє житло (герметично закрийте вікна, двері у під'їзді, «тривожну валізу», очікуйте наступні повідомлення)



2. У ВИПАДКУ ЗАГРОЗИ ЖИТТЮ, НЕГАЙНО ПЕРЕЙДІТЬ ДО МІСЦЯ УКРИТТЯ

(до підвалу свого будинку, взявши «тривожну валізу»)



3. ПРИ ЕВАКУАЦІЇ В БЕЗПЕЧНИЙ РАЙОН

Перед виходом з будівлі перекрийте газо-, електро- та водопостачання, зачиніть вікна і вентиляційні отвори. Візьміть з собою «тривожну валізу». Прямуйте на збірний евакуаційний пункт (адреса оголошується у повідомленні)

Навчання з пожежної безпеки, цивільного захисту
та домедичної допомоги: тел. (0352) 25-37-45, моб. (068) 889-5050

НЕБЕЗПЕКИ ОПАЛЮВАЛЬНОГО СЕЗОНУ



Основні причини пожеж:
перенавантаження електромережі,
порушення правил пожежної безпеки при експлуатації пічного, газового опалення та електроприладів



Електроприлади

- не залишайте обігрівачі увімкненими на ніч;
- не користуйтеся саморобними нагрівальними приладами;
- не використовуйте прилади з пошкодженими проводами, вимикачами, електровилками.

Газові прилади

- не розміщуйте меблі близько до газонагрівальних приладів, горючого оздоблення;
- не користуйтеся несертифікованими газовими приладами

Пічне опалення

- не розпалюйте піч легкозаймистими речовинами;
- не експлуатуйте печі та димарі, що мають тріщини в конструкції;
- не зберігайте паливо й інші горючі речовини і матеріали безпосередньо перед топковим отвором;
- не використовуйте вентиляційні канали, як димоходи.

Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності Тернопільської області
<https://nmc.dsns.gov.ua/tr>

Пічне опалення

- своєчасно очищайте димарі та печі від сажі;
- проводьте періодично огляд системи пічного опалення;
- печі повинні мати протипожежні розділки від горючих конструкцій;
- на дерев'яній підлозі перед топковим отвором слід прибити металевий лист (притопочний лист) розміром 70 x 50 см.

Електроприлади

- використовуйте електронагрівачі з цілісністю корпусів та електропроводки;
- виходячи з дому, вимикайте освітлення та електроприлади;
- не використовуйте електроприлади не за призначенням і не користуйтеся ними без попереднього ознайомлення з інструкцією.

Газові прилади

- слідкуйте за вентиляційним каналом;
- регулярно проводьте технічне обслуговування газових приладів;
- провітрюйте приміщення під час роботи газових приладів;
- при виявленні запаху газу терміново повідомте в аварійну газову службу.

Не залишайте печі, увімкнені газотта електроприлади без нагляду;

Не сушіть одяг безпосередньо на печах, електричних та газових приладах;

Не дозволяйте малолітнім дітям самотійно розпалювати печі, вмикати електричні та газові прилади.

Навчання з пожежної безпеки та цивільного захисту: тел. (0352) 25-37-45

Небезпечно Міні



Danger Mine

ОБЕРЕЖНО! ВИБУХОНЕБЕЗПЕЧНІ ПРЕДМЕТИ!

Алгоритм дій у випадку виявлення вибухонебезпечних предметів

- 1 Зберігати спокій, не панікувати
- 2 Позначити місце виявлення ВНП
- 3 Повідомити оперативні служби 101, 102
- 4 Відійти на безпечну відстань від місця знахідки
- 5 Не порушувати елементарні правила безпеки

Категорично забороняється:

- 1 Брати в руки ВНП або підозрілий предмет
- 2 Переносити його з місця на місце
- 3 Кидати його у вогонь для знешкодження
- 4 Заносити його у місця скупчення людей
- 5 Зберігати та здавати на металобрухт



Якщо ви виявили підозрілий предмет, який може бути вибухонебезпечним, рекомендуємо скористатися мобільним додатком «Розмінування України»



Пам'ятайте - відповідальність
рятує життя!

СНС УКР
СВКІЙ ОБЛАС



Навчально-методичний центр цивільного
захисту та безпеки життєдіяльності
Тернопільської області
<https://nmc.dsns.gov.ua/tr>

АЛГОРИТМИ ДІЙ У ВИПАДКАХ ПОРУШЕННЯ УМОВ ЖИТТЄЗАБЕЗПЕЧЕННЯ



ПРИ ПЕРЕБОЯХ З ЕЛЕКТРОПОСТАЧАННЯМ:

- придбайте свічки, ліхтарики, сірники;
- запасіться водою, продуктами, які не потребують підігріву, необхідними ліками

У ВИПАДКУ ВІДКЛЮЧЕННЯ ЕЛЕКТРОЕНЕРГІЇ:

- вимкніть із розеток техніку, якою не користуєтесь, оскільки можуть бути перепади напруги;
- будьте обережними під час використання свічок та сухого спирту;
- знайдіть громадське приміщення, де є електроенергія і тепло.

НА ЧАС СТАБІЛІЗАЦІЙНОГО ВІДКЛЮЧЕННЯ ЕЛЕКТРОЕНЕРГІЇ:

- від'єднайте від мережі всі енергоємні прилади (пральні машини, чайники, бойлери, електроплити тощо) та вимкніть світло в приміщеннях, якими не користуєтесь;
- з появою світла, не вмикайте одночасно всі енергоємні прилади, користуйтеся ними по чергові.
- утримуйтеся від використання зовнішнього освітлення будинків



ПРИ ВІДКЛЮЧЕННІ ТЕПЛОПОСТАЧАННЯ:

- оберіть одне приміщення в будинку для обігріву;
- щільно закрийте вікна шторами;
- бережіть тіло від переохолодження, для захисту організму використовуйте теплий одяг і взуття;
- за можливості, переїдьте до родичів або знайомих, у яких є опалення.

ПРИ ПЕРЕБОЯХ З ВОДОПОСТАЧАННЯМ:

- зробіть запас питної та технічної води на 2-3 доби;
- використовуйте питну воду з природних джерел, бюветів, криниць, колодязів-качалок;
- зберігайте воду у закритих ємностях;
- кип'ятіть воду для пиття та приготування їжі;
- знайдіть пересувний пункт розливу води.

ПРИ ПЕРЕБОЯХ З ГАЗОПОСТАЧАННЯМ:

- закупіть сухий спирт, туристичні примуси та балони з газом до них;
- підготуйте туристичний пальник для приготування їжі;
- створіть запаси продуктів швидкого приготування/довгого зберігання;
- за можливості, сплануйте варіант переїзду на зиму в будинок із пічним опаленням



Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Тернопільської області
<https://nmc.dnss.gov.ua/tr>

Навчання з цивільного захисту та пожежної безпеки
тел. (0352) 25-37-45, моб.



ЗАХИСНІ СПОРУДИ

ДЕ УКРИТИСЬ У ВИПАДКУ
НАДЗВИЧАЙНОЇ СИТУАЦІЇ



Укриття населення
в захисних спорудах — це комплекс
заходів із завчасним будівництвом захисних
споруд, а також пристосуванням наявних
приміщень для захисту населення та
підтримання їх у готовності
до використання

Захисні
споруди призначені
для захисту людей від:

- наслідків техногенних катастроф, аварій, стихійних лих;
- дії зброї масового ураження;
- звичайних засобів нападу і вторинних уражаючих факторів

У сховищах
та протирадіаційних
укриттях укриваються:

- працівники працюючої зміни суб'єкта господарювання, які продовжують свою діяльність в особливий період;
- хворі, медичний та обслуговуючий персонал закладів охорони здоров'я, які не підлягають евакуації або не можуть бути евакуйовані у безпечне місце;
- населення, яке проживає в небезпечних зонах

СХОВИЩЕ (ПРУ) № _____
Ключі знаходяться: _____
Відповідальна особа _____
тел. _____

Навчально-методичний центр
цивільного захисту та
безпеки життєдіяльності
Тернопільської області
<https://nmc.dsns.gov.ua/tr>

Пам'ятайте,

що ваше життя багато в чому залежить від правильних дій у разі виникнення надзвичайної ситуації

Слідкуйте

за сигналами оповіщення управління цивільного захисту

Шукайте

інформацію про укриття на території Тернопільщини за посиланням:

<https://tr.dsns.gov.ua/uk/ukrittya-ternopilschini>



Для захисту

людей від деяких факторів небезпеки, що виникають внаслідок надзвичайних ситуацій у мирний час та дії засобів ураження в особливий період використовуються споруди подвійного призначення (наземна або підземна споруда) та

найпростіші укриття:

- підвальні, цокольні і перші поверхи об'єктів цивільного і промислового призначення;
- тунелі (автодорожні, магістральні, пішохідні);
- підземні склади;
- споруди котлованного типу (автостоянки, паркінги, гаражі, підземні торговельні центри, підприємства громадського харчування, магазини);
- колишні оборонні об'єкти та бази;
- підземні гірські виробки, печери та інші підземні порожнини різного призначення;
- інші об'єкти, що за своїми технічними характеристиками та захисними властивостями можуть бути використані для укриття населення;
- у разі відсутності захисної споруди для укриття в радіусі 500 м від будинку, можна використати підвальне приміщення (підвал), льох

Навчання з пожежної безпеки, цивільного захисту та домедичної допомоги: тел. (0352) 25-37-45, моб. (068) 889-5050



БЕЗПЕКА ПІД ЧАС ЛІТНІХ КАНІКУЛ



гуляти і гратися потрібно в місцях, які призначені для цього



небезпечними для ігор можуть бути сходи, підвали, горища, будівельні майданчики, ліфти



під час ігор у небезпечних місцях можна отримати травми й каліцтва різного ступеня тяжкості



слід дотримуватися правил пожежної безпеки



під час відпочинку на узбережжі необхідно дотримуватися правил поведінки на воді й поблизу неї



під час ігор **Не** варто демонструвати безглузду хоробрість одноліткам, стрибаючи з великої висоти, пірнаючи з крутих схилів і інше



Не можна вживати в їжу незнайомі рослини і продукти



Не можна сідати в чужі автомобілі і розмовляти з незнайомими людьми



Не можна брати в руки незнайомі предмети, кидати їх у вогонь, гратися з ними. Потрібно повідомити про місце їхнього знаходження дорослим



ЯК ВБЕРЕГТИСЯ ВІД НЕГАТИВНИХ НАСЛІДКІВ СПЕКИ

1 Зведіть до мінімуму вплив високої температури на свій організм

2 Уникайте прямого сонячного проміння

3 Будьте обережні із засмагою, наносіть спеціальні засоби (креми), які захищають від сонця

4 Прикривайте голову та одягайте світлий одяг з довгим рукавом

5 Пийте більше води/ Старайтеся обмежити вживання холодних напоїв

6 Обмежте перебування на вулиці у піковий період (12:00 - 15:00 год.)

7 Не вживайте жирну та гарячу їжу. Відмовтесь від алкогольних напоїв. Споживайте овочі і фрукти

8 Обмежте фізичні навантаження

СИМПТОМИ ТЕПЛООВОГО УДАРУ

- ✓ втрата свідомості;
- ✓ збільшення зіниць;
- ✓ носова кровотеча;
- ✓ утруднене дихання;
- ✓ блювота;
- ✓ спрага;
- ✓ часте серцебиття;
- ✓ підвищення температури до 39°;
- ✓ біль у м'язах

СИМПТОМИ СОНЯЧНОГО УДАРУ

- ✓ сильний головний біль;
- ✓ потемніння в очах;
- ✓ запаморочення;
- ✓ нудота;
- ✓ почервоніння шкіри обличчя

ДОМЕДИЧНА ДОПОМОГА

- ✓ відвести потерпілого в затінок або у прохолодне приміщення;
- ✓ забезпечити приплив свіжого повітря;
- ✓ дати прохолодне пиття;
- ✓ прикласти прохолодні компреси на чоло і потилицю;
- ✓ перевести потерпілого в безпечне положення та викликати швидку медичну допомогу

Навчально-методичний центр цивільного захисту та безпеки життєдіяльності Тернопільської області
<https://nmc.dsns.gov.ua/tr>

Навчання з цивільного захисту, пожежної безпеки та домедичної допомоги
тел. (035) 225-3745, моб. (068) 889-5050





ВІДПОЧИВАЄМО БЕЗПЕЧНО



У парках, лісах
та луках зустрічаються
небезпечні рослини і тварини,
при контакт з якими можна завдати
шкоди своєму здоров'ю

Отруйні рослини поруч з нами:

борщівник Сосновського,
болиголов плямистий, аконіт
(борець), беладонна, блекота
чорна, дурман звичайний, вовчі
ягоди, віх отруйний (цикута),
амброзія полинолиста.

Не збирайте гриби, у їстивності яких не впевнені!

При перших симптомах отруєння промити шлунок, прийняти активоване вугілля, звернутися за медичною допомогою.

Уникайте в лісі диких тварин

Тварини нападають на людину, якщо вони поранені, перелякані несподіванкою або захищають своє потомство.

При агресивному поводженні тварин можна використовувати, як засіб захисту, вогонь або стукати палицею об дерево.

У лісі слід уникати звірячих стежок, важкопрохідних ділянок.

Будьте обережні при зустрічі зі зміями!

Як захистити себе від укусів жалячих комах, павуків та кліщів

- не ходіть босоніж або у відкритому взутті по траві;
- будьте пильні біля кущів, які квітнуть;
- після прогулянки в лісі, парку оглядайте себе на наявність кліщів, які можуть причепитися до тіла

Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності Тернопільської області
<https://nmc.dsns.gov.ua/tr>

Якщо гроза застала вас у полі, в лісі, біля річки

- не ховайтеся в наметах, під поодинокими деревами;
- позбудьтесь всіх металевих предметів, які є при вас (сокири, ножі, браслети, годинники, мобільні телефони), покладіть їх у захищеному місці подалі від себе;
- не торкайтеся металевих споруд та інших об'єктів з металу

Як себе поводити під час купання

- не купайтеся в незнайомому місці;
- уникайте води зі швидкою течією;
- не пірняйте у воду в незнайомих місцях;
- не заходьте у воду напідпитку;
- ніколи не плавайте наодинці

Як уникнути сонячного удару

- уникайте прямого сонячного проміння;
- носіть одяг світлого кольору з легкої нещільної тканини;
- одягайте головний убір;
- дотримуйтесь питного режиму;
- обмежте фізичні навантаження

Як правильно розвести багаття у поході

- вибрати місце для вогнища, з врахуванням напрямку вітру;
- відстань до намету не повинна бути менше 7-10 м з підвітряного боку;
- прибрати легкозаймисті матеріали (мох, суху траву, очерет) у радіусі 3-5 метрів;
- у лісовій та парковій зоні розводити багаття дозволяється лише у відведених для цього місцях;
- не рекомендується розводити велике багаття, бо його важко контролювати, а тим більше, загасити;
- після приготування їжі багаття засипати піском або залити

ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ РОЗВОДИТИ БАГАТТЯ ПІД ЧАС ПОЖЕЖОНЕБЕЗПЕЧНОГО ПЕРІОДУ!

Навчання
з пожежної безпеки
та цивільного захисту:
тел. (0352) 25-37-45
моб. (068) 889-5050

БЕЗПЕКА НА ДОРОЗІ У ТЕМНУ ПОРУ ДОБИ

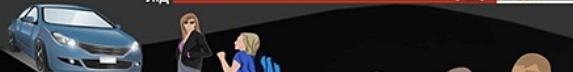


**40% ДТП З ТРАВМАМИ ПІШОХОДІВ І
ВЕЛОСИПЕДИСТІВ СТАЄТЬСЯ
В ТЕМНУ ПОРУ ДОБИ**

ГАЛЬМІВНИЙ ШЛЯХ АВТОМОБІЛЯ

ШВИДКІСТЬ 50KM / ГОД

СУХИЙ АСФАЛЬТ 18 м
МОКРИЙ АСФАЛЬТ 33 м
ВТРАМБОВАНИЙ СНІГ 70 м
ЛІД 140 м



ЧОРНИЙ ОДЯГ НЕПОМІТНИЙ

СИНІЙ ОДЯГ 15 М

ЧЕРВОНІЙ ОДЯГ 22 М

ЖОВТИЙ ОДЯГ 35 М

БІЛИЙ ОДЯГ 53 М

СВІТЛОВІДБИВАЮЧІ
ЕЛЕМЕНТИ

130 М

**Бути помітним у темряві -
турбота про власну безпеку і життя!**

**Пам'ятайте, щоб стати
більш помітним для водіїв у
темну пору та убезпечити себе:**

- одягайте світлий одяг, він помітний у темряві за 50м;
- з світлоповертальними елементами людина помітна вже за 130-метрів;
- у темному одязі носіть флікери (світловідбивачі): стрічки, браслети, наліпки, жилети;
- придбайте флікери для домашніх улюбленців;
- встановіть ліхтарик на велосипед або інший транспортний засіб для його розпізнавання.



**Не стійте на тротуарі близько до
проїзної частини.**

**Виходьте на дорогу для переходу лише
після того, як переконаєтесь, що водій
вас бачить;**

**Прикріпіть світловідбивні елементи
(флікери) на одяг, взуття чи сумку.**

**При переході вулиці замість флікера
можна тримати у руці телефон з
увімкненим ліхтариком, спрямованим у
бік машин.**

**Знайте, що за наявності двох зустрічних
транспортних потоків водії можуть
погано бачити пішоходів.**



Навчання
з цивільного захисту
та пожежної безпеки
тел. (0352) 25-37-45, моб. _____



БЕЗПЕКА НА ВОДІ



**Вибирайте
виключно безпечні
місця для купання**



**Не залишайте
неповнолітніх дітей біля
водойм без нагляду**



**Якщо не вмієте плавати,
не заходьте у воду
глибше, ніж до поясу**



**Стрибати та пірнати у
воду, можна там, де є
достатня глибина, прозора
вода, рівне дно**

**Дотримуйтесь правил
поведінки на воді!**

ПІД ЧАС КУПАННЯ:

- не подавайте фальшивих сигналів тривоги;
- не влаштовуйте у воді ігор, пов'язаних із захватами, обмеженнями руху рук та ніг, особливо на глибині;
- не запливайте за межу акваторії, позначену буями.

ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ:

- пірнати у воду в незнайомих місцях, через небезпеку травмування;
- плавати на саморобних плотах, автомобільних камерах, лежачах та дошках;
- купатися у нетверезому стані.



Телефони екстрених служб:

101 (рятувальна),

103 (медична)

Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки
життєдіяльності Тернопільської області
<https://nmc.dnss.gov.ua/tr>

Навчання з цивільного захисту
та пожежної безпеки
+38 (035-2) 2-53755
+38 (068) 889-5050

Найближчий рятувальний пост:



НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ЦЕНТР ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ ТА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ТЕРНОПІЛЬСЬКОЇ ОБЛАСТІ

ПЛАСТИК ПЕТ-ПЛЯШКА



1 ПЕТ пляшка розкладається 100 років
і вже на другий рік робить неродючим
1 м² ґрунту

СКЛОБІЙ СКЛОТАРА



1 скляна пляшка розкладається
більше 1000 років

КАРТОН ПАПІР



1 тонна макулатури зберігає від
вирубання 17 дерев

БАТАРЕЙКИ ЛАМПОЧКИ

НЕ ВИКИДАЙ
У СМІТНИК,
ЗДАЙ НА
УТИЛІЗАЦІЮ!



Кожна батарейка забруднює біля
20 м² землі або 400 літрів води
важкими металами



НЕ ДОПУСКАЙТЕ ПОЖЕЖ В ЕКОСИСТЕМАХ

При виявленні пожежі – не панікуйте, не приймайте поспішних, необдуманих рішень, а негайно телефонуйте – 101

Виявивши осередок пожежі, спробуйте своїми силами погасити її або повідомляйте пожежно-рятувальну службу 101

Неконтрольоване спалювання стерні, соломи, пожнивних залишків, трави призводить до виникнення масштабних пожеж в результаті яких горять хлібні поля, ліси, торфовища, житлові будинки та несе загрозу людському здоров'ю і життю

Згідно з законодавством України – спалювання трави, стерні тощо карається штрафом, обмеженням або позбавленням волі

КОЛИ ГОРИТЬ ТРАВА:

Гинуть птахи, окремі види тварин та рослин.

Внаслідок пожежі горять хлібні поля, ліси, лісосмуги, торфовища, житлові будинки, господарські будівлі, лінії електропередач.

Зменшується кількість органічних речовин у ґрунті, знижується його родючість

Дим загрожує, провокує і підсилює розвиток смертельнонебезпечних хвороб, особливо у дітей

Одна тона листя, що тліє, виділяє в атмосферу до тридцяти кг чадного газу



Навчально-методичний центр
цивільного захисту та безпеки життєдіяльності
Тернопільської області
<https://nmc.dans.gov.ua/tr>



НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ЦЕНТР ЦИВІЛЬНОГО ЗАХИСТУ ТА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ТЕРНОПІЛЬСЬКОЇ ОБЛАСТІ



Житлова
кімната
вигоряє за 6 хв

Середній час
роботи переносного
вогнегасника
20 секунд



Лише 0,1% концентрації
чадного газу достатньо щоб
людина втратила свідомість



При горінні різних
хімічних речовин колір
вогню може змінюватися.
Так, бор горить
синьо-зеленим полум'ям,
калій - фіолетовим, літій і
кальцій - червоним, мідь,
фосфор і барій - зеленим



Без доступу відкритого полум'я
температура самозаймання бензину
становить 375°C, деревини - 399°C

ЦІКАВІ ФАКТИ ПРО ПОЖЕЖУ



В 99% випадках
усіх пожеж
винна людина,
лише 1% це
природні явища



До 10 хв. - такий час роботи
пожежної автоцистерни без
додаткового водопостачання
на пожежі



Автомобіль
згоряє
за 3 хв

Синтетичні матеріали горять швидше за
органічні, при цьому вони плавляться або
розтікаються, виділяючи отруйні речовини такі
як: оксид вуглецю, синильну кислоту, тощо



ЯК НЕ ОТРУЇТИСЯ ГРИБАМИ

ПОРАДИ ГРИБНИКАМ

- не збирайте гриби поблизу транспортних магістралей, залізничних шляхів, на промислових пустирях;
- не купуйте гриби на стихійних ринках;
- не беріть невідомі, з ушкодженою ніжкою, старі, в'ялі, червиві гриби;
- не вживайте при отруєнні грибами ліки та їжу, це може прискорити всмоктування токсинів;
- не варто їсти мариновані гриби, що зберігалися більше півроку;
- не давайте грибних страв малолітнім дітям, літнім людям, вагітним;
- не використовуйте сумнівні методи перевірки грибів на отруйність

СИПТОМИ ОТРУЄННЯ:

нудота, блювота, різкий біль в животі, діарея, запаморочення, підвищення температури тіла, зниження пульсу, задуха

ПРИЧИНИ ОТРУЄНЬ

- споживання отруйних грибів;
- неправильне приготування грибів;
- споживання старих або зіпсованих їстівних грибів;
- споживання грибів, що мають двійників або змінилися внаслідок мутації

Отруєння організму викликають токсини, алкалоїди та сполучення важких металів, які містяться в грибах.

Найбільш важким вважається отруєння блідою поганкою, досить з'їсти менше половини її капелюшка, щоб смертельно отруїтися

ПЕРША ДОПОМОГА

- терміново телефонуйте 103;
- промийте шлунок чистою водою;
- пийте багато рідини (підсолену воду, прохолодний чай);
- прийміть сорбенти;
- дотримуйтеся постільного режиму



Навчально-методичний центр
громадянського захисту та безпеки життєдіяльності
Тернопільської області
<https://nmc.dsns.gov.ua/tr>