



МИНИСТЕРСТВО ПРИРОДНЫХ  
РЕСУРСОВ И ЭКОЛОГИИ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ



ЭКОЛОГИЯ



ОБЩИЙ  
СБОР  
конкурс волонтерских  
организаций



ВОДА  
РОССИИ

## ПАМЯТКА ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

Сегодня проблемы экологии становятся актуальнее с каждым днём, так как они напрямую связаны со здоровьем людей. Во время участия в акции мы просим Вас уделить особое внимание защите своего здоровья и соблюдению ряда правил:

### 1. ОДЕЖДА И ОБУВЬ

✓ Одежда должна быть согласно погоде, однако обязательно с длинными рукавами и закрытыми голенищами.

На голове желателен головной убор, который защитит вас от перегревания на солнце в случае жаркой погоды, а также от попадания в волосы насекомых, в том числе клещей. Особенно это правило актуально для обладателей длинных волос, лучше всего их полностью спрятать под головной убор.

✓ Ваша обувь обязательно должна быть с закрытым носком и пяткой, спортивная, удобная с толстой подошвой.

✓ Помните так же, что существует большой риск во время уборки одежду и обувь испачкать или повредить, поэтому рекомендуем подбирать одежду, рассчитывая на то, что возможно она будет не пригодна для дальнейшего использования после окончания уборки.

### 2. COVID-19

Помните о мерах предосторожности для защиты от коронавирусной инфекции!

Соблюдайте социальную дистанцию (1,5 метра) и используйте защитные маски. Просим Вас отказаться от участия в акции в случае плохого самочувствия. Так же заранее до начала акции, просим Вас ознакомиться с антиковидными ограничениями и рекомендациями, действующими на текущий момент в Вашем регионе и обязательно им следовать. Обязательно обеспечьте наличие антисептиков.

### 3. ПОДГОТОВКА К УБОРКЕ

✓ В жаркую погоду позаботьтесь о наличии с собой достаточного количества питьевой воды;

✓ Соберите групповую аптечку с перевязочными и дезинфицирующими средствами и некоторыми лекарственными препаратами. Будем надеяться, что они не понадобятся.

### 4. ВО ВРЕМЯ УБОРКИ

✓ Во время участия в акции крайне не рекомендуется прикасаться к мусору голыми руками без средств защиты. Собирая мусор, обязательно используйте перчатки – резиновые или тканевые и всегда очень внимательно смотрите, что вы берете в руки;

Для сбора битого стекла и любых других опасных предметов используйте лопаты и другие подручные средства. Если потребовалось снять перчатки, то обработайте руки антисептиком. Следите за тем, чтобы не трогать лицо грязными руками;

✓ Несмотря на красоту окружающей природы, не забывайте смотреть под ноги и перед собой. Особую осторожность соблюдайте на крутых спусках. На обрывистых участках смещайтесь в сторону склона, а не обрыва. Не делайте селфи и групповые фотографии у края обрыва и вблизи автодорог;

✓ При подъеме тяжестей старайтесь не нагружать поясницу, соизмеряйте собственные силы.

### 5. ПОСЛЕ УБОРКИ

✓ Осмотрите себя на наличие клещей после работы в высокой траве и кустах. Если найдете, то обратитесь к медицинскому работнику. Рекомендуем заранее сделать профилактические прививки от болезней, распространяемых клещами, в первую очередь, от клещевого энцефалита.

**Соблюдая все вышеперечисленные меры безопасности, вы будете защищены от большинства рисков, возникающих при работе на берегах водных объектов.**

## БЕРЕГИТЕ СВОЁ ЗДОРОВЬЕ!

#Сборволонтеров  
#КонкурсОбщийСбор  
#ОбщийСбор  
#МинприродыРоссии  
#ВодаРоссии  
#АкцияВодаРоссии  
#БерегДобрыхДел