

## Правила посещения бассейна.

Плавание полезно почти для всех людей почти в любом возрасте, а бассейн позволяет заниматься этим круглый год. Для посетителей бассейна возраст – не помеха. И чтобы все очень разные люди ощущали себя комфортно, нужно упорядочить их свободу с помощью осознанной необходимости. При посещении общественного бассейна следует соблюдать некоторые правила.

Допускают к плаванию только после предъявления соответствующей врачебной справки о состоянии здоровья с заключением об отсутствии противопоказаний для занятий плаванием.

Абсолютно противопоказаны занятия в бассейне большим эпилепсией, туберкулёзом, хроническими нагноительными заболеваниями кожи, пиодермией, ихтиозом, чешуйчатым лишаем, гельминтозом, грибковыми заболеваниями кожи, ногтей.

Существует также ряд относительных медицинских противопоказаний для посещения бассейна, в том числе – инфекционные заболевания, открытые раны на теле, плохое самочувствие.

Вне зависимости от санитарно-эпидемической ситуации детям дошкольного и младшего школьного возраста в обязательном порядке требуется справка о результатах паразитологического обследования на энтеробиоз:

- перед приемом в плавательную группу (секцию) бассейна, в дальнейшем не менее 1 раза в три месяца;
- при разовых посещениях - перед каждым посещением, если разрыв между ними более двух месяцев.

Контроль за наличием медицинской справки у посетителей обеспечивает администрация бассейна.

Что нужно в бассейн: наличие купального костюма, шапочки, очков, полотенца, мочалки, мыла/геля для душа, шлепанцев/сланцев.

Необходимо сдавать верхнюю одежду (уличную обувь в герметичном пакете) в гардероб и входить в зону бассейна только в чистой сменной обуви, пригодной для посещения бассейна.

Принятие душа посетителями бассейна с тщательным мытьем является обязательным.

Не допускается:

- использовать стеклянную тару во избежание порезов;
- втирать в кожу различные кремы и мази перед пользованием бассейном;
- пользоваться парфюмерией, косметическими средствами, курить;
- появляться в раздевалках, душевых, бассейне в одежде и обуви с улицы (либо босиком);
- бросать в воду посторонние предметы;
- заносить в бассейн еду/напитки, жевательную резинку;
- создавать шум в бассейне, бегать, громко кричать;
- ходить босиком в помещении бассейна.

Не рекомендуется: заниматься в бассейне натошак или ранее чем через 1,5 -2 часа после еды (особенно детям!).

Все вышеприведенные правила относятся к посетителям бассейна любого возраста (включая детей). Помимо целей сохранения безопасности посетителей, предусмотрено также соблюдение делового этикета и вежливости. Если все посетители будут придерживаться норм поведения, то плавание будет комфортным и безопасным.

## **О мерах профилактики отравления грибами**

Грибы - уникальные дары природы, они не только вкусные, но и содержат полезные пищевые вещества: белки, витамины и микроэлементы, но при определенных условиях грибы становятся причиной отравлений.

Установлено, что из 3 тысяч известных на сегодняшний день грибов только около 400 видов пригодны для употребления в пищу человеком. Остальные виды грибов не съедобны и могут вызвать отравление.

С целью предотвращения отравлений грибами Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Вологодской области в Сокольском, Усть-Кубинском, Вожегодском, Сямженском, Харовском, Верховажском районах обращает внимание жителей:

- не собирайте грибы вдоль автомобильных и железных дорог, вблизи промышленных предприятий, в парках, во дворах жилых домов;
- не собирайте в лесу и не употребляйте в пищу те грибы, в определении вида которых вы сомневаетесь;
- ни в коем случае нельзя употреблять в пищу грибы, внешний вид которых вызывает хотя бы малейшее сомнение: червивые, перезревшие, дряблые грибы, грибы без ножек, а также несъедобные и ядовитые, если их всё-таки по ошибке собрали;
- собирайте грибы только в корзину или лукошко, так как грибы, собранные в полиэтиленовые пакеты или пластмассовые ведра хранятся там без доступа воздуха, быстро разогреваются и разрушаются. Через несколько часов такого хранения они не только теряют свой товарный вид, мнутся, крошатся, но и портятся;
- все принесённые домой грибы в тот же день нужно перебрать, отсортировать по видам и вновь тщательно пересмотреть;
- не покупайте грибы у случайных людей, в местах неустановленной торговли, в резаном и в сушеном виде, а также отварные, соленые, маринованные и консервированные грибы, икру или солянку с грибами, приготовленные в домашних условиях;
- если вы покупаете грибы в магазинах и супермаркетах, обратите внимание на целостность упаковки и дату выработки продукции, не покупайте грибы, если на упаковке нет этикетки, отсутствует информация о товаре;
- строго соблюдайте технологию при солении и консервировании грибов.

**Помните, что даже съедобные грибы при неправильном приготовлении и хранении могут стать несъедобными и токсичными. Соблюдение вышеуказанных мер предосторожности позволит избежать неблагоприятных последствий для здоровья.**

**Будьте здоровы!**

## **Профилактика заболеваний (гельминтозов), передающихся через мясо и мясные продукты**

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Вологодской области в Сокольском, Усть-Кубинском, Вожегодском, Сямженском, Харовском, Верховажском районах с наступлением сезона охоты и убоя скота информирует население о паразитарных болезнях, передающихся через мясо и мясные продукты, и мерах профилактики гельминтозов.

**Тениидозы** - заболевания, вызываемые ленточными гельминтами (цестодами). Существуют две формы тениидозов: тениаринхоз и тениоз.

**Тениоз** вызывается свиным цепнем. Заболевание развивается при употреблении в пищу недостаточно термически обработанного мяса свиней в виде шашлыков, сырого фарша, не прожаренного мяса. Взрослый гельминт достигает в длину 2-6 метров. Больной может быть опасен для окружающих и для себя: при заражении человека яйцами свиного цепня возможно развитие цистицеркоза (финн) в мышцах, тканях, головном мозге.

**Тениаринхоз** вызывается бычьим цепнем (*Taeniorhynchus saginatus*). Заболевание развивается при употреблении в пищу недостаточно термически обработанного мяса зараженного крупного рогатого скота. Нередко причиной заболевания является употребление сырого говяжьего или домашнего (смешанного) фарша. Окончательным хозяином возбудителя является человек, в тонком кишечнике которого развивается половозрелый гельминт. Взрослый гельминт (2,5 мес.) достигает в длину 6-12 метров. Промежуточным хозяином является крупный рогатый скот. В его внутренних органах и тканях развивается личиночная стадия паразита в виде финн (цистицерков). Гельминт отравляет организм продуктами жизнедеятельности, аллергизирует его, нарушая баланс питания человека.

При появлении признаков заболевания, отхождении члеников с фекалиями, следует обратиться к врачу в поликлинику по месту жительства!

**Трихинеллез** - гельминтоз человека и млекопитающих. Возбудителем трихинеллеза является *Trichinella spiralis* (мелкие нитевидные черви длиной 1,2-4 мм). В естественных условиях трихинеллез встречается у свиней, собак, кошек, бурых медведей, диких кабанов, лисиц, грызунов и других плотоядных и всеядных животных. В быту заражение свиней может происходить при поедании пораженных трихинеллами трупов крыс, мышей и других животных, а также инвазированных (зараженных) отбросов животного происхождения с бойни, тушек охотничье-промысловых животных.

Заражение человека трихинеллезом происходит при употреблении сырого или прошедшего недостаточную термическую обработку мяса диких животных (медведя, диких кабанов и др.) и свиньи, которое содержит личинки этого гельминта (шашлык, копчености, сосиски, сырокопченая и вареная колбаса). Заболевание характеризуется тяжелым клиническим течением, нередко потерей трудоспособности, а в отдельных случаях летальным исходом. Основными проявлениями трихинеллеза, общими для всех его форм, является лихорадка (появляется с первых дней болезни и сохраняется 2-3 недели, иногда до 3 месяцев), отеки (век, всего лица, туловища, конечностей), мышечные боли (в мышцах глазных яблок, жевательных, икроножных, сгибателей конечностей).

### **Меры профилактики:**

- обязательное проведение ветеринарно-санитарной экспертизы мяса крупного рогатого скота, свиней, диких животных, а также мясной продукции в процессе ее производства и реализации;
- приобретать мясо и мясопродукты в торговой и рыночной сети, где проводят ветеринарно-санитарную экспертизу, требовать при покупке мяса наличие документа о проведенной ветеринарно-санитарной экспертизе и проверять наличие на нем клейма;
- соблюдения мер личной профилактики (не пробовать сырой мясной фарш, мясо варить небольшими кусками не менее двух часов, пользоваться для разделки мяса индивидуальным ножом, разделочной доской, не покупать мясо в неустановленных местах без ветеринарно-санитарной экспертизы);
- проведение дератизационных мероприятий в частных хозяйствах;
- организация мероприятий по отлову бродячих собак и кошек;
- не допускать скармливания животным не обезвреженных мясных отходов;
- обеспечивать правильное содержание и кормление сельскохозяйственных животных, предотвращать доступ животных в места, загрязненных фекалиями человека.

Соблюдение этих правил поможет сохранить здоровье. Если вы употребляли в пищу медвежатину или свинину, не прошедшую ветеринарно-санитарную экспертизу и обнаружили вышеописанные симптомы, нужно немедленно обратиться к врачу!

### **Потребитель имеет право на получение достоверной информации об исполнителе при получении услуг общественного питания**

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Вологодской области в Сокольском, Усть-Кубинском, Вожегодском, Сямженском, Харовском, Верховажском районах рекомендует гражданам при посещении организаций, оказывающих услуги общественного питания учесть следующее положения, предусмотренные Правилами оказания услуг общественного питания, утвержденных Постановлением Правительства РФ от 15 августа 1997 г. № 1036 (далее по тексту - Правила).

В соответствии с п. 4, 11 Правил Исполнитель обязан **довести до сведения потребителей фирменное наименование (наименование) своей организации, место ее нахождения (адрес), тип, класс и режим работы, размещая указанную информацию на вывеске**. При этом индивидуальный предприниматель должен предоставить потребителям информацию о государственной регистрации и наименовании зарегистрировавшего его органа.

Согласно п. 7 Правил исполнитель самостоятельно определяет перечень оказываемых услуг в сфере общественного питания. **Исполнитель обязан в наглядной и доступной форме довести до сведения потребителей необходимую и достоверную информацию об оказываемых услугах, обеспечивающую возможность их правильного выбора.**

В силу п.12 Правил информация должна содержать:

- перечень услуг и условия их оказания;

- цены в рублях и условия оплаты услуг;
- фирменное наименование (наименование) предлагаемой продукции общественного питания с указанием способов приготовления блюд и входящих в них основных ингредиентов;
- сведения о весе (объёме) порций готовых блюд продукции общественного питания, ёмкости потребительской тары предлагаемой алкогольной продукции и объёме её порции;
- сведения о пищевой ценности продукции общественного питания (калорийности, содержании белков, жиров, углеводов, а также витаминов, макро- и микроэлементов при добавлении их в процессе приготовления продукции общественного питания) и составе (в том числе наименование использованных в процессе изготовления пищевых добавок, биологически активных добавок, информация о наличии в продуктах питания компонентов, полученных с применением генно-инженерно-модифицированных организмов);
- обозначения нормативных документов, обязательным требованиям которых должны соответствовать продукция общественного питания и оказываемая услуга.

Информация о продукции и об услугах доводится до сведения потребителей посредством меню, прейскурантов или иными способами, принятыми при оказании таких услуг. В меню (винной карте) исполнителем указываются наименование алкогольной продукции, объём и цена алкогольной продукции в потребительской таре, если исполнитель предлагает и реализует алкогольную продукцию в потребительской таре, и (или) наименование алкогольной продукции, объём и цена за порцию, не превышающую 1 литра алкогольной продукции (объём порции устанавливается по усмотрению исполнителя).

Потребителю должна быть предоставлена возможность ознакомления с меню, прейскурантами и условиями обслуживания, как в зале, так и вне зала обслуживания.

**Каждое предприятие (организация) общественного питания должно иметь книгу отзывов и предложений, которая предоставляется потребителю по его требованию.**

Нарушение исполнителем указанных требований влечет административную ответственность, в соответствии с Кодексом об административных правонарушениях Российской Федерации.

Территориальный отдел Управления Роспотребнадзора по Вологодской области в Сокольском, Усть-Кубинском, Вожегодском, Сямженском, Харовском, Верховажском районах рекомендует гражданам **воздержаться от посещения организаций оказывающих услуги в сфере общественного питания, в которых отсутствует указанная информация об исполнителе (в частности - вывеска), а также информация об оказываемых услугах.**