

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

О БЕЗОПАСНОМ ПОВЕДЕНИИ ДЕТЕЙ ВО ВРЕМЯ ЛЕТНИХ КАНИКУЛ

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

В период летних каникул возможны следующие опасные факторы:

- падение с транспортных средств, из окон и попадание под машины;
- переломы, ушибы, вывихи и т.д.;
- завалы песком;
- ожоги, полученные при пожарах;
- утопление, попадание на воде под скутера, моторные лодки, катера и пр.

ПРЕДУПРЕЖДАТЬ ДЕТЕЙ ОБ ОПАСНОСТИ – ВАША ОБЯЗАННОСТЬ!

ОБЪЯСНИТЕ ДЕТЯМ, что никто не может прийти в дом от вашего имени с просьбой отдать какую-то вещь или сумму денег, приютить на ночлег и т.д., поэтому нельзя открывать дверь посторонним людям.

ВНУШИТЕ ДЕТЯМ никуда не ходить с незнакомыми людьми, как бы они не уговаривали и чтобы интересное не предлагали; не садиться в машину с незнакомыми людьми; не играть на улице с наступлением темноты; не входить в подъезд, лифт с незнакомыми людьми.

УБЕДИТЕСЬ, что ребенок умеет обращаться с плитой, знает об опасности огня и электричества, умеет правильно включать и выключать телевизор и другие приборы, которыми ему разрешено пользоваться.

СОСТАВЬТЕ СПИСОК ТЕЛЕФОНОВ, куда звонить в случае необходимости: полиция, скорая помощь, пожарная часть, ваши рабочие и мобильные номера, телефоны других родственников.

Пожарная часть – 01

Полиция – 02

Скорая помощь – 03

Номер единой службы – 112 (с мобильного телефона)

НАПОМИНАЙТЕ, ЧТОБЫ ДЕТИ СОБЛЮДАЛИ СЛЕДУЮЩИЕ

ПРАВИЛА:

- уходя из дома, всегда сообщали, куда идут и как с ними можно связаться в случае необходимости;
- избегали случайных знакомств, приглашений в незнакомые компании;
- сообщали по телефону, когда они возвращаются домой;
- нельзя играть вблизи проезжей части и переходить улицу только по пешеходному переходу;
- нельзя находиться возле воды без взрослых.

**СЛЕДИТЕ ЗА ТЕМ, С КЕМ ОБЩАЕТСЯ ВАШ РЕБЕНОК
И ГДЕ ОН БЫВАЕТ.**

НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ СВОИХ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА!

БЕРЕГИТЕ СВОИХ ДЕТЕЙ!

ПРИЯТНЫХ ЛЕТНИХ КАНИКУЛ!





ОСТОРОЖНО, КЛЕЩИ



Укус клеща провоцирует
клещевой энцефалит и Лайм-боррелиоз

КАК ЗАЩИТИТЬСЯ ОТ КЛЕЩА

ОДЕЖДА

Головной убор

Манжеты

Закрытая одежда с длинным рукавом

Брюки заправить в обувь



Одежду нужно обработать репеллентом от клещей



ПОСЛЕ ВОЗВРАЩЕНИЯ ДОМОЙ

Осмотреть тело и волосы на предмет наличия насекомых



Обязательно одежду стряхнуть на улице либо в ванной. Желательно постирать

ЕСЛИ ОБНАРУЖИЛИ КЛЕЩА НА ТЕЛЕ



Вымыть руки



Захватить клеща пинцетом как можно ближе к головке



Не сдавливать тело клеща



Продезинфицировать место укуса



**ОБЯЗАТЕЛЬНО
ОБРАТИТЬСЯ
В МЕДУЧРЕЖДЕНИЕ**

Первые признаки инфекции:

головная боль, высокая температура, насморк, покраснение кожи на месте укуса

Алкоголь - это опасно!

Алкоголь — это психоактивное вещество, вызывающее зависимость.

Алкоголь быстро всасывается в кровь, а в органах и тканях задерживается до 15 – 20 дней даже после однократного приема. Если содержание алкоголя принять за единицу, то в головном мозге оно будет составлять 1,75, а в печени – 1,45.

Повышенная концентрация алкоголя (яда) в коре головного мозга приводит к разрушению нервных клеток, вызывая патологические изменения деятельности нервной системы.



Количество употребляемого алкоголя и состояние здоровья находится в прямой зависимости. Чем больше выпито, тем больше наносимый вред. Нарушается:

работа всех внутренних органов, особенно головного мозга, сердца, печени, поджелудочной железы, почек

гормональный баланс

репродуктивная функция (может развиваться бесплодие у женщин и импотенция у мужчин)

умственная и физическая работоспособность

Со временем обычная доза перестает вызывать чувство удовольствия, и человек увеличивает количество потребляемого алкоголя, что происходит порой постепенно и незаметно для самого человека. У систематически пьющего человека появляется физиологическая зависимость, и он уже не может жить без того, чтобы не принимать алкоголь ежедневно – развивается алкоголизм.

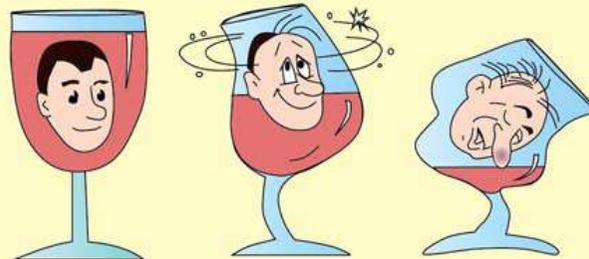
Переход от пьянства к алкоголизму составляет у мужчин 8 лет, а у женщин – 7 лет. Тяга к спиртному, перерастающая в болезнь, в разрушительный недуг, мешает человеку жить и работать нормально, так, как позволяли бы ему способности, таланты.

Проявления алкогольной зависимости:

постоянная потребность в алкоголе

деградация личности, агрессивность, криминализация, снижение интеллекта

потеря работы, разрушение семьи



Помните! Употребление алкоголя

беременными женщинами опасно для здоровья будущего ребёнка (могут возникнуть психические, физические дефекты, которые останутся на всю жизнь)

детьми и подростками вредит формированию всех систем и органов и приводит к скоротечной алкоголизации

увеличивает количество несчастных случаев и автодорожных аварий



У Вас есть проблемы? Психологи и наркологи помогут Вам. Альтернатив алкоголю множество, необходимо увидеть, найти и поверить, главное – желание.

Откажитесь от употребления любого алкоголя – это положительно скажется на вашем здоровье, самочувствии, работоспособности!

Научитесь говорить НЕТ!



И ежу должно быть ясно, что курить и пить опасно!



УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Безопасность жизни детей на водоемах

во многих случаях зависит

ТОЛЬКО ОТ ВАС!

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой:

- провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.



Категорически запрещено купание:

- детей без надзора взрослых;
- в незнакомых местах;
- на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых).

Необходимо соблюдать следующие правила:

- Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов или разных предметов.
- Продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.
- При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ЛЕСУ



Не разводи в лесу костер без надобности, а если развел, то обязательно затуши.



Не оставляй в лесу мусор.



Не ломай ветки деревьев и кустарников.
Не рви на лугу, в лесу цветов.



Не подходи близко к гнёздам птиц.



Не сбивай грибы, даже несъедобные.



Не лови бабочек, шмелей и других насекомых. Не разоряй муравейники.



Береги лягушек, жаб, головастика.
Не убивай змей даже ядовитых.



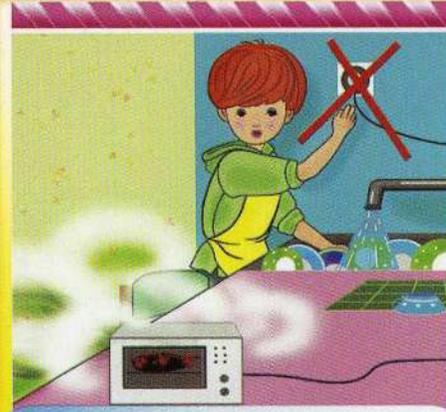
Не лови диких животных и не уноси их домой.
Не шуми в лесу, не пугай лесных обитателей.



ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ



**Пользуйся только исправными электроприборами!
Не оставляй их включёнными без присмотра!**



Не дотрагивайся до проводов и электроприборов мокрыми руками!



Не играй с розетками!



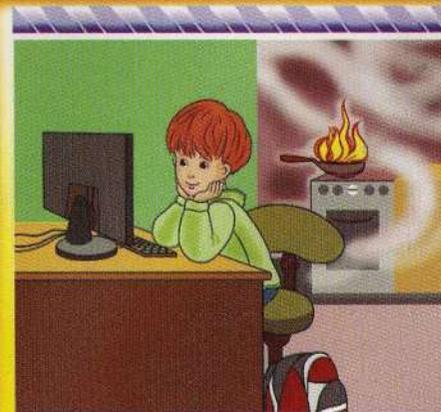
Уходя из дома, гаси свет и отключай электроприборы!



Не играй с огнём (спичками, зажигалками, свечами)!



Не пользуйся без взрослых горючими жидкостями (ацетоном, растворителем, бензином, керосином)!



**Не оставляй включённую плиту без присмотра.
Не включай её без необходимости!**



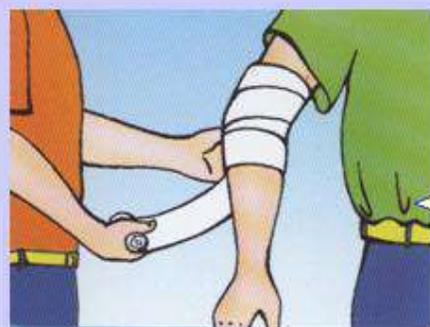
Не пользуйся без взрослых хлопушками, фейерверками, петардами, бенгальскими огнями!

ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ЛОКАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА В ПРИРОДЕ – это ситуации, которые могут возникнуть в результате взаимодействия человека с окружающей средой и представлять угрозу его жизни, здоровью и имуществу.

Факторы природной среды, способствующие развитию или возникновению аварийной ситуации: температура и влажность воздуха, солнечная радиация, осадки, ветер, атмосферное давление, рельеф местности, водоисточники, флора и фауна, смена дня и ночи, колебания магнитного поля Земли.

Если Вы оказались в аварийной ситуации

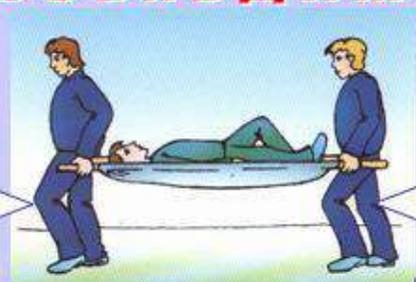
необходимо:



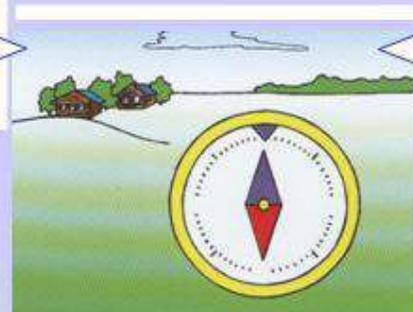
Оказать пострадавшему первую медицинскую помощь



Покидая транспортное средство
взять все необходимое



Перебраться
в безопасное место



Сориентироваться
на местности



Соорудить
временное укрытие

РЕШИТЬ ВОПРОС О ПРЕБЫВАНИИ НА МЕСТЕ АВАРИИ

Остаться на месте аварии:

- Если сигнал бедствия или сообщение о происшествии переданы по радию;
- Если место происшествия точно не определено, местность незнакомая и труднопроходимая (горы, лес, глубокие овраги, болота, мощный слой снежного покрова и т.п.);
- Если направление на ближайший населенный пункт и расстояние до него неизвестны;
- Если ближайшая часть людей не может самостоятельно передвигаться из-за полученных травм.

Современная экологическая обстановка также служит причиной возникновения опасной ситуации. Неосторожное использование источников воды может привести к отравлению и заражению, лесные пожары, болота, трясины заставят путника искать обходные пути, что и создает предпосылки перерастания нестандартной ситуации в чрезвычайную.

Уйти с места аварии:

- Если точно известно, где находится ближайший населенный пункт, если расстояние до него не велико и состояние здоровья людей позволяет преодолеть его;
- Если возникла непосредственная угроза жизни (лесной пожар, разлом ледяного поля, наводнение и т.п.);
- Если люди не могут быть обнаружены спасателями на этом месте из-за окружающей их густой растительности;
- Если в течение трех суток нет связи и помощи.

ОТКРЫТОЕ ОКНО – ОПАСНОСТЬ ДЛЯ РЕБЕНКА!

Для создания безопасной среды в квартире, где есть малыш, необходимо соблюдать следующие правила:

- 1 Открывая окна, убедитесь, что ребенок находится под присмотром
- 2 Никогда не оставляйте спящего ребенка одного в квартире
- 3 Не показывайте ребенку, как открывается окно
- 4 Не разрешайте ребенку выходить на балкон без сопровождения взрослых
- 5 Открывайте преимущественно форточки, пластиковые окна - открывайте вверх
- 6 Отодвиньте всю мебель от окон
- 7 Установите фиксаторы, блокираторы окон
- 8 Поставьте на подоконник цветы или предметы





ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

● УЛИЦУ МОЖНО ПЕРЕХОДИТЬ ТОЛЬКО ПРИ ЗЕЛЕНОМ СВЕТЕ СВЕТОФОРА.

● НЕЛЬЗЯ ИГРАТЬ НА МОСТОВОЙ.

● ПЕРЕХОДИТЬ УЛИЦУ НУЖНО СПОКОЙНО И ТОЛЬКО ПО ПЕШЕХОДНЫМ ДОРОЖКАМ. ЕСЛИ ЕСТЬ ПОДЗЕМНЫЙ ПЕРЕХОД, ТО ДОРОГУ МОЖНО ПЕРЕХОДИТЬ ТОЛЬКО ПО ЭТОМУ ПЕРЕХОДУ.

● НЕЛЬЗЯ КАТАТЬСЯ НА САЛАЗКАХ, САМОКАТАХ И КОНЬКАХ НА ПРОЕЗЖЕЙ ЧАСТИ.

● СОЙДЯ С ТРОТУАРА, НУЖНО ПОСМОТРЕТЬ НАЛЕВО, А ДОЙДЯ ДО СЕРЕДИНЫ УЛИЦЫ-НАПРАВО.

● ХОДИТЬ МОЖНО ТОЛЬКО ПО ТРОТУАРУ, ПРИДЕРЖИВАЯСЬ ПРОВОЙ СТОРОНЫ.

● НЕ ВЫСОВЫВАЙСЯ ИЗ ОКНА ДВИЖУЩЕГОСЯ ТРАНСПОРТА.

● ВЫХОДИ ИЗ ТРАНСПОРТА ТОЛЬКО ТОГДА, КОГДА ОН СТОИТ, НЕЛЬЗЯ ПРЫГАТЬ НА ХОДУ.

● ЕСЛИ ТЫ ПОТЕРЯЛСЯ НА УЛИЦЕ, НЕ ПЛАЧЬ, ПОПРОСИ ПРОХОЖЕГО МИЛИЦИОНЕРА ПОМОЧЬ ТЕБЕ, НАЗОВИ СВОЙ ДОМАШНИЙ АДРЕС.



Памятка

«Здоровый образ жизни»

1. Ежедневно делай утреннюю зарядку
2. Гуляй 1,5-2 часа в день
3. На домашнее задание затрачивай не более 1,5-2 часа в день
4. Питайся маленькими порциями 4-5 раз в день
5. За компьютерными играми проводи не более 10-15 мин в день
6. Смотри телевизор не более 1 часа в день
7. Занимайся спортом



Правила личной безопасности на улице

1. Если на улице кто-то идёт и бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место: к магазину, автобусной остановке.
2. Если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: "Помогите, меня уводит незнакомый человек!"
3. Не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых.
4. Никуда не ходи с незнакомыми и не садись с ними в машину.
5. Никогда не хвастайся тем, что у твоих взрослых много денег.
6. Не приглашай домой незнакомых ребят.
7. Не играй с наступлением темноты.



Дата выпуска: 01.06.2022, 8(34643)56-251,
Отв.за выпуск: Путинцева С.Л.