

## Памятка для родителей о безопасности детей в каникулярное время

С началом каникул наших детей подстерегает повышенная опасность на дорогах, улицах, во дворах, на игровых площадках, дома, у водоемов, в лесу, в саду (на дачах) и т.д. Этому способствует любопытство детей, наличие свободного времени, поездки, а главное отсутствие должного контроля со стороны взрослых. Чтобы дети были отдохнувшими и здоровыми при организации их отдыха с родителями, родственниками, друзьями, надо помнить ряд правил и условий, соблюдение которых поможет сохранить жизнь. Проведите с детьми индивидуальные беседы, изучите и объясните наиболее важные и трудные моменты этих правил, формируйте у детей навыки обеспечения личной безопасности и решите проблему свободного времени детей.

Уважаемые родители! постоянно будьте в курсе, где и с кем ваш ребенок, контролируйте место пребывания детей; убедите ребенка, что вне зависимости от того, что произошло, вы должны знать о происшествии, ни в коем случае не сердитесь, всегда примите его сторону. Объясните, что некоторые факты никогда нельзя держать в тайне, даже если они обещали хранить их в секрете.

### Помните и научите детей правилам безопасного поведения ребёнка дома:

- Не открывать дверь людям, которых не знаешь. - Не входить с незнакомым человеком в подъезд, лифт. - Не оставлять без присмотра включенные электроприборы и не дотрагиваться до них мокрыми руками. - Не пользоваться неисправными электронагревательными приборами. - Не трогать экраны включенного телевизора и компьютера. На экране может скопиться статический электрический заряд, и тогда может ударить током. Пользование бытовой электротехникой осуществляется с разрешения и под контролем взрослых. Уходя из дома, не забывать выключать все электроприборы. - Избегать контакта с газовой плитой. При запахе бытового газа нельзя трогать выключатели и пользоваться спичками. Надо покинуть помещение и вызвать на помощь взрослого (тел. 04). - Аккуратно и осторожно пользоваться чайником и кастрюлями с горячей водой. - Не играть со спичками, свечами и зажигалками. В случае возникновения пожара срочно вызвать пожарную охрану 01 и немедленно покинуть помещение. - Нельзя нюхать, трогать руками, пробовать на язык неизвестные жидкости, спиртосодержащие напитки, порошки, пасты, наркотические, психотропные и другие опасные для жизни и здоровья вещества. - Ограничьте время проведения своего ребенка за компьютером без отдыха (для подростка: 40 минут работы – 10 минут перерыв). Общая продолжительность работы не должна превышать 1,5-2 часа в день. - Использование интернета не всегда безопасно. Родители должны знать, какие сайты открывает ребенок, кто его «новые» знакомые в сетях. Виртуальные мошенники могут использовать ваши персональные данные, причинить большой вред родным и близким.

**Ежедневно повторяйте ребёнку правила поведения на улице:**

- Не уходить далеко от своего дома, двора. - Не брать ничего и не разговаривать с незнакомыми людьми на улице. Сразу отходить в сторону. Ребенок имеет полное право сказать «нет» всегда и кому угодно, если этот «кто-то» пытается причинить ему вред. - Не гулять до темноты. Не играть в заброшенных, безлюдных и запрещенных местах. - Обходить компании незнакомых подростков. - Избегать безлюдных мест, оврагов, пустырей, заброшенных домов, сараев, чердаков, подвалов. - Не садиться в чужую машину с незнакомыми людьми; - Не стесняться звать людей на помощь на улице, в транспорте, в подъезде. - В минуту опасности, когда ребенка пытаются схватить, он может применить силу, кричать, вырываться, убежать. - Не пользоваться фейерверками, бенгальскими огнями и другими пиротехническими средствами без взрослых. - При обнаружении незнакомых подозрительных и взрывоопасных предметов нельзя брать их в руки, нужно немедленно сообщить о них взрослым. - Проявляйте осторожность и соблюдайте все требования безопасности, находясь с детьми на игровой или спортивной площадке.

### **Будьте предельно внимательными на дороге и в общественном транспорте:**

1. Ходить по улице следует спокойным шагом, придерживаясь правой стороны тротуара; 2. Переходить дорогу можно только по пешеходному тротуару на зеленый сигнал светофора, убедившись, что все автомобили остановились; 3. Проезжая часть предназначена только для транспортных средств; 4. В общественном транспорте нельзя высовываться из окон, выставлять руки и какие-либо предметы. 5. Соблюдайте правила дорожного движения, чтобы не стать жертвой или виновником дорожно-транспортного происшествия 6. Запрещается ездить на автодорогах на велосипедах, мопедах, скутерах без соответствующего разрешения.

### **Помните!**

Детям, не достигшим 14 лет, запрещено управлять велосипедом на автомагистралях и приравненных к ним дорогам, а детям, не достигшим 16 лет, скутером (мопедом). - Запрещается управлять автомобилем без водительских прав. - Нельзя пересекать железнодорожный путь в неустановленном месте. Не разрешайте играть вблизи железной дороги.

### **Помните и научите детей правилам безопасного поведения у водоемов:**

Плавание и игры на воде кроме удовольствия могут нести угрозу жизни и здоровью детей. Детей к водоемам без присмотра со стороны взрослых допускать нельзя; Когда ребенок в воде, не спускайте с него глаз, не отвлекайтесь - подчас минута может обернуться трагедией; Обязательно объясните детям, что они не должны нырять в незнакомом месте с берега, на мели или с перил ограждения; Взрослый, который присматривает за купающимися детьми, должен сам уметь плавать, оказывать первую помощь, владеть приемами проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца. При проведении купания детей во время походов, прогулок и экскурсий в летнее время

выбирается тихое, неглубокое место с пологим и чистым от коряг, водорослей и ила дном; Решительно пресекайте шалости детей на воде. Не используйте плавсредства (надувные матрацы и камеры) для купания своего ребенка. Не подплывайте к дебаркадерам, баржам, судам – может затянуть под днище. Не плавайте в лодке с ребенком без спасательных средств (спасательного жилета или круга). Не зная брода, не переходите речку, можно попасть в яму.

## Осторожно: тонкий лед!

Зимой чаще напоминайте детям, что лед непрочен до наступления устойчивых морозов. Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 сантиметров. Если температура воздуха выше нуля градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%. Научите детей, что прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета - прочный; белого - прочность его в два раза меньше; серый, матово-белый или с желтоватым оттенком - ненадежен. В случае пролома льда под ногами, надо широко расставить руки, удерживаясь ими на поверхности. Если имеется возможность, то надо ложиться грудью на кромку льда или на спину, упираясь в противоположную сторону, и одновременно звать на помощь.

## Безопасность детей на солнце.

- В солнечный день не выходите на улицу без головного убора.
- Ориентировочно с 10:00 до 16:00 часов самая большая активность солнца, поэтому в это время старайтесь, чтобы ребенок не находился долго под воздействием его прямых лучей.
- Солнцезащитные средства наносите минут за 15-20 до выхода на улицу и после купания.
- Применяйте защиту уровня SPF-20 или SPF-30, при этом старайтесь использовать максимально безопасные средства, разрешенные для применения детям.
- Носите с собой воду и пейте, избегая сладкой воды, т.к. она вызывает еще большую жажду.
- Следите за ребенком, чтобы он не перегревался и не обгорел, при первых признаках покраснения кожи уведите в тень.
- Если долго находиться на солнце, может наступить тепловой удар. При этом наблюдается слабость, головная боль, тошнота, рвота, учащается пульс, расширяются зрачки, возможен обморок, повышается температура тела до 39- 40 градусов. Необходимо удалить пострадавшего из зоны перегревания на открытое и хорошо проветриваемое место, смочить лицо холодной водой, освободить верхнюю одежду, срочно доставить в лечебное учреждение.
- Старайтесь больше гулять в тенистых местах, используйте свободную хлопчатобумажную одежду.
- Всегда держите в аптечке средство от ожогов.
- Если вы защищаете глаза ребенку солнцезащитными очками, то применяйте качественные модели со стеклом, дешевые подделки из пластика могут нанести большой вред зрению.

## **Внимание! Опасные насекомые!**

От укусов клещей поможет защититься одежда, закрывающая ноги и руки. Применяйте специальные средства по отпугиванию насекомых. Избегайте контакта с осами, пчелами, шмелями и шершнями, их укусы болезненны и могут вызвать аллергическую реакцию вплоть до анафилактического шока. Держите в аптечке всегда антигистаминное средство и средство для лечения укусов насекомых.

**Будьте предельно осторожны в походе, в лесу и на даче:** Обратите внимание детей на наиболее распространенные случаи пожаров из-за неосторожного обращения с огнем: детская шалость с огнем; непотушенные угли, шлак, зола, костры; непотушенные окурки, спички; сжигание мусора владельцами дач и садовых участков на опушках леса; поджог травы, короткое замыкание, эксплуатация электротехнических устройств, бытовых приборов, печей.

## **Избегайте пищевых отравлений:**

Приучите ребенка мыть руки перед каждым приемом пищи. Не употребляйте на жаре скоропортящиеся продукты, особенно мясо, которое может превратиться в яд уже после 20 минут нахождения на солнце. Старайтесь больше употреблять овощей, фруктов и ягод. Мойте их тщательно, перед тем как употребить в пищу. Будьте осторожны при употреблении грибов. При отравлении грибами экстренно вызывайте «Скорую помощь».

## **Остерегаемся травм!**

При занятии активными видами спорта: езда на скейте, роликах, велосипеде – обеспечьте ребенку надежную защиту уязвимых мест. Для этого надо использовать шлем, наколенники, налокотники, защиту ладоней и др. При езде на роликах обращайте внимание на то, чтобы они надежно фиксировали лодыжку, которую ребенок может вывихнуть. Обучите сами ребенка технике правильного падения в критической ситуации или обратитесь к инструктору. При использовании любого спортивного инвентаря следите, чтобы он был исправен и соответствовал возрасту ребенка. На глаз обнаружить у ребенка перелом не так то и просто даже специалисту, поэтому если ребенок достаточно сильно травмировался, то лучше как можно быстрее показать его травматологу. Синяки, царапины и ссадины сопровождают летом многих детей. Важно оперативно их промывать и обрабатывать антисептиком. К месту ушиба надо быстро приложить холодный предмет или полить его холодной водой, чтобы снизить боль.

## **Сохранение жизни и здоровья детей - главная обязанность взрослых.**

Пожалуйста, сделайте все, чтобы каникулы Ваших детей прошли благополучно, отдых не был омрачен. Помните, что от природы дети беспечны и доверчивы. Внимание у детей бывает рассеянным. Поэтому, чем чаще вы напоминаете ребенку несложные правила поведения, тем больше вероятность, что он их запомнит, и будет применять. Вы должны регулярно их напоминать.