

## **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, 112).
- 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:**

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

### **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 коду 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.