

## Памятка для родителей по безопасности детей в летний (отпускной) период



Уважаемые родители, понятно, что ежедневные хлопоты отвлекают вас, но не забывайте, что вашим детям нужна помощь и внимание, особенно в летний период.

### **Во-первых:**

- ежедневно напоминайте своему ребёнку о правилах дорожного движения.

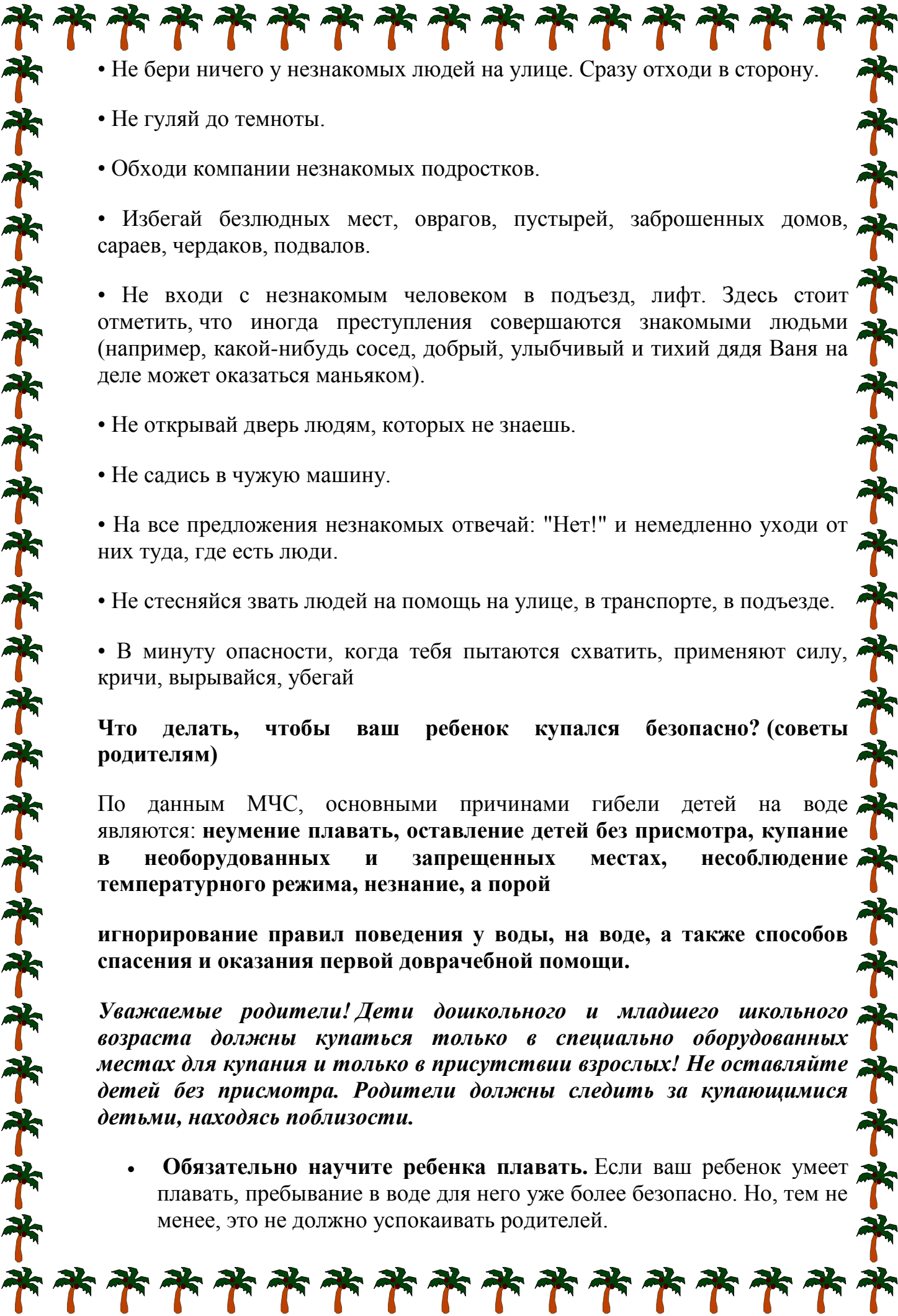
Используйте для этого соответствующие ситуации на улице во дворе, по дороге в детский сад. Находясь с ребёнком на улице полезно объяснять ему все, что происходит на дороге с транспортом, пешеходами. Например, почему в данный момент нельзя перейти проезжую часть, какие на этот случай существуют правила для пешеходов и автомобилей, укажите на нарушителей, отметив, что они нарушают правила, рискуя попасть под движущиеся транспортные средства.

### **Помните, что ваш ребёнок должен усвоить:**

- без взрослых на дорогу выходить нельзя, идешь со взрослым за руку, не вырывайся, не сходи с тротуара;
- ходить по улице следует спокойным шагом, придерживаясь правой стороны тротуара;
- переходить дорогу можно только по пешеходному переходу на зеленый сигнал светофора, убедившись, что все автомобили остановились;
- проезжая часть предназначена только для транспортных средств;
- движение транспорта на дороге регулируется сигналами светофора;
- в общественном транспорте не высовываться из окон, не выставлять руки и какие-либо предметы.

**Во-вторых:** постоянно напоминайте вашему ребёнку о правилах безопасности на улице и дома. Ежедневно повторяйте ребёнку:

- Не уходи далеко от своего дома, двора.

- 
- Не бери ничего у незнакомых людей на улице. Сразу отходи в сторону.
  - Не гуляй до темноты.
  - Обходи компании незнакомых подростков.
  - Избегай безлюдных мест, оврагов, пустырей, заброшенных домов, сараев, чердаков, подвалов.
  - Не входи с незнакомым человеком в подъезд, лифт. Здесь стоит отметить, что иногда преступления совершаются знакомыми людьми (например, какой-нибудь сосед, добрый, улыбочивый и тихий дядя Ваня на деле может оказаться маньяком).
  - Не открывай дверь людям, которых не знаешь.
  - Не садись в чужую машину.
  - На все предложения незнакомых отвечай: "Нет!" и немедленно уходи от них туда, где есть люди.
  - Не стесняйся звать людей на помощь на улице, в транспорте, в подъезде.
  - В минуту опасности, когда тебя пытаются схватить, применяют силу, кричи, вырывайся, убегай

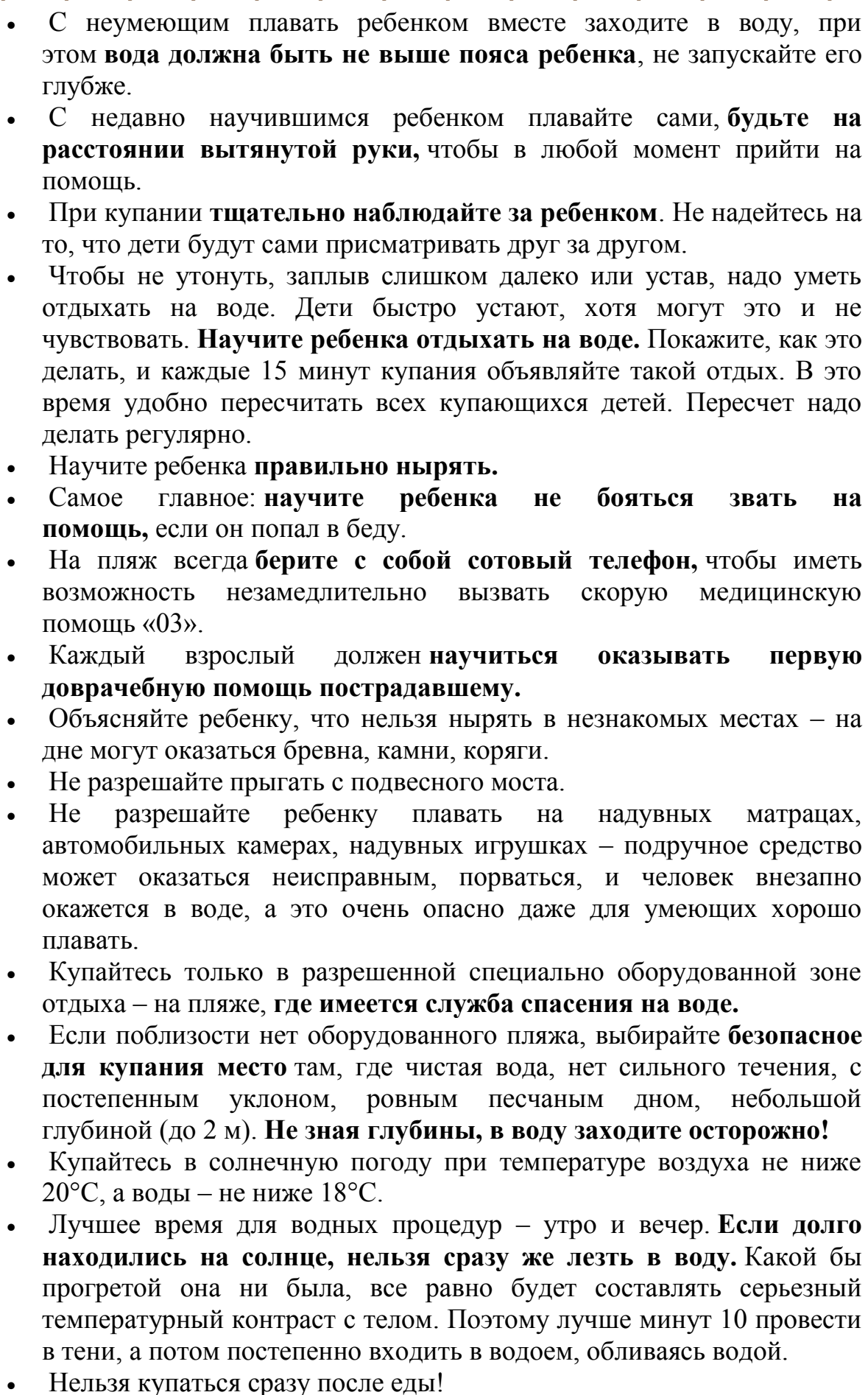
### **Что делать, чтобы ваш ребенок купался безопасно? (советы родителям)**

По данным МЧС, основными причинами гибели детей на воде являются: **неумение плавать, оставление детей без присмотра, купание в необорудованных и запрещенных местах, несоблюдение температурного режима, незнание, а порой**

**игнорирование правил поведения у воды, на воде, а также способов спасения и оказания первой доврачебной помощи.**

*Уважаемые родители! Дети дошкольного и младшего школьного возраста должны купаться только в специально оборудованных местах для купания и только в присутствии взрослых! Не оставляйте детей без присмотра. Родители должны следить за купающимися детьми, находясь поблизости.*

- **Обязательно научите ребенка плавать.** Если ваш ребенок умеет плавать, пребывание в воде для него уже более безопасно. Но, тем не менее, это не должно успокаивать родителей.

- 
- С неумеющим плавать ребенком вместе заходите в воду, при этом **вода должна быть не выше пояса ребенка**, не запускайте его глубже.
  - С недавно научившимся ребенком плавайте сами, **будьте на расстоянии вытянутой руки**, чтобы в любой момент прийти на помощь.
  - При купании **тщательно наблюдайте за ребенком**. Не надейтесь на то, что дети будут сами присматривать друг за другом.
  - Чтобы не утонуть, заплыв слишком далеко или устав, надо уметь отдыхать на воде. Дети быстро устают, хотя могут это и не чувствовать. **Научите ребенка отдыхать на воде**. Покажите, как это делать, и каждые 15 минут купания объявляйте такой отдых. В это время удобно пересчитать всех купающихся детей. Пересчет надо делать регулярно.
  - Научите ребенка **правильно нырять**.
  - Самое главное: **научите ребенка не бояться звать на помощь**, если он попал в беду.
  - На пляж всегда **берите с собой сотовый телефон**, чтобы иметь возможность незамедлительно вызвать скорую медицинскую помощь «03».
  - Каждый взрослый должен **научиться оказывать первую доврачебную помощь пострадавшему**.
  - Объясните ребенку, что нельзя нырять в незнакомых местах – на дне могут оказаться бревна, камни, коряги.
  - Не разрешайте прыгать с подвесного моста.
  - Не разрешайте ребенку плавать на надувных матрацах, автомобильных камерах, надувных игрушках – подручное средство может оказаться неисправным, порваться, и человек внезапно окажется в воде, а это очень опасно даже для умеющих хорошо плавать.
  - Купайтесь только в разрешенной специально оборудованной зоне отдыха – на пляже, где **имеется служба спасения на воде**.
  - Если поблизости нет оборудованного пляжа, выберите **безопасное для купания место** там, где чистая вода, нет сильного течения, с постепенным уклоном, ровным песчаным дном, небольшой глубиной (до 2 м). **Не зная глубины, в воду заходите осторожно!**
  - Купайтесь в солнечную погоду при температуре воздуха не ниже 20°C, а воды – не ниже 18°C.
  - Лучшее время для водных процедур – утро и вечер. **Если долго находились на солнце, нельзя сразу же лезть в воду**. Какой бы прогретой она ни была, все равно будет составлять серьезный температурный контраст с телом. Поэтому лучше минут 10 провести в тени, а потом постепенно входить в водоем, обливаясь водой.
  - Нельзя купаться сразу после еды!



## **ВО ВРЕМЯ КУПАНИЯ НАДО ЗАПРЕТИТЬ!**

- Нельзя купаться ребенку в воде до появления «гусиной кожи», иначе произойдет переохлаждение организма. А это может привести к заболеваниям органов дыхания, мочеполовой системы.
- Общее время пребывания в воде не должно превышать 10-15 минут.
- Запрещайте ребенку купаться в холодной и даже прохладной воде. У детей очень быстро появляются судороги.
- Отучите ребенка без повода кричать в воде. Вода может попасть в легкие, и ребенок может захлебнуться.
- Приучите ребенка к тому, что крик – это сигнал о помощи.
- Никогда не позволяйте детям играть в игры с удержанием «противника» под водой – он может захлебнуться.
- Запрещайте ребенку заплывать далеко от берега, подплывать к катамаранам и моторным лодкам.
- Не позволяйте ребенку заплывать на большую глубину.
- Не разрешайте ребенку купаться в заболоченных и заросших местах.

**В летне-осенний период значительно увеличивается количество случаев заблудившихся в лесу, в том числе – детей.**

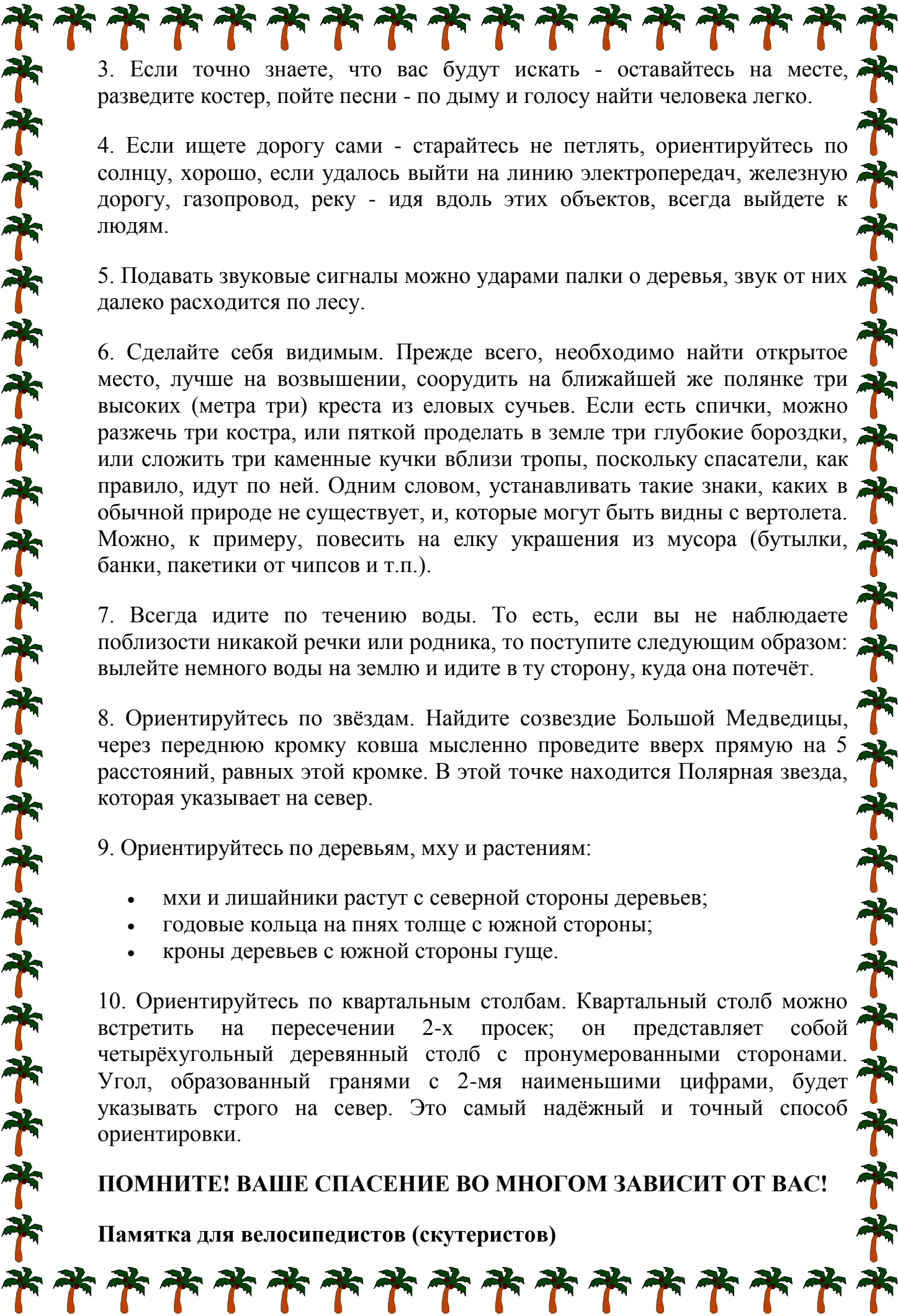
**В целях предупреждения данной чрезвычайной ситуации необходимо усвоить некоторые**

### **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В ЛЕСУ**

1. Перед выходом в лес предупредите родных, куда идете.
2. Одевайтесь ярко - в камуфляже вас могут не найти и с трех метров, предпочтительнее оранжевые, красные, желтые, белые куртки.
3. При движении по лесу старайтесь держать друг друга в поле зрения или звукового сигнала.
4. Старайтесь не уходить далеко от знакомого маршрута, не «срезайте угол» по незнакомой местности, особенно по болоту.

### **Что делать, если вы заблудились в лесу?**

1. **Не паникуйте**, остановитесь и подумайте - откуда пришли, не слышно ли криков, шума машин, лая собак.
2. Если есть возможность, немедленно свяжитесь со специалистами Единой службы спасения по телефону: 112 или 001 (звонок бесплатный).



3. Если точно знаете, что вас будут искать - оставайтесь на месте, разведите костер, пойте песни - по дыму и голосу найти человека легко.

4. Если ищете дорогу сами - старайтесь не петлять, ориентируйтесь по солнцу, хорошо, если удалось выйти на линию электропередач, железную дорогу, газопровод, реку - идя вдоль этих объектов, всегда выйдете к людям.

5. Подавать звуковые сигналы можно ударами палки о деревья, звук от них далеко расходится по лесу.

6. Сделайте себя видимым. Прежде всего, необходимо найти открытое место, лучше на возвышении, соорудить на ближайшей же полянке три высоких (метра три) креста из еловых сучьев. Если есть спички, можно разжечь три костра, или палкой проделать в земле три глубокие бороздки, или сложить три каменные кучки вблизи тропы, поскольку спасатели, как правило, идут по ней. Одним словом, устанавливать такие знаки, каких в обычной природе не существует, и, которые могут быть видны с вертолета. Можно, к примеру, повесить на елку украшения из мусора (бутылки, банки, пакетики от чипсов и т.п.).

7. Всегда идите по течению воды. То есть, если вы не наблюдаете поблизости никакой речки или родника, то поступите следующим образом: вылейте немного воды на землю и идите в ту сторону, куда она потечёт.

8. Ориентируйтесь по звёздам. Найдите созвездие Большой Медведицы, через переднюю кромку ковша мысленно проведите вверх прямую на 5 расстояний, равных этой кромке. В этой точке находится Полярная звезда, которая указывает на север.

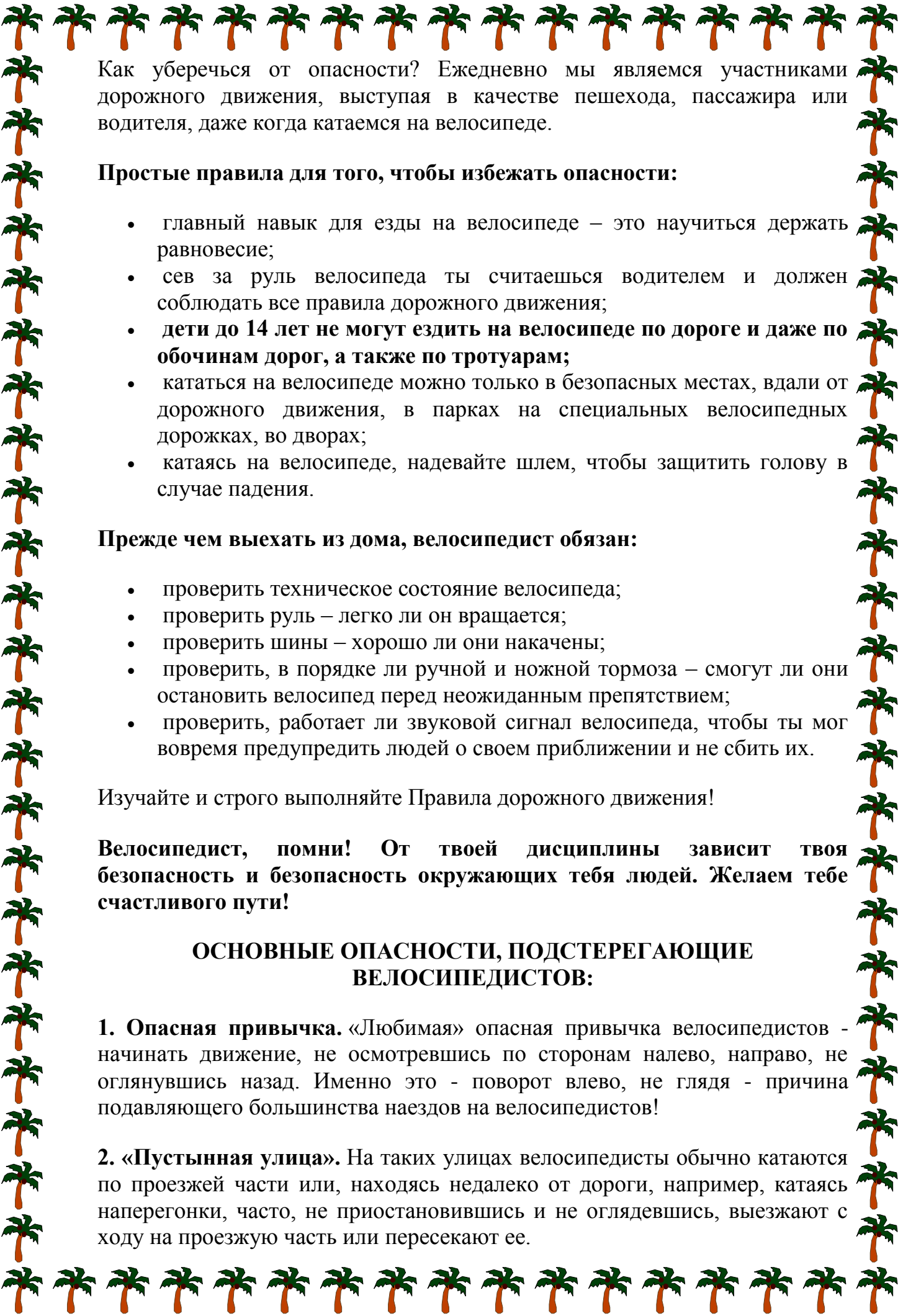
9. Ориентируйтесь по деревьям, мху и растениям:

- мхи и лишайники растут с северной стороны деревьев;
- годовые кольца на пнях толще с южной стороны;
- кроны деревьев с южной стороны гуще.

10. Ориентируйтесь по квартальным столбам. Квартальный столб можно встретить на пересечении 2-х просек; он представляет собой четырёхугольный деревянный столб с пронумерованными сторонами. Угол, образованный гранями с 2-мя наименьшими цифрами, будет указывать строго на север. Это самый надёжный и точный способ ориентировки.

**ПОМНИТЕ! ВАШЕ СПАСЕНИЕ ВО МНОГОМ ЗАВИСИТ ОТ ВАС!**

**Памятка для велосипедистов (скутеристов)**



Как уберечься от опасности? Ежедневно мы являемся участниками дорожного движения, выступая в качестве пешехода, пассажира или водителя, даже когда катаемся на велосипеде.

### **Простые правила для того, чтобы избежать опасности:**

- главный навык для езды на велосипеде – это научиться держать равновесие;
- сев за руль велосипеда ты считаешься водителем и должен соблюдать все правила дорожного движения;
- **дети до 14 лет не могут ездить на велосипеде по дороге и даже по обочинам дорог, а также по тротуарам;**
- кататься на велосипеде можно только в безопасных местах, вдали от дорожного движения, в парках на специальных велосипедных дорожках, во дворах;
- катаясь на велосипеде, надевайте шлем, чтобы защитить голову в случае падения.

### **Прежде чем выехать из дома, велосипедист обязан:**

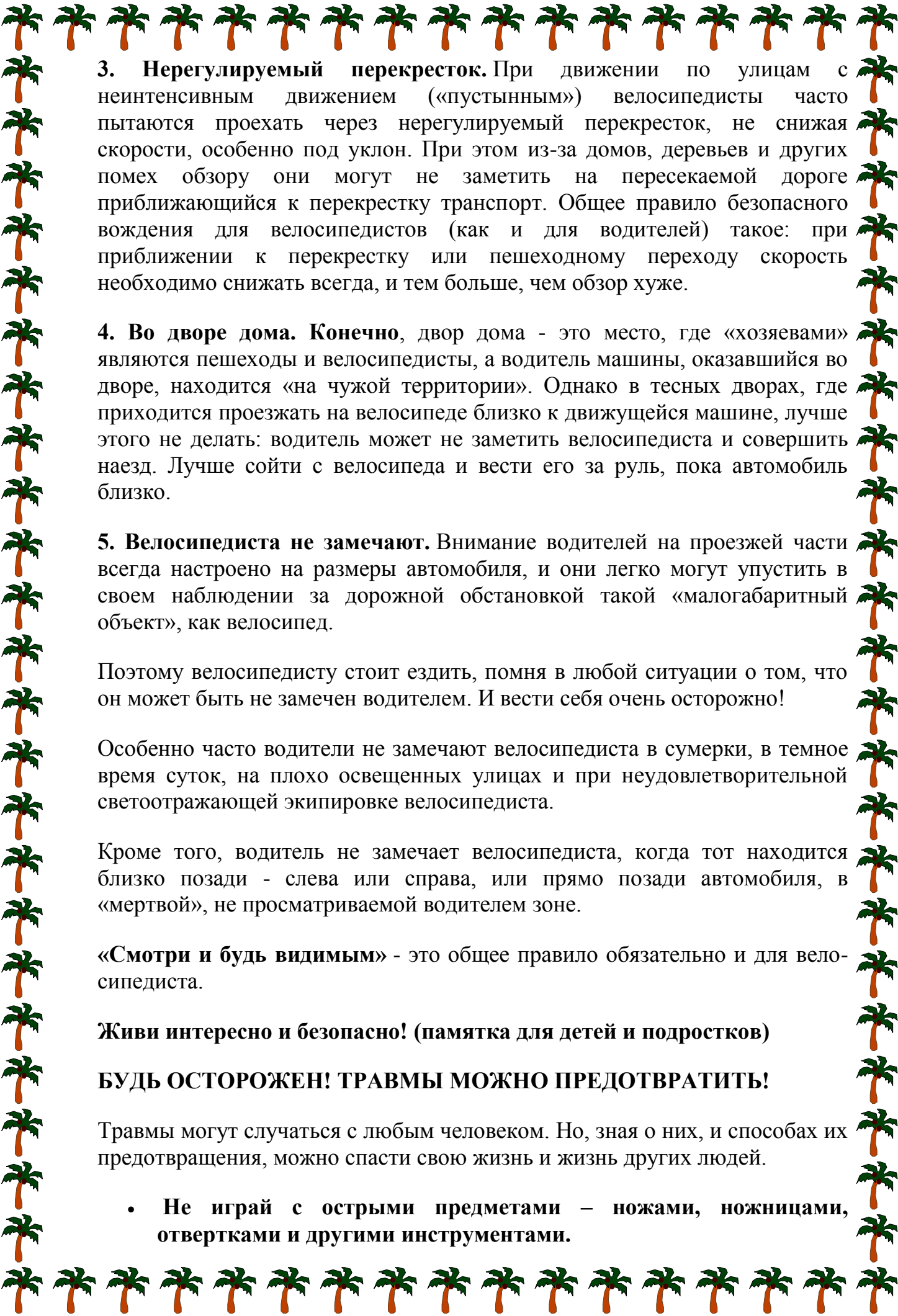
- проверить техническое состояние велосипеда;
- проверить руль – легко ли он вращается;
- проверить шины – хорошо ли они накачены;
- проверить, в порядке ли ручной и ножной тормоза – смогут ли они остановить велосипед перед неожиданным препятствием;
- проверить, работает ли звуковой сигнал велосипеда, чтобы ты мог вовремя предупредить людей о своем приближении и не сбить их.

Изучайте и строго выполняйте Правила дорожного движения!

**Велосипедист, помни! От твоей дисциплины зависит твоя безопасность и безопасность окружающих тебя людей. Желаем тебе счастливого пути!**

### **ОСНОВНЫЕ ОПАСНОСТИ, ПОДСТЕРЕГАЮЩИЕ ВЕЛОСИПЕДИСТОВ:**

- 1. Опасная привычка.** «Любимая» опасная привычка велосипедистов - начинать движение, не осмотревшись по сторонам налево, направо, не оглянувшись назад. Именно это - поворот влево, не глядя - причина подавляющего большинства наездов на велосипедистов!
- 2. «Пустынная улица».** На таких улицах велосипедисты обычно катаются по проезжей части или, находясь недалеко от дороги, например, катаясь наперегонки, часто, не приотменившись и не оглядевшись, выезжают с ходу на проезжую часть или пересекают ее.



**3. Нерегулируемый перекресток.** При движении по улицам с неинтенсивным движением («пустынным») велосипедисты часто пытаются проехать через нерегулируемый перекресток, не снижая скорости, особенно под уклон. При этом из-за домов, деревьев и других помех обзору они могут не заметить на пересекаемой дороге приближающийся к перекрестку транспорт. Общее правило безопасного вождения для велосипедистов (как и для водителей) такое: при приближении к перекрестку или пешеходному переходу скорость необходимо снижать всегда, и тем больше, чем обзор хуже.

**4. Во дворе дома. Конечно,** двор дома - это место, где «хозяевами» являются пешеходы и велосипедисты, а водитель машины, оказавшийся во дворе, находится «на чужой территории». Однако в тесных дворах, где приходится проезжать на велосипеде близко к движущейся машине, лучше этого не делать: водитель может не заметить велосипедиста и совершить наезд. Лучше сойти с велосипеда и вести его за руль, пока автомобиль близко.

**5. Велосипедиста не замечают.** Внимание водителей на проезжей части всегда настроено на размеры автомобиля, и они легко могут упустить в своем наблюдении за дорожной обстановкой такой «малогобаритный объект», как велосипед.

Поэтому велосипедисту стоит ездить, помня в любой ситуации о том, что он может быть не замечен водителем. И вести себя очень осторожно!

Особенно часто водители не замечают велосипедиста в сумерки, в темное время суток, на плохо освещенных улицах и при неудовлетворительной светоотражающей экипировке велосипедиста.

Кроме того, водитель не замечает велосипедиста, когда тот находится близко позади - слева или справа, или прямо позади автомобиля, в «мертвой», не просматриваемой водителем зоне.

«Смотри и будь видимым» - это общее правило обязательно и для велосипедиста.

**Живи интересно и безопасно! (памятка для детей и подростков)**

**БУДЬ ОСТОРОЖЕН! ТРАВМЫ МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ!**

Травмы могут случаться с любым человеком. Но, зная о них, и способах их предотвращения, можно спасти свою жизнь и жизнь других людей.

- **Не играй с острыми предметами – ножами, ножницами, отвертками и другими инструментами.**

- Не прыгай с качели. От резкого касания с землей может произойти перелом ноги или вывих.
- При падении с качели необходимо прижаться к земле и отползти подальше, чтобы избежать дополнительного удара.
- Нельзя бросаться камнями и другими тяжелыми предметами.
- Не играй и не бегай с ручкой или карандашом, палкой или другими заостренными предметами в руках. Ты можешь поскользнуться и попасть острием прямо в глаз.
- Не балуйся с зажигалками, свечками, спичками – это может привести к ожогам и пожарам.
- Не играй в активные игры на кухне во время приготовления еды, ты можешь обжечься горячей жидкостью.

### **ПЕРЕХОДИ ДОРОГУ ТОЛЬКО В БЕЗОПАСНОМ МЕСТЕ!**

- Если на пути есть пешеходный переход, самое безопасное – перейти улицу в этом месте.
- Переходя дорогу, всегда сначала посмотри налево и дождись момента, когда не будет машин.
- Затем посмотри направо, чтобы убедиться, что машина не едет с той стороны.
- Только, когда дорога пуста с левой и с правой стороны, можно переходить на другую сторону.

### **КУДА ЗВОНИТЬ В СЛУЧАЕ ОПАСНОСТИ:**

Если ты или кто-нибудь рядом получил травму, первое, что нужно сделать, это кричать и звать на помощь. Срочно вызвать помощь по телефону:

- **СКОРАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ – 03**
- **ПОЛИЦИЯ – 02**
- **ПОЖАРНАЯ СЛУЖБА – 01**
- **ЭКСТРЕННАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ (МЧС) – 01, с мобильного телефона - 112**

