



ПРАВИЛА
БЕЗОПАСНОГО ЛЕТА
ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

ЗАЩИЩАТЬСЯ ОТ СОЛНЦА

СТОИТ, КАК МОЖНО РАНЬШЕ ПОЗНАКОМИТЬ РЕБЕНКА С СОЛНЦЕЗАЩИТНЫМ КРЕМОМ И ОБЪЯСНИТЬ, ДЛЯ ЧЕГО И КАК ЧАСТО ИМ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ. И ДАЖЕ С УЧЕТОМ НАНЕСЕННОГО КРЕМА НУЖНО НЕ ЗАБЫВАТЬ ПРО ГОЛОВНОЙ УБОР И ЗОНТ ДЛЯ ПЛЯЖНЫХ ИГР, А ТАКЖЕ О ТОМ, ЧТО НЕОБХОДИМО ЧЕРЕДОВАТЬ ВРЕМЯ ПРЕБЫВАНИЯ НА СОЛНЦЕ С ИГРАМИ В ТЕНИ. РАССКАЖИТЕ О ПЕРИОДАХ САМОГО АКТИВНОГО СОЛНЦА (С 10-00 ДО 17-00) И ОБЪЯСНИТЕ, ЧТО ЕСЛИ РЕБЕНОК ЧУВСТВУЕТ, КАК ЕМУ НАЧАЛО ЩИПАТЬ КОЖУ, НУЖНО СРАЗУ ЖЕ УЙТИ В ТЕНЬ.



КУПАТЬСЯ ПОД ПРИСМОТРОМ ВЗРОСЛОГО

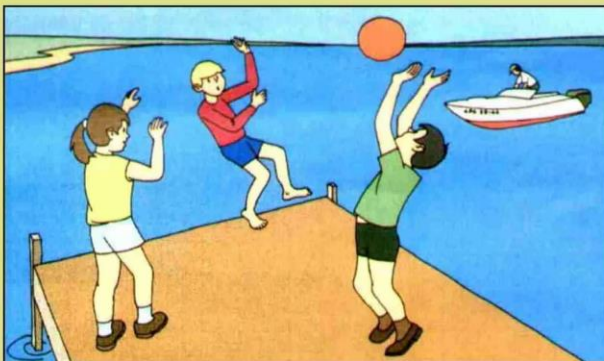
ДАЖЕ ЕСЛИ РЕБЕНОК УВЕРЕННО ПЛАВАЕТ ИЛИ ОДЕТ В СПЕЦИАЛЬНЫЕ НАРУКАВНИКИ, ЖИЛЕТ И КРУГ, ОБЯЗАТЕЛЬНО БУДЬТЕ РЯДОМ ВНИМАТЕЛЬНЫМ НАБЛЮДАТЕЛЕМ И НЕ УПУСКАЙТЕ ЕГО ИЗ ВИДУ. ТАК ВЫ СМОЖЕТЕ ВИДЕТЬ, ЧТО РЕБЕНОК ПЛАВАЕТ В СПЕЦИАЛЬНО ОТВЕДЕННОМ, НЕГЛУБОКОМ МЕСТЕ И КОНТРОЛИРОВАТЬ ПОТЕНЦИАЛЬНО ОПАСНЫЕ ИГРЫ, КОТОРЫМИ ДЕТИ МОГУТ УВЛЕКАТЬСЯ В ВОДЕ.



КАК ВЕСТИ СЕБЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ



Не купайтесь у крутых, обрывистых берегов с сильным течением, в заболоченных и заросших растительностью местах.



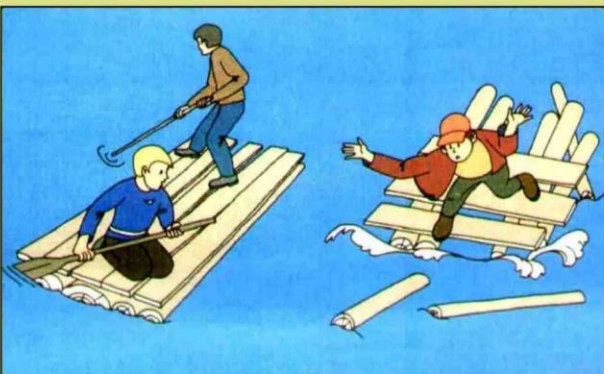
Не стойте и не играйте в тех местах, откуда можно свалиться в воду.



Не ныряйте в незнакомых местах! Не известно, что там может оказаться на дне.



Не заплывайте далеко на надувных матрасах и автомобильных камерах.



Не используйте для плавания самодельные устройства! Они могут не выдержать ваш вес и перевернуться.

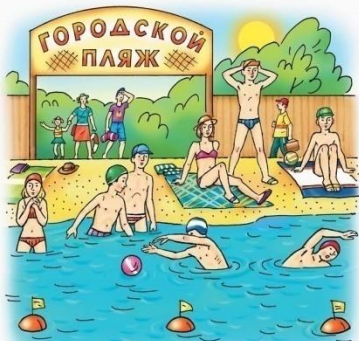


Не боритесь с сильным течением! Плывайте по течению, постепенно приближаясь к берегу.



БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

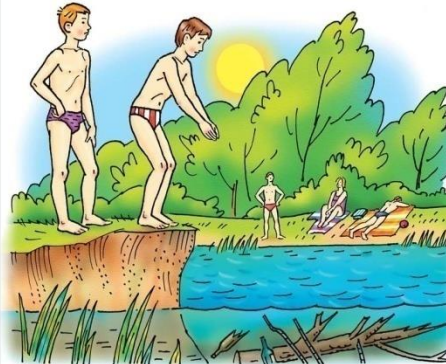
ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



Купаться можно только
в установленных местах.



Не купайтесь в неизвестных и не пред-
назначенных для этой цели водоёмах!



Не ныряйте в местах с неизвестным
рельефом дна!

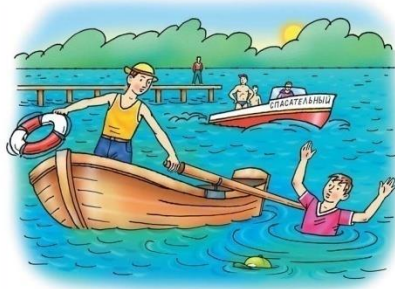


Не заплывайте за ограничительные знаки мест,
отведённых для купания! Не подплывайте
к большим судам, весельным лодкам, баржам.

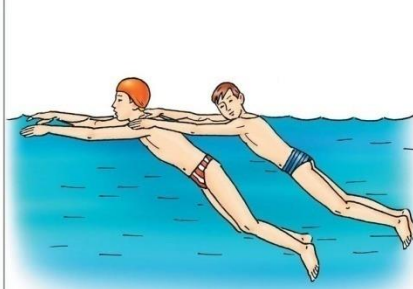
ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТЕРпяЩИМ БЕДСТВИЕ НА ВОДЕ



Если при плавании свело ногу, то необходимо
на секунду погрузиться с головой в воду
и, распрямив ногу, сильно потянуть рукой
ступню на себя за большой палец.



Если тонущий может ещё какое-то время
самостоятельно оставаться на поверхности
воды, достаточно бросить ему спасатель-
ный круг, за который он может держаться,
пока к нему не подплывёт спасатель.



Если вы хороший пловец, такой способ
транспортировки пострадавшего в воде
наиболее приемлем.



Подплывать к тонущему следует осторожно.
Брать утопающего безопаснее всего сзади
под мышки и, поддерживая его лицо над
водой, плыть к берегу.

НЕ ВСЁ, ЧТО ПРИВЛЕКАТЕЛЬНО, ЯВЛЯЕТСЯ СЪЕДОБНЫМ!

ЛЕТО – САМОЕ ПОДХОДЯЩЕЕ ВРЕМЯ, ЧТОБЫ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ ИЗУЧИТЬ НАЗВАНИЯ РАСТЕНИЙ, ЯГОД И ПЛОДОВ. НА ПОМОЩЬ ПРИДУТ ЭНЦИКЛОПЕДИИ, ИНФОРМАЦИЯ ИЗ ИНТЕРНЕТА И ВАШИ СОБСТВЕННЫЕ ЗНАНИЯ. ЕСЛИ У ВАС ЕСТЬ САД, ПОСТАРАЙТЕСЬ, ЧТОБЫ В НЕМ НЕ РОСЛО НИЧЕГО ЯДОВИТОГО: МАЛЫШИ МОГУТ ПРОСТО ЗАБЫТЬ, ЧТО КРАСИВЫЕ ОРАНЖЕВО-КРАСНЫЕ ЯГОДЫ ЛАНДЫША ИЛИ БУЗИНУ НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ ЕСТЬ НЕЛЬЗЯ. ПОЭТОМУ ЛУЧШЕ, ЕСЛИ ИХ ПРОСТО НЕ БУДЕТ НА УЧАСТКЕ. В ЛЮБОМ СЛУЧАЕ УСТАНОВИТЕ ПРАВИЛО: НИЧТО НЕЗНАКОМОЕ НЕ ПРОБОВАТЬ.



ОСТОРОЖНЕЕ С НАСЕКОМЫМИ!

КРОМЕ БОТАНИКИ, ЛЕТОМ НАГЛЯДНО МОЖНО ИЗУЧАТЬ И ЗООЛОГИЮ. ПОГОВОРИТЕ О ТОМ, ПОЧЕМУ НЕ НУЖНО РАЗМАХИВАТЬ РУКАМИ, ЕСЛИ РЯДОМ ЛЕТАЕТ ОСА. ПОЧЕМУ ЛУЧШЕ НЕ ПОЛЬЗОВАТЬСЯ РЕЗКО ПАХНУЩИМ МЫЛОМ ИЛИ ДЕТСКОЙ КОСМЕТИКОЙ С СИЛЬНЫМИ АРОМАТАМИ, ЧТОБЫ НЕ ПРИВЛЕКАТЬ НАСЕКОМЫХ СЛАДКИМИ ЗАПАХАМИ. ЧТО СДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВСЕ-ТАКИ УКУСИЛА ПЧЕЛА. ДЛЯ ЗАЩИТЫ ОТ ОПАСНЫХ НАСЕКОМЫХ ВЫБЕРИТЕ РЕПЕЛЕНТ С НАТУРАЛЬНЫМИ КОМПОНЕНТАМИ, РАЗРЕШЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ, И НАНОСИТЕ ЕГО САМОСТОЯТЕЛЬНО В СООТВЕТСТВИИ С ИНСТРУКЦИЕЙ.



НАДЕВАЙ ЗАЩИТНОЕ СНАРЯЖЕНИЕ

ПОКУПКА ВЕЛОСИПЕДА, РОЛИКОВ ИЛИ СКЕЙТБОРДА ДОЛЖНА СОПРОВОЖДАТЬСЯ ПОКУПКОЙ ШЛЕМА И ПРОЧЕЙ ЗАЩИТЫ ОТ ТРАВМ. А НАДЕВАНИЕ ТАКОГО СНАРЯЖЕНИЯ ПУСТЬ СТАНЕТ ОБЯЗАТЕЛЬНЫМ ПРАВИЛОМ, НЕВАЖНО, ОДНУ МИНУТУ ЕХАТЬ ДО НУЖНОГО МЕСТА ИЛИ ДВАДЦАТЬ. И НЕ ЗАБЫВАЙТЕ ПРО СОБЛЮДЕНИЕ ПРАВИЛ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ.



ВЫБИРАЙ БЕЗОПАСНЫЕ ИГРОВЫЕ ПЛОЩАДКИ

ПРЕЖДЕ ЧЕМ ПОСАДИТЬ РЕБЕНКА НА КАЧЕЛИ, ВЗРОСЛОМУ НЕОБХОДИМО УБЕДИТЬСЯ, ЧТО КРЕПЛЕНИЯ ПРОЧНЫЕ, А СИДЕНЬЕ ГЛАДКОЕ, БЕЗ ЗАЗУБРИН И ТОРЧАЩИХ ГВОЗДЕЙ. АТТРАКЦИОНЫ В ПАРКАХ НЕОБХОДИМО ВЫБИРАТЬ В СООТВЕТСТВИИ С РЕКОМЕНДОВАННЫМИ ПРАВИЛАМИ ВОЗРАСТОМ, НАПОМИНАТЬ ДЕТЯМ О ПРИСТЕГИВАНИИ И АККУРАТНОМ ПОВЕДЕНИИ ВО ВРЕМЯ КАТАНИЯ. ВО ВРЕМЯ ПРЫЖКОВ МАЛЕНЬКОГО РЕБЕНКА НА БАТУТЕ, ВЗРОСЛОМУ НУЖНО НАХОДИТЬСЯ РЯДОМ И НЕ РАЗРЕШАТЬ КУВЫРКИ ИЛИ ПРЫЖКИ НЕСКОЛЬКИХ ДЕТЕЙ НА БАТУТЕ ОДНОВРЕМЕННО. ТАКЖЕ НУЖНО ОБЪЯСНИТЬ РЕБЕНКУ, ЧТО НА СОЛНЦЕ МЕТАЛЛИЧЕСКИЕ ЧАСТИ ИГРОВЫХ КОНСТРУКЦИЙ МОГУТ СИЛЬНО НАГРЕВАТЬСЯ И, ПРЕЖДЕ ЧЕМ СЪЕЗЖАТЬ С ГОРКИ, НУЖНО УБЕДИТЬСЯ, НЕ ГОРЯЧА ЛИ ЕЕ ПОВЕРХНОСТЬ.



МОЙ РУКИ ПЕРЕД ЕДОЙ

А ТАКЖЕ ОВОЩИ, ФРУКТЫ И ЯГОДЫ. ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ИНФЕКЦИЙ И "БОЛЕЗНЕЙ НЕМЫТЫХ РУК", ЛЕТОМ НЕОБХОДИМО ЧАЩЕ НАПОМИНАТЬ ДЕТЯМ О ПРОСТЫХ ПРАВИЛАХ ГИГИЕНЫ, А ТАКЖЕ ИМЕТЬ С СОБОЙ ВЛАЖНЫЕ САЛФЕТКИ НА СЛУЧАЙ, ЕСЛИ РЯДОМ НЕ ОКАЖЕТСЯ ВОДЫ. ТАКЖЕ ЛЕТОМ НУЖНО ТЩАТЕЛЬНО СЛЕДИТЬ ЗА СКОРОПОРТЯЩИМИСЯ ПРОДУКТАМИ И НЕ ХРАНИТЬ ИХ ПРИ КОМНАТНОЙ ТЕМПЕРАТУРЕ.



МОЕМ РУКИ ПРАВИЛЬНО

1



2



3



4



5



6



7



8



9



перед едой



после общения
с животными



после посещения
туалета



после кашля
и чихания



после игр
и занятий спортом



АЗБУКА ЧИСТОТЫ

ОДЕВАЙСЯ ПО ПОГОДЕ И СИТУАЦИИ

ДЛЯ ЖАРКОЙ ПОГОДЫ СТОИТ ВЫБИРАТЬ ОДЕЖДУ ИЗ НАТУРАЛЬНЫХ ТКАНЕЙ – "ДЫШАЩУЮ" И СВОБОДНУЮ. ПОГОВОРИТЕ О ТОМ, ПОЧЕМУ В ЛЕС ЛУЧШЕ НАДЕВАТЬ ОДЕЖДУ С ДЛИННЫМИ РУКАВАМИ, БРЮКИ И ЗАКРЫТУЮ ОБУВЬ, И КАК ЭТО МОЖЕТ ЗАЩИТИТЬ ОТ УКУСОВ НАСЕКОМЫХ. ОБРАТИТЕ ВНИМАНИЕ НА ТО, КАК ОДЕТ РЕБЕНОК, ИГРАЮЩИЙ НА ДЕТСКОЙ ПЛОЩАДКЕ: ОПАСНЫМИ ЭЛЕМЕНТАМИ ОДЕЖДЫ СЧИТАЮТСЯ ТЕСЕМКИ НА ФУТБОЛКАХ И ПЛАТЬЯХ И ОСОБЕННО ШНУРКИ, ПРОДЕТЫЕ В КАПЮШОНЫ КОФТ, ТАК КАК ОНИ МОГУТ ЗАЦЕПИТЬСЯ ЗА ИГРОВОЕ ОБОРУДОВАНИЕ.



ПРИ ГРОЗЕ И МОЛНИИ НАЙДИ БЕЗОПАСНОЕ УКРЫТИЕ

ДАЖЕ ЕСЛИ РЕБЕНОК НЕ БОИТСЯ ГРОМКИХ ЗВУКОВ, А ВИД СВЕРКАЮЩЕЙ МОЛНИИ КАЖЕТСЯ ЕМУ ЗАВОРАЖИВАЮЩИМ, СТОИТ ЧЕТКО ОБЪЯСНИТЬ, КАКУЮ ОПАСНОСТЬ ТАИТ МОЛНИЯ ДЛЯ ЛЮДЕЙ НА ОТКРЫТОМ ПРОСТРАНСТВЕ, И ПОЧЕМУ НЕОБХОДИМО ПЕРЕЖДАТЬ НЕПОГОДУ В ЗАКРЫТОМ ПОМЕЩЕНИИ И ПОДАЛЬШЕ ОТ ОКОН И ДВЕРЕЙ.



ОСТОРОЖНО, ОТКРЫТЫЕ ОКНА!

МАЛЕНЬКИЕ ДЕТИ, ДАЖЕ НА МГНОВЕНИЕ ОСТАВШИЕСЯ БЕЗ ПРИСМОТРА, ВЫПАДАЮТ ИЗ ОКОН И ПОЛУЧАЮТ ТРАВМЫ, НЕРЕДКО НЕСОВМЕСТИМЫЕ С ЖИЗНЬЮ. И ПРИЧИНА ТОМУ – БЕСПЕЧНОСТЬ ВЗРОСЛЫХ. ОТКРЫВАЯ ОКНА, МАЛО КТО ЗАДУМЫВАЕТСЯ, ЧТО ДЛЯ МАЛЕНЬКОГО РЕБЕНКА ЭТО ПРЕДСТАВЛЯЕТ ОГРОМНУЮ ОПАСНОСТЬ!



По печальной статистике чаще всего из окон выпадают дети в возрасте от года и до 5-6 лет

САМЫЕ ОПАСНЫЕ МЕСТА В ГОРОДЕ

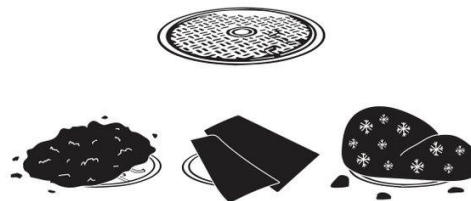
ЖЕЛЕЗНЫЕ ПРАВИЛА



LizaAlert × @ дети

1

Обходи стороной канализационные люки! Осторожно: они могут быть присыпаны землей, снегом или закрыты картонками.



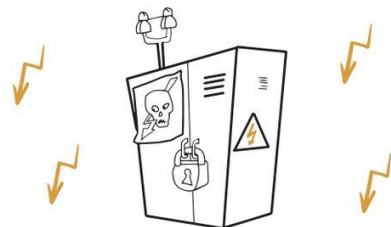
2

Не подходи близко к ямам.



3

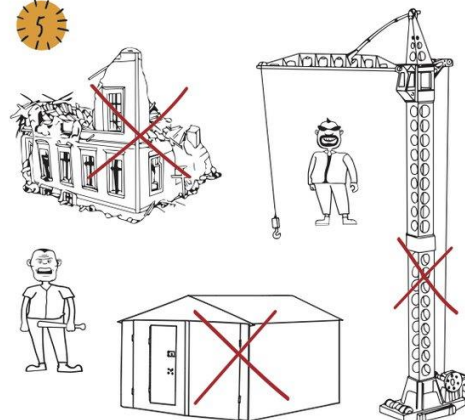
Не подходи к трансформаторным будкам, не прикасайся к ним и не залезай внутрь.



4

Если тебя зовут играть / кататься на замерзшем озере или пруду — не соглашайся!

5



Не играй в заброшенных зданиях, на стройках и в гаражах. Там могут прятаться злые люди и бродячие собаки. И еще там легко можно пораниться.

ТЫ ПОТЕРЯЛСЯ В ТРАНСПОРТЕ. ЧТО ДЕЛАТЬ?

ЖЕЛЕЗНЫЕ ПРАВИЛА



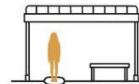
LizaAlert × @ дети

1

Если ты случайно уехал на транспорте без взрослых, выходи на следующей остановке и жди их.

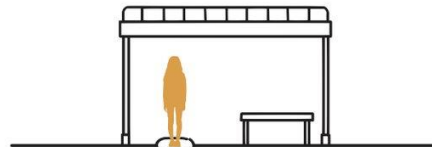


Никуда не уходи!



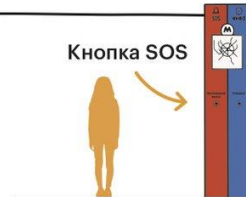
2

Если получилось наоборот — родители уехали, а ты остался на остановке — стой на месте.



3

Кнопка SOS



Если ты в метро, подойди к сине-красной стойке в центре зала, нажми кнопку SOS. Расскажи, что случилось, и жди родителей.

4



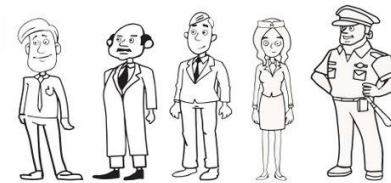
Держись рядом со взрослыми, вызывающими больше доверия: женщина с ребенком, полицейский. Если помнишь номер родителей, попроси у этих взрослых телефон и позвони.

5

Если не знаешь номер мамы и папы, выучи прямо сейчас.



6



Если ты ждешь очень долго, а родителей все нет, попроси помощи у сотрудника ближайшего магазина / аптеки / банка. Если ты в метро — то у дежурного по станции (у него есть табличка на груди) или у полицейского.

ЖЕЛЕЗНЫЕ ПРАВИЛА

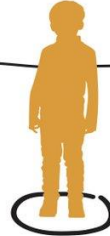


LizaAlert × @ дети

ТЫ ПОТЕРЯЛСЯ В ГОРОДЕ. ЧТО ДЕЛАТЬ?

1

Оставайся на месте!
Не надо бежать и искать родителей.



5



Попроси помощи у «безопасных» взрослых:
у полицейского / человека, который здесь работает / у женщины с ребенком.

2



Внимательно
осмотришься и громко
позови родителей.

6

Если телефона у тебя нет, попроси его
у «безопасных» взрослых и позвони
родителям. Если не знаешь их номера,
выучи сейчас.

3



Если у тебя есть
телефон, позвони
родителям и жди их.
Никуда не уходи.

7



Если все-таки забыл номера родителей,
попроси того, кто тебе помогает,
позвонить в службу спасения.

4



Если ты потерялся
на улице, зайди
в ближайший магазин
или офис.

8



Я БУДУ
СТОЯТЬ ЗДЕСЬ
И ЖДАТЬ МАМУ

ЖЕЛЕЗНЫЕ ПРАВИЛА



LizaAlert × @ дети

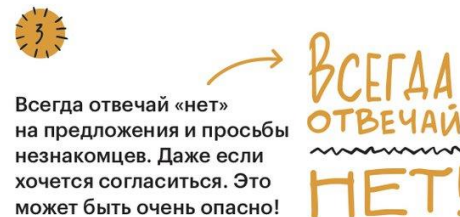
НЕЗНАКОМЫЙ ЧЕЛОВЕК ПРОСИТ ПОМОЧЬ. ЧТО ДЕЛАТЬ?



1 **Никогда** никуда не ходи с чужими людьми. Даже если они кажутся добрыми. Тем более если они зовут в чужой подъезд/квартиру/машину.



2 В свой подъезд/лифт с незнакомыми тоже не заходи. Скажи: «Извините, мне нельзя».



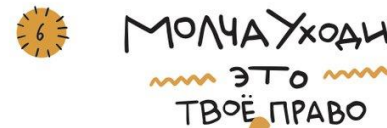
3 Всегда отвечай «нет» на предложения и просьбы незнакомцев. Даже если хочется согласиться. Это может быть очень опасно!



4 Чтобы отказывать было легче, выучи фразы «Извините, я спешу» и «Мне нельзя говорить с незнакомыми».



5 **Запомни:** взрослые не должны просить помощи у чужих детей.



6 Если стесняешься ответить — уходи молча.



8 Если человек ругается, что ты его не слушаешься, помни: слушаться надо только самых близких людей, а не всех подряд взрослых.

ТЫ ОДИН ДОМА, И В ДВЕРЬ
ЗВОНЯТ. ЧТО ДЕЛАТЬ?

ЖЕЛЕЗНЫЕ ПРАВИЛА



LizaAlert × @ дети

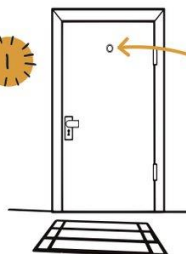
ДЗЫНЬ!!!
ДЗЫНЬ!!!

3



Если кто-то незнакомый
стучит/звонит в дверь,
сразу звони родителям.

1



Всегда смотри в глазок.
Даже если думаешь,
что за дверью родители.

4

112

Если не можешь дозвониться им
и считаешь, что ты в опасности, —
звони в службу спасения по номеру 112.



2

Никогда и ни за что не открывай дверь,
если не знаешь человека — что бы он
тебе ни говорил!

5

СЕКРЕТНОЕ СЛОВО

Если человек говорит, что он от мамы
с папой, попроси его назвать пароль
(заранее придумайте с родителями
слово, которое будете знать только вы).

Я ЗНАЮ, ЧТО НЕЛЬЗЯ

ПОЗВОЛЯТЬ
НЕЗНАКОМЫМ
ПРИКАСАТЬСЯ
КО МНЕ

САДИТЬСЯ
В МАШИНЫ
К ЧУЖИМ
ЛЮДЯМ

НАЗЫВАТЬ
НЕЗНАКОМЫМ
СВОЁ ИМЯ
И АДРЕС

ОТКРЫВАТЬ
ДВЕРЬ ЧУЖИМ
ЛЮДЯМ

БРАТЬ
У НЕЗНАКОМЫХ
ИГРУШКИ
И СЛАДОСТИ

РАЗГОВАРИВАТЬ
С НЕЗНАКОМЫМИ
ЛЮДЬМИ

Адрес свой и имя
наизусть я знаю.
Незнакомым людям
их не называю.

Если я один в квартире,
Дверь чужим не открываю!
Это правило простое
Никогда не забываю!

Не беру у незнакомца
Ни игрушек, ни конфет.
На чужие предложенья
Отвечаю смело "Нет"!

Не гуляю я с чужим,
Не хожу за руку с ним.

Я ЗНАЮ

**ЖЕЛАЕМ ХОРОШО И БЕЗОПАСНО
ПРОВЕСТИ ЛЕТО!**

