

Лето и безопасность ваших детей

Летом резко возрастает вероятность травм и отравлений. По необъяснимой причине детей неумолимо притягивают места и предметы, потенциально опасные для здоровья, а иногда и жизни - водоемы, канавы, колючие кусты, ядовитые растения, костры, трассы с оживленным движением. Учитывая все это, родителям постоянно надо быть начеку, не оставлять ребенка без присмотра. Отправляясь с ним на отдых, не забудьте взять с собой домашнюю аптечку и его медицинский страховой полис.

Солнце доброе и злое

Истосковавшись по теплу и свету, летом мы слишком много проводим времени под прямыми солнечными лучами, забывая об опасности ожогов и тепловом солнечном ударе. Еще до наступления жары следует приобрести детский защитный крем, предохраняющий кожу от избытка ультрафиолета. Солнечные ожоги вовсе не так безобидны, как думают многие.

Как защитить ребенка от солнечного ожога или теплового удара:

- ☑ выходя на улицу, обязательно одевайте ребенку панамку;
- ☑ необходим крем для загара с фактором защиты не менее 15 единиц;
- ☑ наносить защитный крем следует каждый час, а также всякий раз после купания, даже если погода облачная;
- ☑ в период с 10.00 до 15.00ч, на который приходится пик активности ультрафиолетовых лучей А и Б, лучше вообще не загарать, а посидеть в тени;
- ☑ даже если ребенок не обгорел в первые пять дней, срок пребывания на открытом солнце не должен превышать 30 мин.



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ДЕТСКОЙ ПЛОЩАДКЕ

ПОШЛИ ГУЛЯТЬ!

Каждый ребенок любит гулять на детской площадке: парить над землей на качелях, слетать с горы, кружиться на каруселях, возиться в песочнице! Обеспечить безопасность малышу на прогулке нам вполне по силам, просто надо стать немного внимательнее и осторожнее. Правила поведения на площадке заучить гораздо проще, чем правила дорожного движения, но пользы от них никак не меньше.

Держайте - и хороших вам прогулок!



КАЧЕЛИ:

- Держаться нужно двумя руками и очень крепко
- Не пытайся встать на ноги во время раскачивания
- Не спрыгивай с качелей
- Предупреждай, когда хочешь слезть
- Обходи стороной раскачанные качели
- Катая друг друга, раскачивай качели сбоку, а не спереди или сзади

КАРУСЕЛЬ:

- Держись крепко
- Сиди смирно
- Движущуюся карусель обходи стороной
- Не прыгай на ходу
- Садись только в предназначенные для этого сиденья
- Если раскручиваешь карусель (пустую или с детьми), то потом отойди в сторону



ДЕТСКАЯ ГОРКА:

- Кататься по одному
- Если ребята решили устроить 'паровозик', то обязательно под контролем взрослых и крепко держась друг за друга
- Если ребенок скатился, то следующий обязательно должен подождать, иначе он может сбить ногами предыдущего малыша
- Не толкайся



ПЕСОЧНИЦА:

- Не сыпать песок в глаза
- Не бить друг друга лопатками
- Не есть 'свареную' в ведерках еду



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ

Вода является важнейшим веществом на Земле, она занимает 71% ее поверхности. Вода – добрый друг и помощник человека. Но на воде нужно быть осторожным, соблюдать дисциплину и правила поведения.

Для купания детей выбирается место, где чистая вода; ровное песчаное или гравийное дно (без свай, коряг, острых камней, стекла, водорослей и ила); небольшая глубина (до 2 м); нет сильного течения (до 0,5 м/с).

Лучше всего купаться на специально оборудованных пляжах, в бассейнах, купальнях. Предварительно нужно ознакомиться с правилами внутреннего распорядка мест для купания.

Купание детей проводится под контролем взрослых.

Начинать купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17 – 19°C, воздуха

20 – 25°C.

Перед заплывом необходимо предварительно обтереть тело водой.

В холодную воду заходить нужно медленно, особенно если это первое купание в сезоне.

Пользоваться надувным матрасом (кругом) надо с особой осторожностью: матрас может неожиданно слутся или уплыть по течению далеко от берега.

В воде следует находиться 10 – 15 минут.

Нельзя устраивать в воде игры, связанные с захватами, шуточными утоплениями.

При грозе необходимо немедленно выходить из воды, потому что она притягивает электрический разряд.



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЕЗДЕ НА ВЕЛОСИПЕДЕ

1 СБИРАЯСЬ НА ВЕЛОПРОГУЛКУ, ОБЯЗАТЕЛЬНО НАДЕВАЙ:

- ШЛЕМ
- ПЕРЧАТКИ
- СВЕТО-ОТРАЖАЮЩУЮ ОДЕЖДУ

НАУШНИКИ И ПЛЕЕР ПРАЖЕ ОСТАВЬ ДОМА!

2 КРЕПКО ДЕРЖИ РУЛЬ ВЕЛОСИПЕДА ДВУМЯ РУКАМИ!

3 ЕЗДА «БЕЗ РУК» ПРИВОДИТ К ТРАВМАМ!

4 ВНИМАТЕЛЬНО СЛЕДИ ЗА ДОРОГОЙ И СОБЛЮДАЙ ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

5 ПОМНИ!

- ДЛЯ ПЕРЕДВИЖЕНИЯ ИСПОЛЬЗУЙ ВЕЛОДОРОЖКИ
- ТРОТУАР – ЭТО ТЕРРИТОРИЯ ПЕШЕХОДОВ
- ШОССЕ – ЗОНА АВТОМОБИЛИСТОВ

