

A decorative border of various flowers in shades of yellow, pink, and red runs vertically along the left and right edges of the page. The central area is white with the title text in a bold, black, serif font.

**Мое
безопасное
лето**

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

НЕ РАЗГОВАРИВАЙ С НЕЗНАКОМЦАМИ,
НЕ ВПУСКАЙ ИХ В ДОМ:

НЕ САДИСЬ В МАШИНУ К НЕЗНАКОМЦАМ;

НЕ ПРИНИМАЙ ОТ НЕЗНАКОМЫХ ЛЮДЕЙ
ПОДАРКИ, УГОЩЕНИЯ;

НЕ СЛЕДУЙ ЗА НЕЗНАКОМЦАМИ, ДАЖЕ ЕСЛИ
ОНИ ПРОСЯТ ПОМОЧЬ С ЧЕМ-ЛИБО;

НЕЗНАКОМЦЫ - ВСЕ, КОГО ТЫ НЕ ЗНАЕШЬ ЛИЧНО.
ДАЖЕ ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ГОВОРИТ, ЧТО ОН
ОТ ТВОИХ РОДИТЕЛЕЙ - НЕ СЛЕДУЙ ЗА НИМ

ЭКСТРЕННЫЕ ТЕЛЕФОНЫ

112 – Единый телефон «Службы спасения»
для всех мобильных операторов

004 или 8 (800) 200-01-22 - Телефон доверия
для детей, подростков и их родителей

Безопасность на природе в каникулы

Во время купания в водоёмах:

- Купаться только в присутствии взрослых и в специально отведённых местах.
- Не нырять в незнакомых местах.
- Не прыгать в воду после длительного пребывания на солнце. При резком охлаждении происходит сокращение мышц и может остановиться дыхание.
- Не подплывать к близко идущим судам, лодкам.
- Если подхватило течение, двигаться по диагонали к ближайшему берегу.

В жару и на ярком солнце:

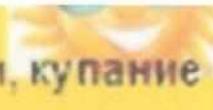
- Использовать солнцезащитные средства, обновлять их каждые 1,5–2 часа и после каждого захода в воду.
- Надевать головной убор и солнцезащитные очки.
- Не забывать пить воду.

В лесу:

- Выбирать яркую одежду, желательно с длинными рукавами, сапоги, платки, закрывающие голову и шею.
- Не отходить от взрослых.
- Не есть незнакомые ягоды и грибы.
- Всегда брать с собой запас воды, нож, спички, фонарик, компас, мини-аптечку.
- Если заблудились, попробовать вызвать спасателей, кричать, попытаться выйти на шум дороги или идти вдоль ЛЭП либо реки.

При укусах насекомых, клещей:

- Использовать средства, отпугивающие насекомых.
- Иметь с собой антисептик для обработки раны от укуса и антигистаминное средство. В случае зуда приложить холод.
- Если в ране осталось жало, его надо извлечь.
- Часто осматривать друг друга на наличие клещей.
- При сильной аллергической реакции, серьёзном отёке или укусе клеща обратиться к врачу.



Лето - лучшая пора для детей, это отдых в лагере, в деревне у бабушки, купание на водоемах, прогулки в лесу. Летний период несет в себе не только радость каникул, возможность загорать и купаться, но и высокие риски для детей. Поэтому на отдыхе помните элементарные правила безопасности:



в лесу

- не ходи в лес один
- возьмите с собой компас, спички, нож, соль



на речке

- не купайтесь без сопровождения взрослых
- не заплывайте за буйки
- не подплывайте близко к судам и лодкам



- не забудьте обязательно потушить костер, когда уходите из леса.



- не ныряй в местах с неизвестным дном
- не играй на воде в опасные игры
- не «топи» друзей и не ныряй глубоко

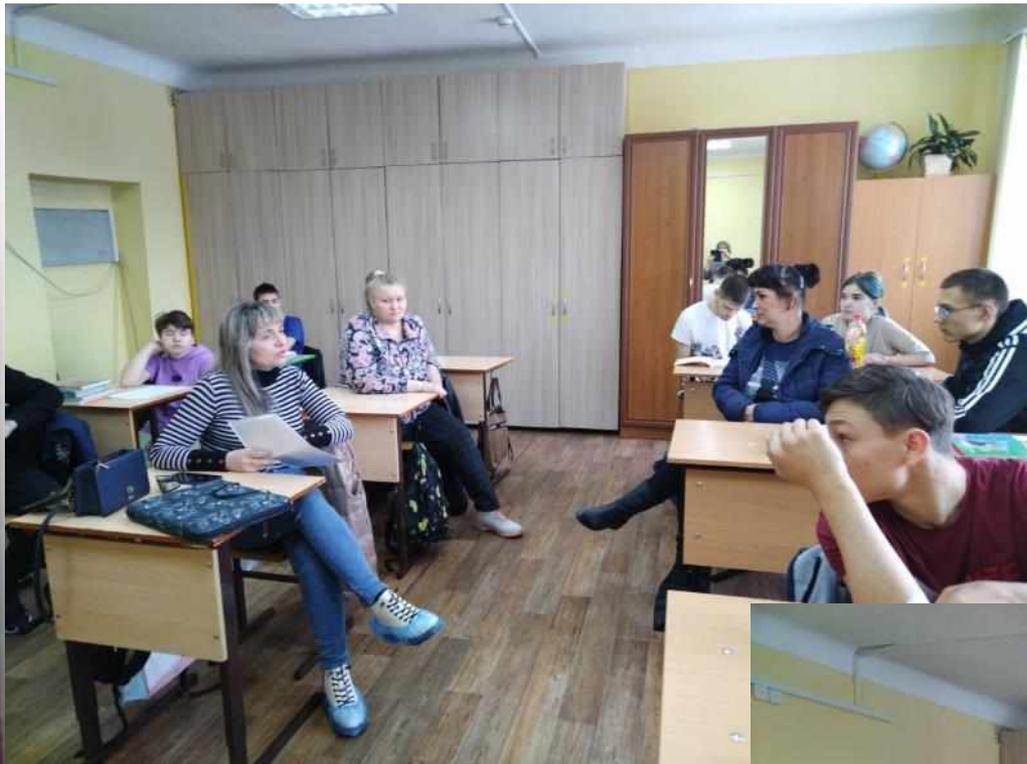
Порядок вызова пожарных и спасателей для абонентов сетей: Билайн, Мегафон, МТС, Скайлинк-112, с городских номеров - 101



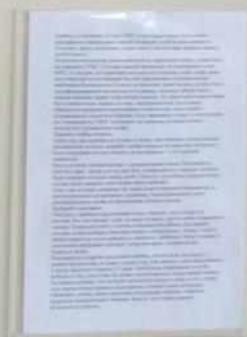
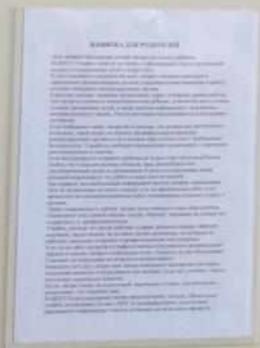
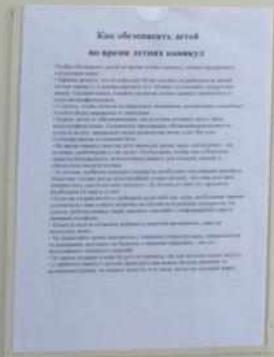
в жару

- нельзя долго находиться на солнце
- пейте больше воды
- обязательно носите головной убор

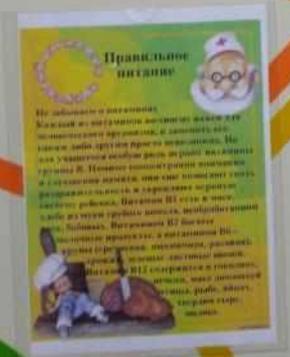
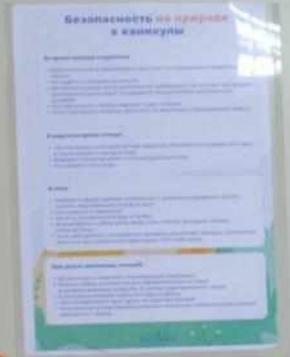




ИНФОРМАЦИЯ



СЕМЬЯ МОЁ И ШКОЛА БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО





БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО

КАК ВЕСТИ СЕБЯ В ЭКСТРЕННЫХ СЛУЧАЯХ?



СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

Иногда даже при коротком отдыхе на солнце может возникнуть солнечный удар. Это происходит из-за того, что человек находится в тени, а солнце находится высоко в небе. В этом случае человек чувствует слабость, тошноту, головную боль, головокружение, учащенное сердцебиение, повышение температуры тела. Если человек находится в тени, то солнечный удар не грозит, а если человек находится на солнце, то солнечный удар может возникнуть.

СОЛНЕЧНЫЙ ОЖЕГ

Солнечный ожог возникает из-за длительного пребывания на солнце. Это происходит из-за того, что человек находится на солнце в течение длительного времени. В этом случае человек чувствует боль, покраснение, отек и зуд. Если человек находится на солнце в течение длительного времени, то солнечный ожог может возникнуть.

НЕПРИЯТНОСТИ НА ВОДЕ

Если человек долго находится в воде, то может возникнуть неприятность. Это происходит из-за того, что человек находится в воде в течение длительного времени. В этом случае человек чувствует слабость, тошноту, головную боль, головокружение, учащенное сердцебиение, повышение температуры тела. Если человек находится в воде в течение длительного времени, то неприятности могут возникнуть.

ВЫВИХИ И ПЕРЕЛОМЫ

Случайно можно получить вывих или перелом. Это происходит из-за того, что человек находится в воде в течение длительного времени. В этом случае человек чувствует боль, покраснение, отек и зуд. Если человек находится в воде в течение длительного времени, то вывихи и переломы могут возникнуть.

СИНЯКИ

Первые дни после отдыха на море могут возникнуть синяки. Это происходит из-за того, что человек находится на солнце в течение длительного времени. В этом случае человек чувствует боль, покраснение, отек и зуд. Если человек находится на солнце в течение длительного времени, то синяки могут возникнуть.

ССАДИНЫ

Ссадины возникают из-за длительного пребывания на солнце. Это происходит из-за того, что человек находится на солнце в течение длительного времени. В этом случае человек чувствует боль, покраснение, отек и зуд. Если человек находится на солнце в течение длительного времени, то ссадины могут возникнуть.

"ПОЛЕТ" С ДЕРЕВА

Случайно можно получить "полет" с дерева. Это происходит из-за того, что человек находится на солнце в течение длительного времени. В этом случае человек чувствует боль, покраснение, отек и зуд. Если человек находится на солнце в течение длительного времени, то "полет" с дерева может возникнуть.

НАСЕКОМЫЕ

Насекомые могут вызвать неприятности. Это происходит из-за того, что человек находится на солнце в течение длительного времени. В этом случае человек чувствует боль, покраснение, отек и зуд. Если человек находится на солнце в течение длительного времени, то насекомые могут вызвать неприятности.

ОТРАВЛЕНИЕ

Отравление может возникнуть из-за длительного пребывания на солнце. Это происходит из-за того, что человек находится на солнце в течение длительного времени. В этом случае человек чувствует боль, покраснение, отек и зуд. Если человек находится на солнце в течение длительного времени, то отравление может возникнуть.

Не стоит думать, что отпуск с ребенком состоит из одних невзгод и опасностей. Но зная, как действовать в случае неприятностей, нужно именно для того, чтобы спокойно отдыхать.

