

# Памятка по безопасности на летних каникулах

## Дома без родителей:

- ◆ Не открывать двери незнакомцам. Если ситуация кажется критической (например, они представляются соседями снизу и говорят, что их квартиру заливают), звонить родителям и спрашивать, как поступить.
- ◆ Ни на секунду не оставлять без присмотра опасную бытовую технику: чайник, греющийся на плите, включённый утюг и т.п.
- ◆ Быть предельно осторожными на балконе и рядом с открытыми окнами: не играть вблизи, не баловаться и т.п.
- ◆ Если началась гроза, закрыть окна, не использовать приборы, включённые в розетку, отложить принятие ванны и другие контакты с водой.

## 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.

## Во время катания на велосипедах, самокатах и т.п.:

- ◆ Кататься в защитной амуниции.
- ◆ С 7 до 14 лет ездить только по тротуарам, велосипедным дорожкам и в пешеходной зоне.
- ◆ С 14 лет можно ехать по обочине или правому краю проезжей части, но только в тех местах, где разрешено движение велосипедистов.
- ◆ Помнить, что на тротуарах пешеходы всегда имеют приоритет. В плотном потоке людей лучше спешиться.
- ◆ Пересекать дорогу только по пешеходным переходам и обязательно спешиться.
- ◆ Не перевозить пассажиров.
- ◆ В тёмное время суток пользоваться одеждой со светоотражателями.

## Во время купания в водоёмах:

- ◆ Купаться только в присутствии взрослых и в специально отведённых местах.
- ◆ Не нырять в незнакомых местах.
- ◆ Не прыгать в воду разгорячённым. При резком охлаждении сокращаются мышцы и может остановиться дыхание.
- ◆ Не подплывать к близко идущим судам, лодкам.
- ◆ Если подхватило течение, двигаться по диагонали к ближайшему берегу.

# Памятка по безопасности на летних каникулах

## В лесу:

- ◆ Выбирать яркую одежду, желательно с длинными рукавами и плотными манжетами, 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.
- ◆ Чтобы не подхватить клеща, держаться подальше от высокой травы и кустарников.
- ◆ Часто осматривать друг друга на наличие клещей.
- ◆ Иметь с собой антисептик для обработки раны и антигистаминное средство.
- ◆ В случае зуда приложить холод.
- ◆ Если в ране осталось жало, извлечь его.
- ◆ При сильной аллергии, серьёзном отёке или укусе клеща обратиться к врачу.

## При встрече со змеями:

- ◆ Не ходить на природе босиком.
- ◆ Внимательно смотреть под ноги.
- ◆ При поиске ягод и грибов не раздвигать траву руками (использовать палку).
- ◆ Чаще всего укус змеи — это оборона. Если не трогать змею, она не укусит.
- ◆ Укус ядовитой змеи вызывает резкую нарастающую боль. На месте укуса быстро возникают кровоподтёк, отёк, по ходу лимфатических сосудов появляются красные полосы. Могут появиться сухость во рту, жажда, сонливость, рвота, понос.
- ◆ Пострадавшего сразу уложить на землю и обеспечить неподвижность укушенной конечности.
- ◆ Вызвать скорую помощь или самостоятельно доставить пострадавшего в больницу.
- ◆ Нельзя прикладывать холод, отсасывать яд, накладывать жгут, делать надрезы, прижигать рану.