

Профилактика детского травматизма в летний период

1. Правила поведения на воде

Лето - ты прекрасно, когда безопасно!
Чтобы избежать летних травм, выполняйте эти ПРАВИЛА

НА ВОДЕ

	НЕ БАЛУЙСЯ НА ВОДЕ		ПРИ КАТАНИИ НА ЛОДКАХ И ЛОВЛЕ РЫБЫ С ЛОДОК НАДЕВАЙ СПАСАТЕЛЬНЫЙ ЖИЛЕТ
	НЕ ИГРАЙ НА ВЫСОКИХ БЕРЕГАХ		НЕ КУПАЙСЯ И НЕ НЫРЯЙ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ
	НЕ ЗАХОДИ ГЛУБОКО ВОДУ		НИКОГДА НЕ ПЛАВАЙ БЕЗ ПРИСМОТРА ВЗРОСЛЫХ
			НЕ ПОЛЬЗУЙСЯ НА ВОДЕ НЕПЛАВАЮЩИМИ ИГРУШКАМИ



2. Профилактика теплового и солнечного удара

Чтобы уберечься от солнечного и теплового удара необходимо соблюдать несколько несложных правил:

1. По возможности не выходите из дома с 11 до 17 часов дня.
2. Носите одежду из натуральных тканей (хлопок, лен и др.).
3. Обязательно прикрывайте голову легкой, светлой шляпой, панамой, шапочкой с козырьком, косынкой. Глаза защищайте темными очками.
4. Соблюдайте правильный питьевой режим; неограниченное беспорядочное питье не только не утоляет жажды, но и перегружает сердце. Лучше всего пить подкисленный чай, квас, соки, минеральную воду. При выходе из дома берите воду с собой.
5. Используйте крема с солнцезащитным фактором, это не дань моде, а необходимость.
6. Не находитесь на солнце на голодный желудок и сразу после еды.



3. Правила катания на велосипеде, роликах и самокате

- ПЕРЕД КАТАНИЕМ УБЕДИСЬ, ЧТО НЕТ НЕИСПРАВНОСТЕЙ
 - РОЛИКОВЫЕ КОНЬКИ ЗАСТЕГНИ НАДЕЖНО
 - НАДЕВАЙ СРЕДСТВА ЗАЩИТЫ (ШЛЕМ, НАКОЛЕННИКИ И НАЛОКОТНИКИ)
 - ВЕЧЕРОМ И В ПАСМУРНУЮ ПОГОДУ НАДЕВАЙ СВЕТОВОЗВРАЩАТЕЛИ, ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ СТОЛКНОВЕНИЯ
 - НЕ МЕШАЙ ДВИЖЕНИЮ ПЕШЕХОДОВ, КАТАЙСЯ ВДАЛИ ОТ ДОРОГИ И МНОГОЛЮДНЫХ МЕСТ
 - НЕ КАТАЙСЯ ПО ЛУЖАМ, ПЕСКУ И МОКРОМУ АСФАЛЬТУ, ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ ПАДЕНИЙ
 - НЕ ПЕРЕЕЗЖАЙ ДОРОГУ НА ВЕЛОСИПЕДЕ, СКЕЙТБОРДЕ И САМОКАТЕ, ПЕРЕХОДИ ЕЕ ПЕШКОМ ТОЛЬКО ПО ПЕШЕХОДНОМУ ПЕРЕХОДУ
- Согласно правилам дорожного движения, детям до 14 лет разрешено ездить на велосипеде только по тротуарам и пешеходным зонам, пешеходным, велосипедным и велопешеходным дорожкам и запрещено ездить по проезжей части.
 - Дети до 7 лет должны быть в сопровождении взрослых.
 - Детям старше 14 лет разрешено двигаться по велосипедной и велопешеходной дорожкам и полосе для велосипедистов. В случае их отсутствия допустимо ехать по правому краю проезжей части.



4. Осторожно! Открытое окно!

ОТКРЫТОЕ ОКНО – ОПАСНОСТЬ ДЛЯ РЕБЕНКА!

Для создания безопасной среды в квартире, где есть малыш, необходимо соблюдать следующие правила:

- 1 Открывая окна, убедитесь, что ребенок находится под присмотром
- 2 Никогда не оставляйте спящего ребенка одного в квартире
- 3 Не показывайте ребенку, как открывается окно
- 4 Не разрешайте ребенку выходить на балкон без сопровождения взрослых
- 5 Противомоскитная сетка создаёт ложное чувство безопасности
- 6 Открывайте преимущественно форточки, пластиковые окна - открывайте вверх
- 7 Отодвиньте всю мебель от окон
- 8 Установите фиксаторы, блокираторы окон
- 9 Поставьте на подоконник цветы или предметы
- 10 Установите надёжные ограждения на окнах и балконах



Безопасность детей – зона ответственности взрослых!!!