

Памятка для родителей о безопасности детей в каникулярное время

С началом каникул наших детей подстерегает повышенная опасность на дорогах, улицах, во дворах, на игровых площадках, дома, у водоемов, в лесу, в саду (на дачах) и т.д. Этому способствует любопытство детей, наличие свободного времени, поездки, а главное отсутствие должного контроля со стороны взрослых.

Чтобы дети были отдохнувшими и здоровыми при организации их отдыха с родителями, родственниками, друзьями, надо помнить ряд правил и условий, соблюдение которых поможет сохранить жизнь. Проведите с детьми индивидуальные беседы, изучите и объясните наиболее важные и трудные моменты этих правил, формируйте у детей навыки обеспечения личной безопасности и решите проблему свободного времени детей.

Уважаемые родители!

- постоянно будьте в курсе, где и с кем ваш ребенок, контролируйте место пребывания детей;
- убедите ребенка, что вне зависимости от того, что произошло, вы должны знать о происшествии, ни в коем случае не сердитесь, всегда примите его сторону. Объясните, что некоторые факты никогда нельзя держать в тайне, даже если они обещали хранить их в секрете.

Помните и научите детей правилам безопасного поведения ребёнка дома:

- Не открывать дверь людям, которых не знаешь.
- Не входить с незнакомым человеком в подъезд, лифт.
- Не оставлять без присмотра включенные электроприборы и не дотрагиваться до них мокрыми руками.
- Не пользоваться неисправными электронагревательными приборами.
- Не трогать экраны включенного телевизора и компьютера. На экране может скопиться статический электрический заряд, и тогда может ударить током. Пользование бытовой электротехникой осуществляется с разрешения и под контролем взрослых. Уходя из дома, не забывать выключать все электроприборы.
- Избегать контакта с газовой плитой. При запахе бытового газа нельзя трогать выключатели и пользоваться спичками. Надо покинуть помещение и вызвать на помощь взрослого (тел. 04, 112).
- Аккуратно и осторожно пользоваться чайником и кастрюлями с горячей водой.
- Не играть со спичками, свечами и зажигалками. В случае возникновения пожара срочно вызвать пожарную охрану 01 и немедленно покинуть помещение.

- Нельзя нюхать, трогать руками, пробовать на язык неизвестные жидкости, спиртосодержащие напитки, порошки, пасты, наркотические, психотропные и другие опасные для жизни и здоровья вещества.

- Ограничьте время проведения своего ребенка за компьютером без отдыха (для подростка: 40 минут работы – 10 минут перерыв). Общая продолжительность работы не должна превышать 1,5-2 часа в день.

- Использование интернета не всегда безопасно. Родители должны знать, какие сайты открывает ребенок, кто его «новые» знакомые в сетях. Виртуальные мошенники могут использовать ваши персональные данные, причинить большой вред родным и близким.

Ежедневно повторяйте ребёнку правила поведения на улице:

- Не уходить далеко от своего дома, двора.

- Не брать ничего и не разговаривать с незнакомыми людьми на улице. Сразу отходить в сторону. Ребенок имеет полное право сказать «нет» всегда и кому угодно, если этот «кто-то» пытается причинить ему вред.

- Не гулять до темноты. Не играть в заброшенных, безлюдных и запрещенных местах.

- Обходить компании незнакомых подростков.

- Избегать безлюдных мест, оврагов, пустырей, заброшенных домов, сараев, чердаков, подвалов.

- Не садиться в чужую машину с незнакомыми людьми.

- Не стесняться звать людей на помощь на улице, в транспорте, в подъезде.

- В минуту опасности, когда ребенка пытаются схватить, он может применить силу, кричать, вырваться, убежать.

- Не пользоваться фейерверками, бенгальскими огнями и другими пиротехническими средствами без взрослых.

- При обнаружении незнакомых подозрительных и взрывоопасных предметов нельзя брать их в руки, нужно немедленно сообщить о них взрослым.

- Проявляйте осторожность и соблюдайте все требования безопасности, находясь с детьми на игровой или спортивной площадке.

Будьте предельно внимательными на дороге и в общественном транспорте:

- Ходить по улице следует спокойным шагом, придерживаясь правой стороны тротуара;

- Переходить дорогу можно только по пешеходному тротуару на зеленый сигнал светофора, убедившись, что все автомобили остановились;

- Проезжая часть предназначена только для транспортных средств;

- В общественном транспорте нельзя высовываться из окон, выставлять руки и какие-либо предметы.

- Соблюдайте правила дорожного движения, чтобы не стать жертвой или виновником дорожно-транспортного происшествия.

- Запрещается ездить на автодорогах на велосипедах, мопедах, скутерах без соответствующего разрешения.

Помните! Детям, не достигшим 14 лет, запрещено управлять велосипедом

на автомагистралях и приравненных к ним дорогам, а детям, не достигшим 16 лет, скутером (мопедом).

- Запрещается управлять автомобилем без водительских прав.

- Нельзя пересекать железнодорожный путь в неустановленном месте. Не разрешайте играть вблизи железной дороги.

Помните и научите детей правилам безопасного поведения у водоемов:

Плавание и игры на воде кроме удовольствия могут нести угрозу жизни и здоровью детей.

- Детей к водоемам без присмотра со стороны взрослых допускать нельзя.
- Когда ребенок в воде, не спускайте с него глаз, не отвлекайтесь - подчас минута может обернуться трагедией.

- Обязательно объясните детям, что они не должны нырять в незнакомом месте с берега, на мели или с перил ограждения;

- Взрослый, который присматривает за купающимися детьми, должен сам уметь плавать, оказывать первую помощь, владеть приемами проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

- При проведении купания детей во время походов, прогулок и экскурсий в летнее время выбирается тихое, неглубокое место с пологим и чистым от коряг, водорослей и ила дном;

- Решительно пресекайте шалости детей на воде.

- Не используйте плавсредства (надувные матрацы и камеры) для купания своего ребенка.

- Не подплывайте к дебаркадерам, баржам, судам – может затянуть под днище.

- Не плавайте в лодке с ребенком без спасательных средств (спасательного жилета или круга).

- Не зная брода, не переходите речку, можно попасть в яму.

Безопасность детей на солнце.

- В солнечный день не выходите на улицу без головного убора. Ориентировочно с 10:00 до 16:00 часов самая большая активность солнца, поэтому в это время старайтесь, чтобы ребенок не находился долго под воздействием его прямых лучей.

- Солнцезащитные средства наносите минут за 15-20 до выхода на улицу и после купания. Применяйте защиту уровня SPF-20 или SPF-30, при этом старайтесь использовать максимально безопасные средства, разрешенные для применения детям.

- Носите с собой воду и пейте, избегая сладкой воды, т.к. она вызывает еще большую жажду.

- Следите за ребенком, чтобы он не перегревался и не обгорел, при первых признаках покраснения коду уведите в тень.

Если долго находиться на солнце, может наступить тепловой удар. При этом наблюдается слабость, головная боль, тошнота, рвота, учащается пульс, расширяются зрачки, возможен обморок, повышается температура тела до 39-40 градусов. Необходимо удалить пострадавшего из зоны перегревания на открытое и хорошо проветриваемое место, смочить лицо холодной водой,

освободить верхнюю одежду, срочно доставить в лечебное учреждение.

- Старайтесь больше гулять в тенистых местах, используйте свободную хлопчатобумажную одежду.

- Всегда держите в аптечке средство от ожогов.

- Если вы защищаете глаза ребенку солнцезащитными очками, то применяйте качественные модели со стеклом, дешевые подделки из пластика могут нанести большой вред зрению.

Внимание! Опасные насекомые!

- От укусов клещей поможет защититься одежда, закрывающая ноги и руки. Применяйте специальные средства по отпугиванию насекомых.

- Избегайте контакта с осами, пчелами, шмелями и шершнями, их укусы болезненны и могут вызвать аллергическую реакцию вплоть до анафилактического шока. Держите в аптечке всегда антигистаминное средство и средство для лечения укусов насекомых.

Будьте предельно осторожны в походе, в лесу и на даче:

Обратите внимание детей на наиболее распространенные случаи пожаров из-за неосторожного обращения с огнем:

- детская шалость с огнем;
- непотушенные угли, шлак, зола, костры;
- непотушенные окурки, спички;
- сжигание мусора владельцами дач и садовых участков на опушках леса;
- поджог травы, короткое замыкание, эксплуатация электротехнических устройств, бытовых приборов, печей.

Избегайте пищевых отравлений:

- Приучите ребенка мыть руки перед каждым приемом пищи.
- Не употребляйте на жаре скоропортящиеся продукты, особенно мясо, которое может превратиться в яд уже после 20 минут нахождения на солнце.
- Старайтесь больше употреблять овощей, фруктов и ягод. Мойте их тщательно, перед тем как употребить в пищу.
- Будьте осторожны при употреблении грибов. При отравлении грибами экстренно вызывайте «Скорую помощь».

Остерегаемся травм!

- При занятии активными видами спорта: езда на скейте, роликах, велосипеде – обеспечьте ребенку надежную защиту уязвимых мест. Для этого надо использовать шлем, наколенники, налокотники, защиту ладоней и др.

- При езде на роликах обращайте внимание на то, чтобы они надежно фиксировали лодыжку, которую ребенок может вывихнуть. Обучите сами ребенка технике правильного падения в критической ситуации или обратитесь к инструктору.

- При использовании любого спортивного инвентаря следите, чтобы он был исправен и соответствовал возрасту ребенка.

- На глаз обнаружить у ребенка перелом не так то и просто даже специалисту, поэтому если ребенок достаточно сильно травмировался, то лучше как можно быстрее показать его травматологу.

- Синяки, царапины и ссадины сопровождают летом многих детей. Важно

оперативно их промывать и обрабатывать антисептиком. К месту ушиба надо быстро приложить холодный предмет или полить его холодной водой, чтобы снизить боль.

Сохранение жизни и здоровья детей - главная обязанность взрослых.

Пожалуйста, сделайте все, чтобы каникулы Ваших детей прошли благополучно, отдых не был омрачен.

Помните, что от природы дети беспечны и доверчивы. Внимание у детей бывает рассеянным. Поэтому, чем чаще вы напоминаете ребенку несложные правила поведения, тем больше вероятность, что он их запомнит, и будет применять. Вы должны регулярно их напоминать.

**Памятка для родителей
о безопасности детей на объектах железной дороги**

В 2020 году на объектах железнодорожной инфраструктуры от воздействия движущегося подвижного состава и электротока травмировано 140 граждан, в том числе со смертельным исходом пострадало 106 человек.

Особую тревогу вызывает травмирование несовершеннолетних граждан на железной дороге. Поскольку в беде, которая случается с подростком, всегда есть вина взрослых, которые не разъясняют детям реальность угрозы, возможные трагические последствия неосмотрительности, не контролируют, где и с кем дети проводят свободное время, какие развлечения себе выбирают, а также нередко сами показывают несовершеннолетним не достойный для подражания пример.

Несмотря на принимаемые Горьковской железной дорогой меры за 12 месяцев 2020 года на объектах инфраструктуры Горьковской железной дороги пострадало 9 несовершеннолетних, из них 6 подростков смертельно. За аналогичный период 2019 года было травмировано 16 подростков, в том числе 8 детей смертельно.

В целях предупреждения травмирования детей необходимо объяснить подросткам, что:

- запрещено переходить железнодорожные пути перед приближающимся поездом, необходимо ходить только в установленных местах по пешеходным переходам и мостам;

- не допускается детям играть вблизи железнодорожных путей, а также на мостах;

- категорически запрещено подниматься на вагоны и цистерны стоящих поездов, так как можно попасть в опасную зону воздействия высокого напряжения 27000 В от линий контактной сети;

Рекомендуем довести до подростков, что применение наушников и разговоры по мобильному телефону около железнодорожных путей не позволят своевременно услышать приближение поезда и может привести к травмированию и гибели.

Соблюдение правил безопасности на железной дороге позволит сохранить здоровье и жизнь ваших детей!

Памятка для родителей о безопасности детей на водных объектах

Общие правила:

Рекомендуется купаться утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегревания. Температура воды должна быть не ниже + 17... 19 С, в более холодной - находиться опасно.

Следует плавать не более 20 минут, при этом это время должно увеличиваться постепенно, начиная с 3-4 минут.

Не доводите себя до озноба. При переохлаждении могут возникнуть судороги, остановка дыхания, потеря сознания. Лучше купаться несколько раз по 15-20 минут.

Тяжелая пища и алкоголь непозволительны, если вы решились плавать.

Категорически запрещается купание в затопленных карьерах, каналах, озерах, пожарных водоемах, прудах, морских акваториях и других водоемах, которые не имеют оборудованных пляжей сезонными спасательными постами.

Если нет поблизости оборудованного пляжа, выбирайте безопасное для купания место с постепенным уклоном и твердым и чистым дном. В воду заходите осторожно. Никогда не ныряйте в незнакомых местах, специально не оборудованных.

Если вы не умеете плавать — не следует чрезмерно доверять себя надувным матрасам, автомобильным камерам и прочим подручным плавсредствам. Во первых, в самый неподходящий момент они могут лопнуть. Во вторых, течением и ветром вас может отнести далеко от берега.

Если отдыхаете с ребенком:

– Никогда не позволяйте ребенку купаться одному. Его должен сопровождать взрослый или другой ребенок, который сможет поднять тревогу, если внезапно произойдет несчастный случай, который могут не заметить мастер-пловец, спасатель или другие купальщики.

– Дети любят кататься на самодельных плотках, надувных матрацах и камерах. Это также таит в себе опасность. Самодельный плот может в любой момент перевернуться, а надувные матрацы и камеры может легко унести ветром далеко от берега. При катании на лодке нельзя в ней баловаться, раскачивать ее, вставать, меняться местами, перегибаться через борт.

– Обязательно узнайте глубину места, где Вы собираетесь купать ребенка. Не купайте ребенка (и не купайтесь сами) сразу после еды.

– Наблюдайте при купании за детьми - особенно если на пляже много людей.

– Дети до 5 - 6 лет очень часто пребывают на пляже голенькими. Для

того, чтобы Вы могли легко следить за своим ребенком, наденьте на берегу на него яркую панаму, девочке можно завязать волосы яркой резинкой или бантом. Когда ребенок плавает, надевайте на него легкоотличимые от других нарукавники или круг.

- Детям более старшего возраста покупайте яркие и заметные плавки, купальники.
- Не позволяйте детям заплывать на большую глубину.
- Сейчас в продаже имеется достаточно большое количество надувных плавсредств. При покупке следует обращать внимание на то, чтобы плавсредство состояло из нескольких независимых надувных частей, - при повреждении одного из них ребенка будет держать на воде неповрежденная часть.
- Входить в воду следует постепенно (не нырять), начиная с обрызгивания ног, затылка, грудной клетки ребенка.
- Ныряния запрещаются купальщикам, которые недавно перенесли отит или прободение барабанной перепонки, головокружения, а также детям, перенесшим легкое головокружение или аллергические расстройства.
- Вне бассейна можно нырять только после обследования дна (глубины, препятствий).

Несколько правил самоспасения на воде:

- Хлебнув воды, не паникуйте, а постарайтесь приблизиться к берегу. Встать на дно и откашляться.
- Если вы заплыли далеко и чувствуете, что нет сил вернуться обратно, главное не терять самообладание. Необходимо перевернуться на спину, успокоиться, отдохнуть и восстановить дыхание. После этого спокойно плыть к берегу, время от времени отдыхая на спине, поднимая вверх руки, махать, стараться привлечь к себе внимание.
- Если подхватило сильное течение – не надо напрасно тратить силы и не бороться с течением. Следуя за потоком, по диагонали двигаться к берегу, к излучине реки. В море могут встретиться отмели с обратным течением, скрытые от глаз. Не пугайтесь, попав в такое течение. Пусть оно несет, пока его скорость не снизится. Тогда нужно повернуть и плыть вдоль берега, пока не выберетесь.
- Если внезапно упали в воду – задержите дыхание, чтобы не нахлебаться воды; избавиться от обуви и тяжелой одежды, чтобы она не тянула ко дну; резиновые сапоги можно использовать как воздушные подушки, сняв их и перевернув голенищами вниз, зажать под мышками; добираться к берегу, плывя по течению по диагонали.

Правила катания на лодке

- Нельзя выходить в плавание на неисправной и полностью необорудованной лодке.
- Перед посадкой в лодку, надо осмотреть ее и убедиться в наличии весел, руля, уключин, спасательного круга, спасательных жилетов по числу пассажиров, и черпака для отлива воды.
- Посадку в лодку производить, осторожно ступая посреди настила.

- Садиться на балки (скамейки) нужно равномерно.
- Ни в коем случае нельзя садиться на борт лодки, пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, раскачивать лодку и нырять с нее.
- Запрещается кататься на лодке детям до 16 лет без сопровождения взрослых, перегружать лодку сверх установленной нормы для этого типа лодки, пересекать курс моторных судов, близко находиться к ним и двигаться по судовому ходу.
- Опасно подставлять борт лодки параллельно идущей волне. Волну надо «резать» носом лодки поперек или под углом. Если лодка опрокинется, в первую очередь нужно оказать помощь тому, кто в ней нуждается. Лучше держаться всем пассажирам за лодку и общими усилиями толкать ее к берегу или на мелководье.