



Уважаемые родители!

Обучайте ребенка ПРАВИЛАМ ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ!



От этого зависят его жизнь и здоровье!

Помните:

Ребенок плохо распознает источник звука. Он может не услышать подъезжающий транспорт или не понять, с какой стороны он приближается.

Поле зрения ребенка уже, чем у взрослого. Он может не заметить приближающихся машин издалека.

Реакция ребенка медленнее, чем у взрослого. Малышу надо в 3-4 раза больше времени, чтобы осознать опасность и остановиться.

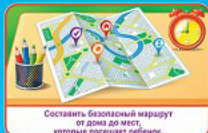
Жизненно важно:



Служить положительным примером. Никогда не нарушать правила, особенно на глазах ребенка.



Объяснять правила дорожного движения. Проверять, насколько хорошо ребенок их усвоил. Закреплять объяснения практикой как можно чаще.



Составить безопасный маршрут от дома до мест, которые посещает ребенок.



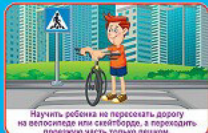
Рассказать ребенку, что даже на зеленый сигнал светофора необходимо переходить дорогу осторожно и уступать дорогу спецтранспорту с включенной сиреной (машины скорой помощи, полицейской и пожарной машины).



Донести до ребенка мысль, что переход дороги – опасное дело, требующее повышенного внимания. Необходимо остановиться перед проезжей частью и оценить дорожную ситуацию. Прекратить разговоры, убрать телефон, книгу, наушники – всё, что может отвлекать.



Рассказать, что в условиях ограниченной видимости нельзя выходить на проезжую часть, чтобы лучше ее рассмотреть. Нельзя выходить на дорогу по-за припаркованных машин или кустов. Нужно идти до места, откуда дорога хорошо просматривается.



Научить ребенка не пересекать дорогу на велосипеде или скейтборде, а переходить проезжую часть только пешком.



Убедиться, что одежда и вещи ребенка содержат светоотражающие элементы.



Крепко держать за руку маленьких детей, но ослабив хватку, пока вы не окажетесь на тротуаре.



Разъяснить ребенку, что нельзя нарушать правила задом с товарищем или на спор и следовать за толпой, если она движется вопреки ПДД.



Объяснить, что нельзя играть у дороги и выбегать на проезжую часть за укатившимся мячом или убежавшей собакой. Ребенок должен знать, что человеческая жизнь дороже.

ПАМЯТКА ЮНОГО ПЕШЕХОДА

Дорогой друг! Помни, что дорога не прощает беспечности! Нарушение правил дорожного движения ведет к трагедии. Недисциплинированные пешеходы подвергают опасности себя и других участников движения.



Переходи проезжую часть улицы только в установленных местах, обозначенных дорожным знаком «Пешеходный переход» и «Зебра»;



Стоя на тротуаре, посмотри налево, затем направо, убедись в отсутствии транспорта и начни переходить дорогу. Дойдя до середины проезжей части, снова посмотри налево.



Переходи дорогу быстрым шагом, но не бегом!



В неблагоприятную погоду (дождь, снег, гололед, туман) переходи дорогу внимательнее, обзор снижается из-за непогоды, так же тебе может мешать капюшон, поднятый воротник или зонт;



В местах, где движение регулируется светофором, строго следуй его сигналам!;



Услышав звук приближающейся сирены, не выходи на проезжую часть. Подожди пока проедет автомобиль оперативной службы. Помни, специальный транспорт движется на повышенной скорости;



Утренние и вечерние сумерки уменьшают видимость и замедляют реакцию водителя, никогда не рассчитывай на внимание водителя, надейся только на себя;

Соблюдение правил дорожного движения – залог твоей безопасности!



Фликер – световозвращающий элемент, который отражается в свете фар автомобиля и позволяет водителю увидеть пешехода. Носи фликер, будь заметен на дороге!



ВНИМАНИЕ!!!!!!!!!!

для родителей и школьников

Правила личной безопасности при нахождении на объектах железнодорожного транспорта



Не оставляете детей без присмотра вблизи железнодорожных путей, на посадочных платформах, в вагонах!

Посадку и высадку из вагонов осуществляете только со стороны перрона или посадочной платформы, обязательно дождитесь полной остановки поезда. Малолетних детей держите за руку или на руках.



Находясь в электропоезде, не препятствуйте закрытию автоматических дверей, так как от неожиданного толчка можно упасть под поезд!

Нельзя бросать камни и другие посторонние предметы в окна поездов. От этого машинист может потерять способность вести поезд, и могут пострадать пассажиры!

Не допускайте, чтобы дети играли и катались на велосипедах и самокатах вблизи железнодорожной линии.

Запомните, что железнодорожный транспорт является источником повышенной опасности, поэтому, находясь на железной дороге и в поезде не нарушайте

ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ!!!!

ПОЖАР МОЖЕТ ВОЗНИКНУТЬ В ЛЮБОМ МЕСТЕ И В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ. ПОТОМУ К ЧС НУЖНО БЫТЬ ГОТОВЫМ ВСЕГДА!



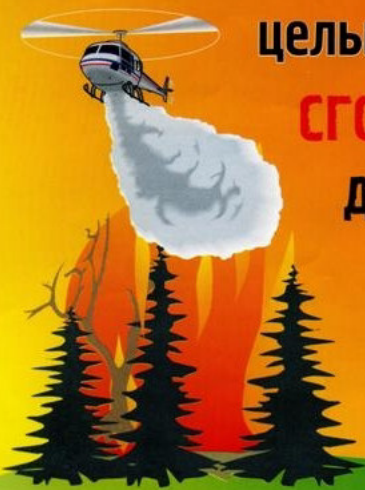
ПАМЯТКА для детей



ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

**Мы вчера ходили в лес,
после нас он вдруг исчез.**

**Так от нашего костра
целый лес
СГОРЕЛ
ДОТЛА**



ЗАПОМНИ простые правила,
которые помогут спастись
ОТ ОГНЯ И ДЫМА...

Если пожар случится в твоей
квартире, немедленно убегай:
на улицу или к соседям.

Нет возможности выйти через
дверь - спасайся на балконе
или возле открытого окна.

Ни в коем случае **не прячься**
под кроватью или в шкафу:
пожарные не смогут тебя найти.

Тушить огонь - дело взрослых, но
вызвать пожарных можешь сам.

Набери номер "01". Назови свое
имя и адрес. Не дозвонился сам -
спроси об этом старших.



БЕРЕГИТЕ ЛЕС ОТ ПОЖАРА!

Находясь в лесу, не нарушайте правила пожарной безопасности:

- При разведении костра используйте место вдали от кустарников и скошенной травы
- Не применяйте для разжигания костра бензин и другие горючие смеси
- Уходя из леса, потушите костёр: залейте водой, присыпьте землей
- Не оставляйте костёр без присмотра, особенно в ветренную погоду
- Не бросайте незатухшие спички и окурки



**ЕДИНЫЙ ТЕЛЕФОН
ПОЖАРНЫХ И СПАСАТЕЛЕЙ**

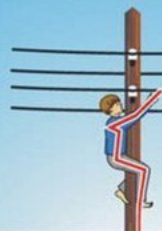
01

ОСТОРОЖНО, ЭЛЕКТРИЧЕСТВО!

При соприкосновении с провисшими или оборванными проводами человек попадает под действие электрического тока и может быть поражен им. Провод - человек - земля - это путь, по которому пройдет электрический ток.



Смертельно опасно подходить ближе 8 м к лежащему на земле оборванному проводу. Необходимо сообщить о случившемся на ближайшее энергопредприятие или по телефону 01.



Не влезай на опору линии электропередачи! Ты подвергаешь свою жизнь смертельной опасности.

Внутри трансформаторных подстанций - высокое напряжение



ЭТИ ЗНАКИ ПРЕДУПРЕЖДАЮТ ЧЕЛОВЕКА ОБ ОПАСНОСТИ ПОРАЖЕНИЯ ЭЛЕКТРИЧЕСКИМ ТОКОМ. ПРЕНЕБРЕГАТЬ ИМИ, А ТЕМ БОЛЕЕ СНИМАТЬ ИХ - НЕДОПУСТИМО!



Проходя через тело человека, электрический ток воздействует на нервную систему, вызывая остановку сердца и дыхания. При поражении электричеством можно получить электрический ожог, механическую травму и ослепление электрической дугой.



Из-за детской шалости с набросами на линию электропередачи могут погибнуть люди, сгореть все бытовые приборы в ближайшем населенном пункте.

Не пользуйся бытовыми приборами с поврежденной изоляцией.



Не пытайся разбирать и ремонтировать электроприборы. Не вставляй посторонних предметов в розетку.



Недопустимо играть под линиями электропередачи и вблизи других энергообъектов.



Бросать снежки и камни в проходящий поезд очень опасно.

Можно разбить стекло и ранить машиниста или пассажиров.

Напряжение в проводах железной дороги – почти 30000 вольт.

Приближаться к ним на расстояние ближе 2-х метров опасно!



Не ходи по путям! Тормозной путь поезда – до 1 километра.

Машинист не успеет остановить состав, даже если заметит



Играть и бегать рядом с железнодорожными путями очень опасно!

Еще опаснее съезжать на санках или лыжах по склонам в сторону железной дороги.



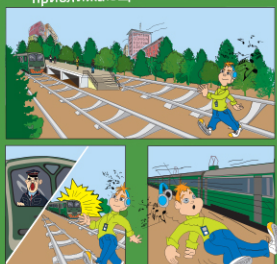
Не высовывайся из окна поезда. При движении на большой скорости ты рискуешь получить серьезную травму.

Прислоняться к дверям электрички или мешать им закрыться одинаково опасно. От толчка или внезапного открытия дверей ты можешь выпасть из вагона и попасть под колеса поезда.

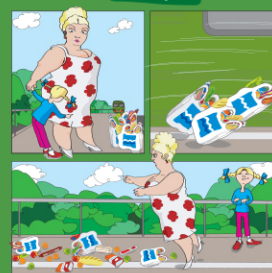


Когда подходишь к железной дороге, обязательно снимай наушники.

Из-за громкой музыки ты можешь не услышать шум приближающегося поезда.



Белая линия вдоль края платформы показывает, где можно стоять, не опасаясь, что тебя заденут выступающие части вагонов и локомотива. Не заступай за нее!



Каждый год десятки детей и подростков погибают, когда пытаются прокатиться, прицепившись снаружи поезда. Делать так глупо и очень опасно!



Для перехода через железнодорожные пути оборудованы специальные настилы, подземные и надземные переходы. Переходить через рельсы в других местах опасно.



Кладь предметы на рельсы – опасная шалость. Такие игры приводят к крушению поезда. Разве ты хочешь стать виновником несчастья?

Очень опасно прыгать с платформы, можно не успеть убежать от надвигающегося поезда.

Лучше опоздать на электричку, чем погибнуть!



По платформе нельзя бегать, кататься на велосипеде, скейтборде или роликах. Если оступился, можешь попасть под колеса поезда!



Вагоне рядом с тобой едут десятки пассажиров. Веди себя так, чтобы не мешать им. За нарушение порядка тебя могут высадить или доставить в полицию, а твоих родителей – оштрафовать



Даже если очень спешить, не подлезай под стоящий поезд и не перелезай через сцепку между вагонами.

Состав может тронуться в любой момент, и ты будешь ранен или погибнешь.

Если идти по путям, можно оказаться между двумя встречными поездами. Чтобы воздушным вихрем тебя не затянуло под колеса, нужно лечь и не вставать, пока составы не пройдут мимо.



Простые правила твоей безопасности

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Оказание помощи пострадавшим на воде



Используйте для спасения любые подручные средства.



Не отплывайте от перевернувшейся лодки до прибытия помощи.



Не оставляйте попыток достать утонувшего со дна водоема или реки. Это нужно делать не менее 10 минут с момента его погружения.



Поднимайте тонущего из воды только с кормовой части спасательного средства. Используйте для спасения любые подручные средства.

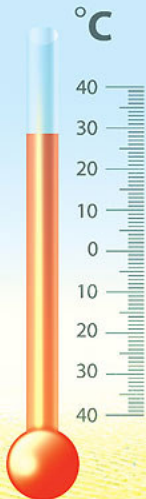


Не давайте утопающему схватить вас. При буксировке утопающего следите за тем, чтобы его голова все время находилась над водой.



Доставив пострадавшего на берег, очистите ему полость рта и удалите воду из дыхательных путей, легких, желудка.

КАК ИЗБЕЖАТЬ ПОСЛЕДСТВИЙ ЖАРЫ И СОХРАНИТЬ СВОЕ ЗДОРОВЬЕ



Не выходите на улицу без особой надобности с 11 до 17 часов дня*.

На улице:



держитесь в тени, периодически заходите в помещения с кондиционерами;

возьмите с собой бутылочку негазированной минеральной воды;

носите свободную одежду из натуральных тканей, открытую и комфортную обувь.



В помещении:

при наличии кондиционера - не охлаждайте воздух ниже 18-20 градусов (чтобы избежать тяжелых простудных заболеваний, находитесь подальше от кондиционера);

при отсутствии кондиционера - для охлаждения воздуха используйте емкость с водой, которая ставится перед вентилятором.



Для защиты организма от обезвоживания:

пейте больше жидкости** (не менее 1,5-3 литров в день, не холодной);

исключите из своего рациона жирные, жареные и сладкие блюда.

* Время максимальной солнечной активности.

** Рекомендуется: вода с соком лимона, теплый зеленый чай без сахара, негазированная минеральная вода, компоты и морсы.

КАК ИЗБЕЖАТЬ УКУСА КЛЕЩА



Собираемся в лес:

- 1 На голову лучше надеть капюшон, плотно пришитый к куртке. Волосы заправить под кепку или косынку
- 2 Одежда светлая, однотонная
- 3 Рукава длинные
- 4 Воротник и манжеты должны плотно прилегать к телу
- 5 Рубашку надо заправить в брюки, брюки - в ботинки или носки на плотной резинке
- 6 На одежду нанести репеллент



Как ходим по лесу:

- ✓ Не садимся и не ложимся на траву
- ✓ Каждые несколько часов осматриваем одежду, волосы и тело
- ✓ Стоянка - в сухих сосновых лесах или на песчаных почвах

По данным Роспотребнадзора

БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО

КАК ВЕСТИ СЕБЯ В ЭКСТРЕННЫХ СЛУЧАЯХ?

ОСЖИЖНЕНИЕ

первые два дня после ушиба синяку нужен холод - он уменьшает отек тканей и предотвращает развитие гематомы, поэтому каждые 2-3 часа на 10 минут прикладывайте к месту ушиба кусочек льда, завернутые в целлофан. на третий день необходимо сделать компресс (разведенный спирт, вода или камфорное масло), затем компрессная бумага, вата и бинт. ПОМНИТЕ: компресс компресс только 3-4 часа, дальше начинается процесс охлаждения.

еще одно средство 3-4 дня обрабатывать синяк ватным тампоном, пропитанным яблочным уксусом (разбавлять уксус с водой), хорошо помогает алоэ - разрезанный пополам лист приложить к пострадавшему месту, закрепить пластырем, а также капустный лист, только предварительно его нужно размять до появления капель сока

ОСЖИЖНЕНИЕ

тщательно промойте ранку проточной водой, и обработайте обыкновенным коричневым хозяйственным мылом (это самый лучший антисептик, необходимо нанести только мыльную пенку, а затем смыть водой), в дальнейшем осидну нужно обработать любой антисептической мазью или облепиховым маслом. ПОМНИТЕ: при глубокой ране длиной более 1 см необходимо наложить швы, поэтому обратитесь в ближайший травмпункт.

НАСЕКОМЫЕ

ПЧЕЛА - единственное насекомое, оставляющее в своей "жертве" жало, его нужно аккуратно удалить при помощи пинцета. кроме этого отличия в укусах разных насекомых нет: пострадавшее место краснеет иногда увеличивается до размера ладони, опухает, становится горячим, боль чувствуется около 4 часов, а припухлость остается 1-2 дня, сразу после укуса нужно дать ребенку противовоспалительный препарат, приложить к больному месту что то холодное и обработать ранку уксусом, содовым раствором или срезом лука, чеснока, картофеля, кусочком помидора, растолченной зеленой петрушки. можно помазать воспаленное место валгидолом, или карвалолом.

КЛЕЩ: после лесной прогулки, внимательно осматривте тело ребенка, и не пугайтесь обнаруживая упорядоченные клеща, ползущие клещи, так чтобы клещ оказался в середине, налейте асептичное растительное масло, если не помогло, то захватите его пинцетом и крутите винтообразными движениями против часовой стрелки, после протрите инфицируйте место уксусом перекисью водорода, а потом зеленкой.

МУХА В УХЕ: не доставайте вручную, от испуга испрошенные гости начинают вездесать еще глубже, причина слухового шума, нужно закатать в ухо несколько капель эфирного растительного масла, при этом слегка наклоните голову ребенка в сторону пострадавшего уха чтобы жидкость не попадала на барабанную перепонку, на медленно steepa на стенке уха.



"ПОЛЕТ" С ДЕРЕВА

симптомы сотрясения головного мозга: головная боль, тошнота, рвота, бледность, вялость, сонливость, необходимо уложить ребенка в кровать, ограничить питье и вызвать скорую помощь.

ПОМНИТЕ: обезболивающее средство в такой ситуации не дают, это мешает специалистам установить точный диагноз, ведь удар головой не всегда приводит к сотрясению мозга. при ударе черепом могут пострадать внутренние органы (печень, селезенка), быть травма позвоночника если ребенок подпрыгнул, возможно это следствие внутреннего кровоизлияния или понижения давления, при носовых кровотечениях кровь не только вытекает из носовых ходов, а льется в рот и глотку, что провоцирует кашель и рвоту, промажьте выдержку уложите ребенка, иначе кровоизлияние только усиливается, необходимо усадить его в прохладную место так, чтобы он не запрокинул голову назад, положите на нос платок, смоченный в холодной воде, если кровоизлияние не останавливается попросите сильно сжать обе половинки носа на 3-5 минут, или сделать тампон из бинта, смоченный перекисью водорода, если действия не помогло обратитесь к врачу.

indiz-shkola.com.ua

ОСЖИЖНЕНИЕ И ПЕРЕОЖИЖНЕНИЕ

если после падения образовался синяк, появилась припухлость и боль, а поврежденная рука или нога ограничена в движении - это может быть как вывих так и перелом, но в коем случае не сдвигайте-разгибайте пострадавшую часть тела, осторожно положите место ушиба, если боль очень сильная дайте обезболивающее, покажите по пути в травмпункт рука или нога не болтались, а были зафиксированы, также необходимо приложить холод, если дело осложняется открытой раной, промойте её и обработайте как ссадину.

ОТРАВЛЕНИЕ

оно может дать о себе знать через 2-3 часа после употребления сомнительных продуктов, но иногда симптомы "выявляются" по 20-26 часов. для начала необходимо промыть желудок большим количеством воды или 2-процентным раствором пищевой соды, также необходим препарат способный вывести из организма вредные вещества, например измельченный активированный уголь (1 таблетка на 10 кг массы тела), разведенный в 100 мл теплой воды, чтобы избежать обезвоживания организма, дайте ему препарат для регидрации (восстановление водно-солевого баланса).

СОЛНЕЧНЫЙ УДАР

недомогание проявляется только через 6-8 часов, как и тепловой солнечный спазм: дается нарушением кровообращения, потливость, слабость, головной болью, шумом в ушах, а иногда и потерей сознания. у ребенка повышается температура до 38-40 градусов, в таком случае необходимо раздеть ребенка, уложить его в прохладном месте, напоить прохладным чаем или минеральной водой, а затем прикладывать ко лбу холодные компрессы, также можно завернуть малыша в мокрую и хорошо выкрученную простыню, если температура не падает и состояние ухудшается немедленно вызывайте скорую помощь.

СОЛНЕЧНЫЙ ОЖЕГ

это покраснение и болезненное воспаление кожи под воздействием солнечных лучей. если ожог достаточно сильный, то через некоторое время на пострадавшем участке появляются волдыри, а через пару дней кожа начинает отслаиваться и шелушиться, при малейшем покраснении кожи уложите ребенка в дом или хотя бы в тень, обмойте пострадавшие участки прохладной водой и смажьте кремом. при появлении волдырей, обратитесь к врачу.

ПЕРЫ НА ВОДЕ

если ребенок просто нахлебался воды, откашливается и задыхается, но в сознании, достаточно просто успокоить его, укачать во что то теплое. если же ситуация критическая, важно соблюдать определенные правила:

не держите ребенка за голову, подхватите его под мышки, обратите внимание на цвет кожи, если он синюшный, значит в легких ребенка вода.

попытайтесь удалить жидкость из дыхательных путей, стоя на одном колене, уложите ребенка на свое согнутое так, чтобы на него опирались нижняя часть грудной клетки, а верхняя часть туловища и голова свисали вниз. затем оторвите ребенку рот и плавно надавите ребра на спину. повторите процедуру до тех пор пока не прекратится интенсивное вытекание воды, переверните ребенка на спину и сделайте искусственное дыхание, вызовите скорую помощь.

НЕ СТОИТ ДУМАТЬ, ЧТО ОТЖИВ С РЕЗНУМО СОСТОИТ ИЗ ОДНИХ НЕОЗНАКОМЫХ И ОПАСНОСТЕЙ. НЕ ЗНАТЬ, КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В СЛУЧАЕ НЕПРИЯТНОСТЕЙ, НУЖНО КАЖДЕМУ ДАЖЕ ТОГО, ЧТОБЫ СПОКОЙНО ОТДЫХАТЬ.

