БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО

ПАМЯТКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ

Лето – пора веселья и беззаботности практически для каждого ребенка, но в то же время и особого беспокойства для родителей. Надо быть внимательными, поскольку дети остаются на долгое время без присмотра, как дома, так и на улице. Обеспечить безопасность детей летом - задача родителей. Поэтому ознакомление с правилами безопасности на период летних каникул чрезвычайно важно.

1. Не все, что привлекательно выглядит, является съедобным.
Дети активно гуляют, кто-то уезжает на лето за город: на дачу, к бабушке в деревню, в оздоровительный лагерь. Установите правило: ничто незнакомое в рот не брать. Растения и плоды, привлекательные на вид, могут оказаться ядовитыми.

2. Осторожнее с насекомыми.
Кроме ботаники, летом наглядно можно изучать и зоологию. Поговорите о том, почему не нужно размахивать руками, если рядом летает оса и т.п. Для защиты от опасных насекомых выберите средство с натуральными компонентами, разрешенное для детей.

3. Защищаться от солнца.
Стоит, как можно раньше познакомить ребенка с солнцезащитным кремом, нужно не забывать про головной убор на прогулке и зонт для пляжных игр, а также о том, что необходимо чередовать время пребывания на солнце и в тени. Самое активное солнце (с 11-00 до 16-00).

4. Купаться под присмотром взрослого.
Даже если ребенок уверенно плавает или снаряжен специальными плавательными средствами, обязательно будьте рядом внимательным наблюдателем и не упускайте его из виду. Если подростки идут на пляж самостоятельно, поговорите о мерах безопасности.

5. Надевать защитное снаряжение.
При прогулках детей на велосипедах, роликах или скейтбордах рекомендуется наличие защитного снаряжения: шлема, нарукавников, наколенников и прочей амуниции, защищающей от травм.

6. Соблюдать правила безопасности на дорогах.
Летом особенно важно напомнить ребенку о соблюдении правил дорожного движения: Переход через дорогу только в специально предназначенном для этого месте. Не ходить по проезжей части, а использовать пешеходные дорожки. Игры организовывать на детских площадках или вдали от проезжей части.

7. Мыть руки перед едой.
А также овощи, фрукты и ягоды. Также летом нужно тщательно следить за скоропортящимися продуктами и не хранить их при комнатной температуре.

8. Одеваться по погоде и ситуации.
Для жаркой погоды стоит выбирать одежду из натуральных тканей – "дышащую" и свободную. Поговорите о том, почему в лес лучше надевать одежду с длинными рукавами, брюки и закрытую обувь, и как это может защитить от укусов насекомых.

9. При грозе и молнии найти безопасное укрытие.
Даже если ребенок не боится громких звуков, а вид сверкающей молнии кажется ему завораживающим, стоит четко объяснить, какую опасность таит молния для людей на открытом пространстве, и почему необходимо переждать непогоду в закрытом помещении подальше от окон и дверей. Избегать использование мобильного телефона на улице во время грозы.

10. Пить достаточно воды.
Хорошо, если у ребенка есть свой рюкзак, а в нем бутылка с водой, которую можно наполнить. При активных играх нужно напоминать о питье каждые 15-20 минут, а в особенно жаркие дни нелишним будет распылять на тело термальную или обыкновенную воду из пульверизатора.

Хорошего всем летнего отдыха!