

# ВАШИ ДЕЙСТВИЯ

## «ЧТОБЫ ИЗБЕЖАТЬ НЕСЧАСТНОГО СЛУЧАЯ НА ВОДЕ»

### НАДО

- Если его нет, определить постоянное место для купания, проверить его с точки зрения безопасности;
- Научиться хорошо плавать;
- Перед тем как совершать дальние заплывы, научиться отплыть на воде, лежа на спине или ползком.

### НЕЛЬЗЯ

- Прыгать с обрывов и случайных вышек, не проверив дно;
- Заплывать за буйки или пытаться перешагнуть водоросли;
- Купаться в нетрезвом состоянии;
- Устраивать в воде опасные игры;
- Долго купаться в холодной воде;
- Далеко отплывать от берега на надувных матрацах и кругах, если вы не умеете плавать;
- Находясь на лодках ОПАСНО – пересаживаться, садиться на борта, перегружать лодку сверх установленной нормы, кататься возле шлюзов, плотин.

### ОТДЕЛЬНОЕ НЕЛЬЗЯ, КАСАЮЩЕЕСЯ ДЕТЕЙ:

- Нельзя оставлять детей без присмотра возле воды;
- Разрешать купаться в незнакомых местах, тем более прыгать с обрыва;
- Разрешать далеко заплывать;
- Заходить в воду без надувных кругов и других, чем по лодке, если ребенок не умеет плавать.



# ВАШИ ДЕЙСТВИЯ

## «ЕСЛИ ГРОЗА ЗАСТАЛА ВАС НА ПРИРОДЕ»

### НАДО

- В лесу укрыться среди высоких деревьев.
- В горах укрыться в 3–8 м от вертикального скального отвеса.
- На открытой местности спрятаться в сухой яме, канаве, овраге.
- Все металлические предметы сложить в стороне на расстоянии 15–20 м от себя.
- Сидеть ступнирозавалившись, согнув спину, опустив голову на согнутые в коленях ноги, ступни ног соединить вместе.
- Подложить под себя изолирующую от почвы подстилку: ветки, лапник, камни, одежду и прочее.
- В укрытии переодеться в сухую одежду, в крайнем случае, тщательно выжать мокрую.
- Спуститься с возвышенностей.
- При поражении молнией проводить реанимационные меры.



### НЕЛЬЗЯ

- Укрываться возле одиноких деревьев или деревьев, выступающих над окружающими.
- Прислоняться или присаживаться при переодевании в грозу к скалам и отвесным стенам.
- Останавливаться на опушках леса, болотах, полянах.
- Идти или останавливаться в местах, где течет вода, или возле водоемов.
- Прислоняться к скальным карнизам.
- Идти, стоять в лужах.





# Травмы

Не каждый родитель может сразу и точно определить, когда ребенок сломал кость и просто сильно ушибся. Переломы наиболее часто сопровождаются болью, потерей подвижности, а в месте перелома конечность может изменить форму и др.

Если ребенок сломал кость, незамедлительно окажите ему первую помощь: прежде всего, необходимо обездвижить поврежденную конечность и успокоить ребенка. Постарайтесь обратиться в медпункт как можно быстрее. В таких случаях недопустимо заниматься самолечением! То же самое нужно сделать при вывихе.

Ни одно детство не проходит без царапин, ссадин и ушибов, ведь любопытные малыши стремятся изучить все новые и неизвестные для них места.

Если ребенок порезался, в первую очередь необходимо промыть рану и постараться остановить кровотечение, обработайте зеленкой или другой специальной мазью, наложите стерильную повязку. При ушибах нужно приложить холод к синяку или шишке.





# Насекомые

С наступлением тепла на улице появляется большое количество насекомых. Некоторые из них безвредны (бабочки, стрекозы, муравьи, божьи коровки, кузнечики и др.), а другие представляют угрозу для ребенка (клещи и комары, мошки, клопы и др.).

В помещении можно использовать фумигатор, который не поглощает кислород, или установить на окна специальную москитную сетку (марлю).

Остерегайтесь пчел, ос и шмелей: их укусы очень болезненны и могут вызвать аллергическую реакцию. Чтобы защититься от укусов клещей, обязательно надевайте головной убор, штаны и кофту с длинными рукавами, а на ноги – закрытую обувь.







# Отравления

У многих людей есть свои сады и огороды, где летом созревает множество различных ягод и плодов. Тут возникает соблазн угостить ребенка немытыми ягодами прямо с куста или напоить парным молоком. Для более «взрослых» деток такое молоко не представляет опасности, а у малышей может вызвать кишечные расстройства или инфекционное заболевание.

Чтобы Ваш малыш не получил пищевое отравление летом старайтесь придерживаться следующих правил:

- нельзя поить кроху сырой водой, даже очищенной через фильтр. Перед употреблением ее лучше прокипятить. - всегда тщательно мойте ягоды, овощи и фрукты из огорода;

- на жаре всем продуктам свойственно быстро портиться. Скоропортящиеся продукты нужно съесть в течение 1-2 часов, если они лежат не в холодильнике.

- мойте руки перед каждым приемом пищи, особенно после улицы.





# Солнце

Летом большую часть времени мы проводим на улице под палящим солнцем. Прямые солнечные лучи очень опасны для маленьких детей, которые могут быстро получить ожог или тепловой удар. Особенно опасно время с 10:00 до 15:00, когда солнце наиболее активно.

При прогулке с ребенком на открытой местности рекомендуется придерживаться следующих правил:

- надевайте на голову крохи панамку или тонкую легкую шапочку;
- одевайте ребенка только в легкую «дышащую» и свободную одежду из натуральных тканей;
- на открытые участки кожи малыша наносите тонким слоем детский защитный крем каждый час и сразу после купания.
- не оставляйте ребенка на солнце более чем на 30 минут;
- периодически чередуйте пребывание на солнце и в тени. Организм малыша должен успевать охлаждаться;
- давайте крохе как можно больше питья. Заранее возьмите с воду, чай или соки, ведь по близости может не оказаться ни одного магазина;





# Остерегайтесь клещей

МАЙ, ИЮНЬ - ПЕРИОД АКТИВНОСТИ КЛЕЩЕЙ.

КЛЕЩИ - переносчики клещевого энцефалита.

Это опасное заболевание, которое возникает у человека после укуса клещей.

**Чтобы не иметь печальных последствий,  
выполняйте наши советы:**

- \* одежду в лес надо одевать с затянутыми воротниками, поясами. Брюки тщательно заправлять в носки.
- \* **ВСЁ ЭТО ПРЕПЯТСТВУЕТ ЗАПОЛЗАНИЮ КЛЕЩЕЙ НА ТЕЛО ЧЕЛОВЕКА;**
- \* **ПОСЛЕ ВОЗВРАЩЕНИЯ ИЗ ЛЕСА НЕОБХОДИМО ОСМОТРЕТЬ ВСЁ ТЕЛО,** т.к. клещи, попадая на кожу, не сразу присасываются к ней;
- \* если клещ присосался надо его смазать растительным маслом, вазелином, любым жиром, керосином, место укуса обязательно смазать йодом;
- \* если оторвался хобот клеща, его надо удалить прокалённой на пламени иглой.

В случае укуса клеща - немедленно обратитесь к врачу.







