



## Пам'ятка безпечної поведінки під час літніх канікул

1. Гуляти й гратися можна в місцях, які призначені для цього.
2. Небезпечними для ігор можуть бути сходи, підвали, горища, будівельні майданчики, ліфти.
3. Під час ігор у небезпечних місцях можна одержати травми й каліцтва різного ступеня тяжкості.
4. Під час ігор не варто демонструвати свою хоробрість одноліткам, стрибаючи з великої висоти, пірнаючи з крутих схилів на велику глибину, здираючись якнайвище на дерева, робити селфі та т.д..
5. Під час літнього відпочинку слід поводитися так, щоб не мати дорікань із боку дорослих.
6. Під час канікул слід, як і раніше, дотримуватися правил техніки пожежної безпеки.
7. Не можна брати в руки незнайомі предмети, кидати їх у вогонь, гратися ними. Найкраще повідомити про місце їхнього знаходження дорослим.
8. Під час відпочинку на узбережжі слід обов'язково дотримуватися правил поведінки на воді й поблизу неї.
9. Одяг та взуття для відпочинку слід вибирати згідно із сезоном.
10. Після контакту зі свійськими тваринами слід добре вимити руки з милом.



## Правила безпеки на воді.

Варто пам'ятати, що основними умовами безпеки є:

- правильний вибір і обладнання місць купання;
- суворе дотримання правил поведінки під час купання і катання на плавзасобах на воді

### **ПІД ЧАС КУПАННЯ ЗАБОРОНЯЄТЬСЯ:**

- залазити на попереджувальні знаки, буї, бакени;
- стрибати у воду з човнів, катерів, споруд, не призначених для цього;
- пірнати з містків, дамб, причалів, дерев, високих берегів;

- використовувати для плавання такі небезпечні засоби, як дошки, колоди, камери від автомобільних шин та інше знаряддя, не передбачене для плавання;
- плавати на плавзасобах у місцях, відведених для купання;
- забруднювати воду і берег;
- підпливати близько до плавзасобів, які йдуть неподалік від місць купання;
- допускати у воді грубі ігри, які пов'язані з обмеженням руху рук і ніг у воді;
- подавати помилкові сигнали небезпеки, заходити глибше, ніж по пояс людям, які не вміють плавати.

#### НАДАННЯ НЕВІДКЛАДНОЇ МЕДИЧНОЇ ДОПОМОГИ ПОСТРАЖДАЛИМ НА ВОДІ:

- покладіть постраждалого на спину, на тверду поверхню;
- однією рукою відкрийте йому рота, пальцями іншої руки, завернутими у серветку або носову хустинку, видаліть з порожнини рота пісок, мул та інше;
- рукою, підкладеною під потилицю, максимально розігніть хребет в шийному відділі, за підборіддя висуньте вперед нижню щелепу, утримуючи її в такому положенні однією рукою, другою стисніть крила носу;
- наберіть повітря у свої легені, щільно охопіть відкритий рот потерпілого та зробіть пробне вдування повітря в його легені, водночас "краєм ока" контролюйте підймання грудної клітки. Якщо щелепи постраждалого щільно стиснуті або є пошкодження щелепи, язика, губ, проведіть штучну вентиляцію не методом "рот в рот", а "рот в ніс", затискаючи при цьому не ніс, а рот. Кількість вдихів - 16-20 за хвилину;
- для зовнішнього масажу серця розташуйтеся збоку від хворого; основу долоні однієї кисті руки покладіть на передньо-нижню поверхню грудини, основу другої долоні в поперек першої, розігніть руки в ліктьових суглобах. Робіть ритмічні поштовхи всією масою тулуба, зміщуючи грудину в напрямку до хребта з частотою 80-100 рухів за хвилину;
- у випадку, коли рятувальник один, співвідношення кількості вдихів до натискань на грудину 1:5, якщо рятувальників двоє - 2:15;
- через кожні 2 хвилини серцево-легеневу реанімацію необхідно на декілька секунд припинити для перевірки, чи не з'явився пульс на сонних артеріях. Масаж серця та штучну вентиляцію легень необхідно проводити до відновлення дихання, пульсу, звуження зіниць, покращення кольору шкіри.



## Правила поведінки біля водоймищ

1. Не загоряй надто довго — перегрієшся та отримаєш сонячний удар.
2. Не купайся і не пірнай у воду після тривалого перебування на сонці, тобі може стати погано. Купатися краще вранці або ввечері, коли тепло, але не можна перегрітися.
3. Ніколи не пірнай у незнайомих місцях! Тут може виявитися неглибоко, а інколи на дні лежать гнилі колоди, гостре каміння, об яке можна поранитися, та густі водорості, у яких легко заплутатися.
4. Не грай у тих місцях, звідки легко впасти у воду.
5. Не влаштовуй у воді ігор, пов'язаних із захватами.
6. Не вирушай у плавання на саморобних плотках.
7. Не ходи купатися на водоймища без супроводу дорослих.
8. Не запливай на далеку відстань від берега на надувних матрацах та кругах.

## **ПОПЕРЕДЖЕННЯ ДИТЯЧОГО ТРАВМАТИЗМУ**



## Дитячий травматизм

«Бережи свої очі!»

1. Не торкайся очей брудними руками, рукавами одягу тощо. Якщо в око потрапила порошок, його треба промити кип'яченою водою, а коли це неможливо — видалити її чистою носовою хустинкою.
2. Дотримуйся правил безпеки під час роботи у майстерні або виконуючи хатню роботу.
3. Не нахилийся низько над каструлею з окропом або сковорідкою, на якій шкварчить масло.
4. Будь дуже обережним із пральним порошком, розчинами для миття посуду та іншими хімічними речовинами. Перед застосуванням зверни увагу, на їхнє упакування — на нім має бути написано, як поводитись, якщо така речовина потрапила в очі.
5. Обережно поведься із гострими предметами під час гри! Розмахуючи палицею перед обличчям товариша, ти можеш випадково поранити йому око.
6. Будь уважним під час прогулянок та забав. У лісі чи в саду око може поранити гостра гілка.

7. Якщо ти сильно пошкодив око, негайно звернися до лікаря!



### Користування громадським транспортом

1. Посадка в громадський транспорт здійснюється лише з посадкової площадки, або узбіччя тротуару.
2. До транспорту слід підходити після повної його зупинки.
3. Посадка на громадський транспорт відбувається дисципліновано, дотримуючись черги.
4. Зайшовши в салон, необхідно пройти вперед, не створюючи натовп біля дверей.
5. Забороняється висовуватись з вікон.
6. Не можна ходити по салону під час руху автотранспорту – це небезпечно.
7. Під час руху не можна відволікати водія розмовами й заважати водієві керувати транспортним засобом.

8. Не можна відчиняти двері, не дочекавшись зупинки.

9. Не можна перешкоджати зачиненню дверей.

10. На зупинках виходять у сторону тротуару чи узбіччя.

11. Заборонено їздити на підніжках транспорту або чіплятись за борти машин.

12. Дітей слід перевозити лише в сидячому положенні.

14. Малюків під час руху транспорту необхідно тримати на руках, або у спеціальних кріслах.

15. Проїзд дітей в кузові транспортного автомобіля дозволяється лише тоді, коли кузов обладнаний сидіннями, а заднє сидіння має спинку. У кузові повинно знаходитись не менше двох дорослих. Висадка і посадка здійснюється через правий або задній борт.

16. На мотоциклах дітей перевозять у колясках, з надітим шоломом. Посадка і висадка здійснюється лише на праву сторону.



## Безпека на дорогах

Пішоходи повинні ходити тротуарами або пішохідними доріжками, а за їх відсутності — велосипедними доріжками або в один ряд по узбіччю дороги, назустріч руху транспортних засобів. При цьому необхідно бути особливо обережним та не створювати перешкод іншим учасникам руху.

На дорогах, які мають розділову смугу, а також на дорогах поза населеними пунктами, можна рухатися по зовнішньому краю проїжджої частини назустріч руху транспортних засобів

Переходити проїжджу частину пішоходам дозволяється тільки підземними пішохідними переходами та в місцях, позначених спеціальною дорожньою розміткою або дорожніми знаками «Пішохідний перехід». Переходячи проїжджу частину, пішоходи не повинні затримуватися та зупинятися на ній. Не рекомендується дорогу перебігати, йти потрібно спокійним кроком.

Відповідно Правил дорожнього руху пішохід має перевагу перед транспортними засобами при переході проїжджої частини визначеними пішохідними переходами, що не регулюються, а також тими переходами, що регулюються, за наявності відповідного сигналу світлофора або регулювальника.

Обережно! Діти на дорозі!

(рекомендації фахівців МНС України керівникам загальноосвітніх та дошкільних навчальних закладів з питань забезпечення безпеки дітей)

У XXI столітті важко уявити своє повсякденне життя без автомобілів, які набагато полегшують наше буття, але тим самим несуть із собою величезну небезпеку для життя дорослих і особливо дітей. Найчастіше через неухважність або незнання Правил дорожнього руху діти гинуть на вулицях в дорожньо-транспортних пригодах, а травми ДТП – найтяжчі. Тому, щоб попередити дорожньо-транспортні пригоди, небезпеку для здоров'я, життя, треба знати ці Правила і застосовувати їх:

- не вибігати на проїзну частину з тротуару, можна лише спокійно зійти, попередньо оцінивши ситуацію;
- ходити лише тротуарами, дотримуючись правої сторони, а якщо вони відсутні — по узбіччю, обов'язково повернувшись обличчям до транспорту, що рухається, — тоді не тільки водій бачитиме пішохода, а й пішохід — водія;
- не переходити дорогу на червоне світло незалежно від наявності на ній автомобілів;
- переходити дорогу можна лише у дозволених місцях – «зебра», підземних та надземних переходів;
- зібравшись переходити вулицю, спочатку подивитися ліворуч, а, дійшовши до середини, — праворуч;
- пам'ятайте, що причиною ДТП може стати не тільки наїзд автомобіля або мотоцикла, але й велосипеда. Нерідко саме велосипедисти є джерелом напруженості на вулицях, у дворах;

- чітко визначте для себе межі території для прогулянок, вулиці переходьте тільки в групі з іншими пішоходами;

- у разі дорожньо-транспортної пригоди надавати можливу допомогу потерпілим і повідомити про пригоду поліцію зателефонувавши 102.



### Отруєння грибами

Збирайте лише ті гриби, які добре знаєте;

відмовтесь від збирання та вживання пластинчатих грибів (смертельно небезпечна бліда поганка може бути схожа на пластинчаті гриби — печериці, сиріжки, шампінйони);

не збирайте гриби поблизу автодоріг, сховищ отрутохімікатів, сміттєзвалищ, промислових підприємств, залізниць, в міських парках (гриби мають властивість накопичувати з навколишнього середовища токсичні речовини);

не купуйте дикорослих грибів на ринках (невідомо де і коли вони були зібрані) ;

не можна їсти гриби дітям (дитячий організм більш вразливий до грибної отрути) ;

не куштуйте сирих грибів ;

не збирайте старих, перестиглих, червивих грибів ;

перед приготуванням гриби необхідно протягом 10-15 хв. проварити в підсоленій воді (відвар необхідно вилити) ;

в разі появи симптомів отруєння грибами (біль в животі, блювання головний біль, пронос) необхідно негайно звернутись за кваліфікованою медичною допомогою набравши номер 103 (до надання медичної допомоги потрібно декілька разів промити шлунок розчином соди або світло-рожевим розчином марганцівки)



### Правила пожежної безпеки під час відпочинку на природі, в лісі

Теплі літні дні сприяють відпочинку на природі. Більшість громадян виїздить за місто: на дачу, до води, у ліс. На жаль, на відпочинку люди забувають про правила поведінки в лісі, спричиняючи пожежі.

Перебуваючи в лісовій та парковій зоні на відпочинку, не забувайте дотримуватися вимог пожежної безпеки:

Виберіть місце для вогнища й обладнайте його.

Ніколи не залишайте вогнище без догляду.

Також небезпечною може бути просякнута мастилом, бензином, гасом чи іншою пально-мастильною речовиною ганчірка.

Залишена на сонячній галявині пляшка чи уламок скла, фокусуючи сонячне проміння, здатні спрацювати як запалювальні лінзи. Це досить часто призводить до самозагоряння лісових масивів.

Спалювання сухої трави та пожежі, спричинені безконтрольністю цього процесу, набувають дедалі загрозливіших масштабів. Під час горіння разом із травою, сухостоєм та опалим листям пошкоджується й верхній гумусний шар, який відповідає за родючість землі. Отже, користі від спалювання немає жодної, а от шкоди – більш ніж достатньо.



### Правила протипожежної безпеки

1. Не грайся із сірниками та запальничками.
2. Не запалюй свічки та бенгальські вогні без нагляду.
3. Не залишай іграшки, книжки, одяг біля увімкнених обігрівачів, не суши речі над газовою плитою.
4. Не пали багать у сараях, підвалах, на горищах,
5. Не вмикай багато електроприладів одночасно, електромережа може згоріти.
6. Обов'язково вимикай електроприлади, коли ідеш із дому. Але не тягни за дрот руками, обережно вийми штепсель із розетки.
7. На дачі або у селі не відкривай грубку — від маленької вуглинка, що випаде з неї, може статися пожежа.

### Якщо виникла пожежа, а дорослих немає вдома

1. Якщо вогонь невеликий, накинь на нього товсту ковдру або залий водою.
2. Якщо горить шнур електроприладу, перш ніж залити полум'я водою, вийми штепсель електроприладу з розетки. Гасити увімкнені електроприлади водою не можна!
3. Якщо тобі не вдалося самостійно загасити вогонь, вибігай з квартири і клич на допомогу або дзвони за номером 1-01.

4. Зателефонувавши до пожежної частини, чітко називай свої прізвище та адресу і повідом, що горить.
5. Не намагайся врятуватися від пожежі у шафі, ванній кімнаті або іншому тісному місці — можеш урядіти там від газів, що виділяються під час горіння. ванній кімнаті
6. Не можна відкривати вікно, доки вогонь у кімнаті не згас — свіже повітря підживить його і полум'я спалахне з новою силою.
7. Доки чекаєш на пожежників, не панікуй, шукай вихід із кімнати, але не намагайся вистрибнути у вікно.
8. Довірся пожежним, виконуй усе, що вони накажуть тобі.
9. Якщо ти знаєш, що хтось не може вийти з будинку, який горить, повідом про це дорослих або пожежних.

**В разі виникнення пожежі телефонуйте за номером 101**



### Що робити, якщо пахне газом

1. Якщо хтось із дорослих удома, негайно скажи їм про це.
2. Відкрий усі вікна та квартирки, провітри помешкання.
3. Перевір, чи перекриті на плиті конфорки горілок.
4. Якщо ти вдома один, **негайно телефонуй до служби газу за номером 104.**
5. Ні в якому разі не вмикай світло у загазованому та сусідніх приміщеннях і не запалюй вогонь.



### Правила електробезпеки

У часи технічного прогресу, нових наукових технологій зростає кількість небезпек, що чатують на дітей. Поява великої кількості електричного обладнання викликає чималий інтерес у молодого покоління.



Для запобігання ураження електричним струмом та попередження нещасним випадкам звертаємося до батьків з проханням:

Не залишайте дітей без нагляду;

Інформуйте їх про правила поводження з електричними приладами та правила поведінки поблизу електрообладнання;

Постійно нагадуйте дітям, як себе поводити в критичній ситуації, коли в біду потрапляють вони або хтось з їхніх друзів.

Перш ніж увімкнути побутовий прилад у штепсельну розетку, необхідно оглянути, чи не пошкоджена вилка та перевірити неушкодженість ізоляції електричного проводу;

для того, щоб вимкнути побутовий прилад зі штепсельної розетки, потрібно триматись за вилку, а не за шнур;

не вставляти у штепсельну розетку цвяхи, шпильки та інші предмети;

не ремонтувати пошкоджені вимикачі, лампові патрони, штепсельні розетки, які знаходяться під напругою;

не проводити заміну перегорілих або пошкоджених електричних лампочок, які ввімкнуті в освітлювальну мережу;

не вбивати цвяхи в стіни у місцях можливого знаходження електропроводки;

не підійматися по опорах ліній електропередач до електропроводів та на дахи споруд, над якими проходять електричні проводи;

не проводити ігри поблизу ліній електропередач;

у разі виявлення обірваного проводу лінії електропередач, ні в якому разі не наближатись до нього і негайно повідомити про це дорослих;

не влізати на територію загороджених трансформаторних підстанцій та в їх приміщення.

**Постійно нагадуйте дітям, що селфі зроблене в небезпечних місцях це загроза для життя.**