





# Я ЗНАЮ, ЧТО НЕЛЬЗЯ



Держись подальше я, друзья,  
От всех чужих людей!  
Под доброй маской может быть  
Какой-нибудь злодей.

ПОЗВОЛЯТЬ  
НЕЗНАКОМЫМ  
ПРИКАСАТЬСЯ  
КО МНЕ

САДИТЬСЯ  
В МАШИНЫ  
К ЧУЖИМ  
ЛЮДЯМ



Незнакомых берегусь,  
К ним в машину не сажусь!

НАЗЫВАТЬ  
НЕЗНАКОМЫМ  
СВОЁ ИМЯ  
И АДРЕС

ОТКРЫВАТЬ  
ДВЕРЬ ЧУЖИМ  
ЛЮДЯМ

БРАТЬ  
У НЕЗНАКОМЫХ  
ИГРУШКИ  
И СЛАДОСТИ

РАЗГОВАРИВАТЬ  
С НЕЗНАКОМЫМИ  
ЛЮДЬМИ

Адрес свой и имя  
наизусть я знаю.  
Незнакомым людям  
их не называю.

Если я один в квартире,  
Дверь чужим не открываю!  
Это правило простое  
Никогда не забываю!



Не беру у незнакомца  
Ни игрушек, ни конфет.  
На чужие предложенья  
Отвечаю смело "Нет"!



Не гуляю я с чужим,  
Не хожу за руку с ним.

**Я ЗНАЮ**



# Категорически запрещается

- ▶ - Устаивать различные подвижные игры вблизи железнодорожного полотна.
- ▶ - Подлезать под подвижным железнодорожным составом.
- ▶ - Перелезать между железнодорожными вагонами.
- ▶ - Бегать по пассажирской платформе рядом с прибывающим или отправляющимся поездом.
- ▶ - Осуществлять посадку или высадку во время движения.



Если любишь на природе  
ты в наушниках гулять,  
А случайно скорый поезд  
будет рядом проезжать,  
То тогда полезней слушать,  
как в лесу щебечут птички  
И красиво всем сигналит  
машинисты электрички.

**РЖД** Российские  
железные дороги

# ЛЕТО. КАНИКУЛЫ. БЕЗОПАСНОСТЬ.

А безопасность — какая?  
В первую очередь дорожная.

Если ты пошёл гулять — ты пешеход. Поехал на велосипеде, скутере, мотоцикле — водитель транспортного средства. Сел в автомобиль, а может быть, в автобус, троллейбус, трамвай — ты пассажир. И для твоей безопасности давно разработаны умные правила поведения на дороге.



Садясь в автомашину, обязательно пристёгивайся ремнём безопасности, даже если сидишь на заднем сиденье: знай, что столкновение машин при скорости даже 50 км/час равносильно падению с третьего этажа. Поэтому, не пристёгиваясь ремнём безопасности, ты как бы играешь на маленьком балконе без перил.

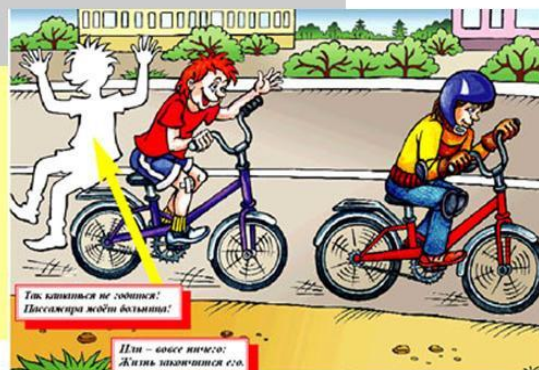
Напомни родителям, чтобы и они не забывали всегда пристёгиваться, помоги младшей сестрёнке или братишке сесть в специальное кресло или надеть специальное удерживающее устройство.

Выходи из машины только со стороны тротуара, так ты будешь защищён от проезжающих мимо машин.



Катайся на велосипеде только в безопасных местах вдали от дорог — в парках, во дворах, на велодорожках.

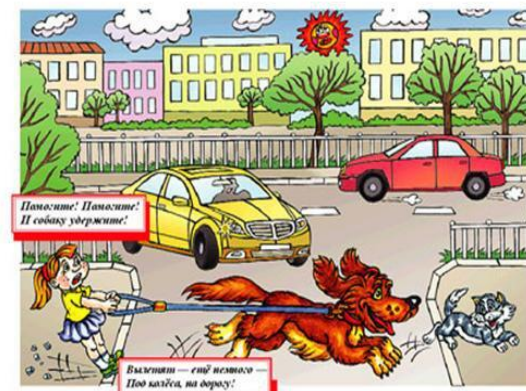
Катаясь на велосипеде, надевай шлем, чтобы защитить голову в случае падения. Даже если ты прекрасно владеешь велосипедом, не гоняй на нём «без рук». Не сажай на багажник или на раму велика друга или подругу: это опасно, поэтому запрещено правилами.



Выезжать на дорогу можно, если тебе уже 14 лет. В таком случае тебе необходимо выучить **Правила дорожного движения** и неукоснительно их выполнять.

Никогда не выезжай на проезжую часть на роликах или скейтах и не катайся на них по тротуарам! Катайся только в специально отведённых для этого местах — парках, на дорожках, площадках.

Всегда носи средства защиты: шлем, налокотники, наколенники, защиту для запястий рук. Не цепляйся к велосипеду и не проси друзей подтолкнуть тебя посильнее — это опасно.



Никогда не играй в мяч, не гуляй с собакой рядом с дорогой. Это тоже опасно.

Летом многие родители вывозят детей в сельскую местность. Туда, где вдоль дороги не бегут тротуары, где нет ни велосипедных, ни пешеходных дорожек, а часто — и обочин. Вы думаете, там нет и транспорта? Ошибаетесь! И транспорт есть, и опасность ДТП есть тоже. А значит... Правильно! **Выполняем основные правила безопасности.**



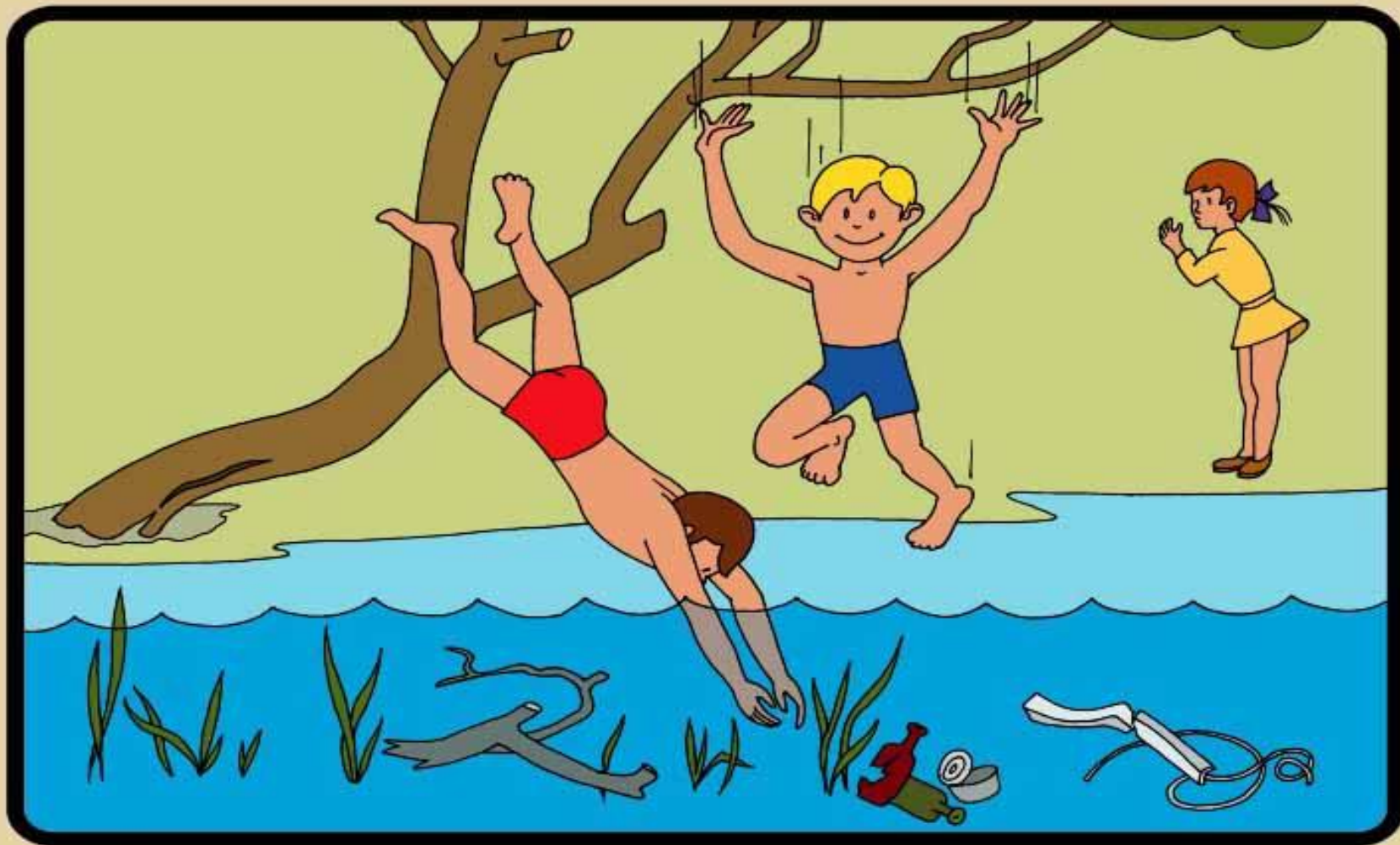


# Действия человека, оказавшегося в воде

Оказавшись в воде, скиньте одежду и обувь. Если поблизости находятся плавсредства, постарайтесь подплыть к ним и посигнальте, чтобы вас заметили.







**НЕ НЫРЯЙТЕ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ !  
НЕ ИЗВЕСТНО, ЧТО ТАМ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ  
НА ДНЕ !**



# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД



Запрещено плавание  
в судоходных местах!



Нырять с лодки  
нельзя!



За буйки  
не заплывать!

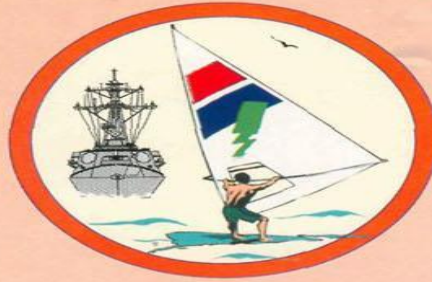


Не ныряйте  
в незнакомом месте.

## ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ВОДНЫМИ ОБЪЕКТАМИ ДЛЯ КУПАНИЯ



Не перегружайте  
лодку.



Не пересекайте  
курс.



Запрещается  
употребление  
спиртных напитков.



Пройдите  
техосмотр.

## ОСНОВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ПО ОКАЗАНИЮ ПОМОЩИ



Транспортировка  
потерпевшего  
с поддержкой  
за волосы



Транспортировка  
пострадавшего  
за разноимённую руку



Выполнение  
непрямого  
массажа сердца



Выполнение  
одновременно  
массажа сердца  
и искусственного  
дыхания



*Лето – прекрасная пора, особенно для школьников. Ни уроков тебе, ни домашних заданий. Знай себе отдыхай да развлекайся! Только делать это надо с умом! И всегда помнить об элементарных правилах безопасности.*

## НА РЕЧКЕ или ОЗЕРЕ

Купаться в водоеме можно только под присмотром взрослых!

Не ныряй в незнакомых местах, пока кто-нибудь из взрослых не проверит глубину водоема и чистоту дна. Под водой могут быть валуны, коряги, металлический мусор.

Если ты не умеешь плавать – не отходи от берега. Дно может уйти из-под ног неожиданно.

Опасно плавать с досками, бревнами, автомобильными камерами, надувными резиновыми предметами, так как даже небольшая волна может отнести человека далеко от берега, а из надувных средств может выйти воздух.

При катании на лодках и катамаранах необходимо надевать спасательные жилеты. Нельзя устраивать в воде потасовки и возню.

## В ЛЕСУ

Ходить в лес можно только со взрослыми. Уходя обязательно:

- ☘ наденьте яркую одежду, но не зеленую;
- ☘ возьмите с собой мобильный телефон и свисток.

### ЕСЛИ ТЫ ЗАБЛУДИЛСЯ

Никуда не беги! Можно упасть и получить травму или попасть в болото.

Попробуй позвонить по мобильному телефону взрослым, с которыми ты уходил в лес. Если связи нет, свисти в свисток. Не кричи! В лесу голос плохо слышен, можешь только охрипнуть.

Остановись возле дерева, которое тебе понравилось, и обними его. Дерево тоже живое и станет тебе другом, пока тебя не найдут. Лучше выбрать дерево вблизи поляны или просеки, тогда тебя легче будет обнаружить с воздуха.

На поляне можно вытоптать густую траву или выложить большой крест из еловых веток. Если в небе появился вертолет – бегай и размахивай руками, так тебя легче будет заметить.

Не сиди на голой земле – быстро замерзнешь. Сделай себе подстилку толщиной не менее 15 см из любого сухого материала: еловых веток, травы, листьев. От ветра и дождя тебя может защитить пушистая елка или густое лиственное дерево.

**ПОМНИ!** Взрослые не прекратят поиски, пока не найдут тебя.

## У КОСТРА

Разводить костер можно только в присутствии взрослых!

Ты можешь самостоятельно поддерживать огонь в костре и подкладывать хворост, но ни в коем случае нельзя доставать из костра ветки и размахивать ими. Можно попасть в лицо товарищу.

Разводя костер на природе, нельзя подкидывать в него лапник и что-то подобное, дающее много искр, т.к. они могут поджечь сухой лес (луг), попасть в лицо окружающим или прожечь одежду.

Не безопасно самостоятельно снимать с огня котелки и наливать себе горячий чай. В походе лучше пользоваться металлической посудой с плоским дном.

Опасно разводить костер при сильном ветре, особенно на даче, вблизи строений. Уходя, нужно обязательно затушить огонь.

Нельзя шалить и бросать в костер аэрозольные баллончики, банки и бутылки из-под бытовой химии, шифер. Они могут взорваться.





# ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ



Не разговаривай и не открывай дверь незнакомым людям!



Мойте руки перед едой!



Не трогай таблетки!



Спички не игрушка!



Не играй на балконе, упадешь!



Не сиди на подоконнике!



Не играй на стройке!



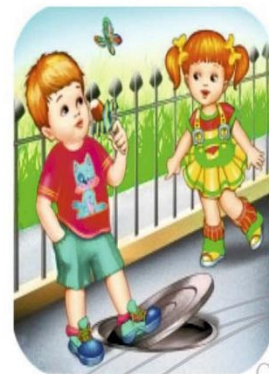
Не трогай чужие вещи!



Не разговаривай с незнакомыми людьми!



Не дразни собак!



Не наступай на лужи!



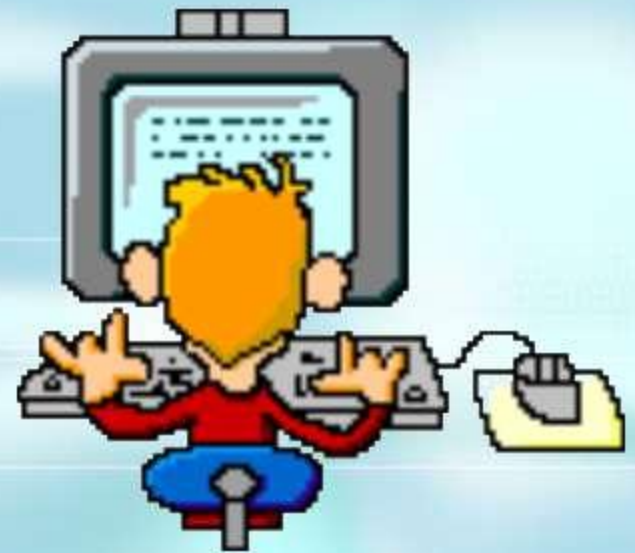
Не ходи по льду водоёмов!



# Требования безопасности во время работы



1. Делать гимнастику для глаз через каждые 15 минут работы с дисплеем.
2. Не трогать разъёмы соединительных кабелей.
3. Не прикасаться к питающим проводам и устройствам заземления.
4. Не прикасаться к экрану и тыльной стороне монитора.
5. Не класть на монитор и клавиатуру книги, диски, тетради.
6. Не работать во влажной одежде и влажными руками.
7. Не выполняйте работы, не предусмотренные заданием учителя.



# Правила личной безопасности на улице

3. Не соглашай ни на какие предложения незнакомых взрослых.
4. Никуда не ходи с незнакомыми взрослыми и не садись с ними в машину.
5. Никогда не хвастайся тем, что у твоих родных много денег.
6. Не приглашай домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых.
7. Не играй вблизи зданий, с крыш которых свисает снег и лёд.
8. Запрещается находиться на улице без сопровождения взрослых после 22.00 часов в зимнее время и 23.00 в летнее.





# Правила поведения во время летних каникул

Каждый ребенок, независимо от возраста и ширины размаха планов на каникулы, обязан знать несколько простых правил безопасности во время отдыха. Иначе каникулы могут обернуться неприятными последствиями. Сегодня в рамках проекта «Уроки безопасности» знакомим детей с основными правилами безопасного поведения во время летних каникул и, конечно, напомним о них родителям.

## Солнечная активность:

- в солнечный день всегда надевайте головной убор;
- старайтесь не находиться под воздействием прямых солнечных лучей с 10:00 до 16:00 — в это время самая большая активность солнца;
- 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 много воды и давайте ребенку много пить. Избегайте сладкой воды, она вызывает еще большую жажду.

## Если настигла гроза или буря:

- самое главное — отойти от воды на максимально возможное расстояние;
- если гроза застала на поляне или дугу, то необходимо отключить все электроприборы, которые находятся у вас под рукой (мобильный телефон, GPS-навигатор, планшет, все что угодно); сесть на корточки и обхватить ноги руками, но ни в коем случае не ложиться на землю;
- отстраниться от линий электропередач, деревьев, кустарников. В идеале вы должны найти какой-нибудь овраг или ямку. И, конечно же, при грозе постарайтесь не шевелиться.

## Где нельзя гулять:

- нельзя гулять и играть среди труб, электрошлюзов, нефтекачалок и других промышленных объектов;
- не подлезайте под вагоны! Не перелезайте через автоцепки!
- не играйте на платформах и путях, а также вблизи АЗС и проезжей части;
- нельзя проникать внутрь объектов, в трансформаторные и распределительные пункты;
- прикасаться к оголенным токоведущим частям штепсельных розеток, патронов, выключателей и электроприборов, включенных в сеть.
- находясь на ж/д путях и при переходе через железнодорожные пути, будьте

особо внимательны, осмотритесь, не идут ли поезда по соседним путям.

## Если идешь купаться:

- не купайтесь в запрещенных местах;
- не ходи к водоему один, без взрослых;
- начинать купаться следует при температуре воздуха +20-25°, воды +17-19°С;
- входите в воду надо осторожно, на неглубоком месте остановитесь и окунитесь с головой. В воде можно находиться 10-15 минут. Ни в коем случае не доводить себя до озноба. От переохлаждения в воде появляются опасные для жизни судороги, сводит руки и ноги. В таком случае нужно плыть на спине;
- не заходи в воду при сильных волнах;
- полав в сильное течение, не надо плыть против него, иначе можно легко выбиться из сил. Лучше плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу;
- никогда не следует подплывать к водоворотам — это самая большая опасность на воде. Попав в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению, всплывайте на поверхность;
- опасно подплывать к идущим парходам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, волны и течения;
- не ныряй в воду с плотов, пристаней и других плавучих сооружений, особенно в местах неизвестной глубины, так как можно удариться головой о песок, глину, сломать себе шейные позвонки, потерять сознание и погнубить. Не заплывай за буйки, не прыгай в воду со скал или в местах с неизвестным дном;

- при катании на лодке, не садись на ее борта, нельзя пересаживаться с одного места на другое, а также переходить с одной лодки на другую, вставать во время движения.

## В лесу:

- не ходи в лес один, а тем более в дождливую или пасмурную погоду;
- надевай резиновую обувь, брюки или спортивные штаны, заправив их в сапоги — это спасет от укусов змей и насекомых;
- надевай головной убор, закрывая шею и руки — от попадания клещей;
- не разжигай костры, во избежание пожара, и не мусори. Помни, что лесные пожары чрезвычайно опасны;
- опасно употреблять в пищу незнакомые ягоды и растения, так как некоторые из них могут вызвать острые отравления.

## Остерегаемся травм:

- при занятии активными видами спорта: езда на скейте, роликах, велосипеде — нужно обеспечить надежную защиту уязвимых мест. Для этого надо использовать шлем, наколенники, налокотники, защиту ладоней. При езде на роликах обращай внимание на то, чтобы они надежно фиксировали лодыжку.

## Про еду:

- не употребляй в жаре скоропортящиеся продукты, особенно мясо, которое может превратиться в яд уже после 20 минут нахождения на солнце;
- не употребляй в пищу сырое молоко и яйца, это может привести к отравлениям. Перед приемом пищи тщательно мойте руки;
- старайтесь больше употреблять овощи, фрукты и ягоды. Мойте их тщательно, перед тем как съесть.

## На дорогах:

- переходите улицу только в специ-



**БЕРЕГИ СЕБЯ: прочитай с ребенком!**



ально отведенных местах; по пешеходному переходу или на зеленый сигнал светофора;

- если нет пешеходного тротуара, идите по обочине дороги навстречу движению транспорта, так вы сможете видеть приближающиеся машины;
- кататься на велосипеде можно только во дворах и парках.

## На улице:

- планируйте безопасный маршрут до места назначения и используйте его: выбирайте хорошо освещенные улицы и избегайте прохождение мимо пустынных участков земли, аллей и строительных площадок. Идите длинным путем, если он безопаснее;
- не забывайте сообщать родителям, с кем и куда вы пошли, когда вернетесь. Если задерживаетесь, то позвоните и предупредите;
- если на улице кто-то подозрительный — идет и бежит за тобой, а до дома далеко, беги в ближайшее людное место к магазину, автобусной остановке;
- если незнакомые взрослые пытаются увести тебя силой, сопротивляйся, кричи, зови на помощь: «Помогите! Меня уводит незнакомый человек!»;
- не соглашайся ни на какие предложения незнакомых взрослых.
- нигде не ходи с незнакомыми взрослыми и не садись с ними в машину;
- не приглашай домой незнакомых ребят, если дома нет никого из взрослых;
- не играй на улице с наступлением темноты.

## Когда ты один дома:

- не пользуйся электроприборами, не играй с острыми, колющими и режущими, легковоспламеняющимися и взрывоопасными предметами, огнестрельным и холодным оружием, боеприпасами;
- не употребляй лекарственные препараты без назначения врача;
- открывать дверь можно только хорошо знакомому человеку;
- не оставляй ключ от квартиры в «надежном месте»;
- не вешай ключ на шнурке себе на шею;
- если ты потерял ключ — немедленно сообщи об этом родителям;
- не играй спичками и зажигалками: игры с огнем могут привести к пожару.

**Желаем вам приятного и безопасного летнего отдыха!**

Управление по вопросам семьи и детства





# Во время нахождения на улице соблюдайте следующие требования безопасности

- ▶ - Планируйте свой безопасный маршрут до места назначения. Выбирайте хорошо освещенные улицы и избегайте прохождения около пустынных территорий, аллей и строительных площадок.







**ТВОИ**

**БЕЗОПАСНЫЕ**

**КАНИКУЛЫ!**

