

«Мое безопасное лето!»

УСЛОВИЯ БЕЗОПАСНОСТИ:

1. Солнечная активность. В солнечный день всегда надевайте ребенку головной убор. Когда на небе облака, берите головной убор с собой. Ориентировочно, с 10-00 до 16-00 самая большая активность солнца, поэтому в это время старайтесь, чтобы ребенок не находился долго под воздействием его прямых лучей. При первых признаках переутомления, недомогания необходимо переместиться в тень. Одежда летом должна быть тонкая хлопчатобумажная.

2. Осторожность на воде. Вода не страшна тем, кто соблюдает осторожность и правила поведения на воде. Всегда плавать самим и тем более детям, необходимо в специально предназначенных для этого местах, на оборудованных и безопасных пляжах. Находясь у водоема, всегда держите ребенка в поле своего зрения. Для детей лучше применять специальные средства безопасности, надувные нарукавники и жилеты. Строго контролируйте нахождение ребенка в воде, чтобы избежать переохлаждения. После купания в соленой воде необходимо помыться пресной.

3. Опасные насекомые. Самыми опасными насекомыми в нашей зоне можно считать клещей, т.к. они являются разносчиками опасных заболеваний. Поэтому, всегда, отправляясь в лес, старайтесь одевать светлую одежду, закрывающую ноги и руки, и не забывать про головной убор. После посещения природы необходимо тщательно осмотреть одежду и тело ребенка, чтобы вовремя обнаружить «неприятного гостя». Также избегайте контакта с осами, пчелами, шмелями - их укусы болезненны и могут вызвать аллергическую реакцию. Необходимо всегда держать в аптечке средства для лечения укусов насекомых.

4. Избегаем пищевых отравлений. Приучите ребенка мыть руки перед каждым приемом пищи. Помните, что влажные салфетки не дают необходимой чистоты для приема пищи. Не употребляйте на жаре скоропортящиеся продукты, которые могут превратиться в яд уже после 20 минут нахождения на солнце. Овощи, фрукты нужно мыть тщательно, старайтесь не приобретать их на улице .

5. Остерегаемся травм. При занятии активными видами спорта необходимо обеспечить ребенку надежную защиту уязвимых мест. Для этого нужно использовать шлем, наколенники, налокотники, защиту ладоней.

Уважаемые родители, помните, что от нашей бдительности зависит здоровье наших детей!