

# Лето - это маленькая жизнь

## Сделайте ее безопасной для ребенка

Летние каникулы порой оборачиваются настоящей «головной болью» для родителей. Хлопот прибавляется: маленькие непоседы так и норовят попасть в какую-то историю, ребята постарше - поскорее убежать на речку или погулять со сверстниками. Как тут углядишь? И все-таки родителям нужно сделать все необходимое, чтобы их чадо было в безопасности. Чему научить ребенка и что должны обязательно проконтролировать взрослые, напомним сегодня.

### Мама, закрой окно!

**1** Не приучайте малышей интересоваться окном, видом из окна, сидеть на подоконнике.

**2** Не оставляйте детей одних в комнате, где открыты окна и доступ к ним не ограничен.

**3** Уберите от окон диваны и стулья.



Если комнату нужно проветривать, можно поставить устройство «пенкид». Оно работает как в поворотном положении, так и в откидном, и выдерживает нагрузку до **500 килограммов**. Также есть нижнее устройство «БСЛ-замок». Оно позволяет откинуть створку, но открыть окно при этом невозможно.

**4** Установите на окна специальные задвижки и ограничители, чтобы ребенок не мог открыть их полностью.

**5** Не успокаивайте себя тем, что ребенок маленький. Даже если он сам еще пока не может залезть на подоконник, то когда-нибудь у него получится. Лучше, если во время этой попытки вы будете рядом.

**6** Врачи предупреждают: если ребенок упал с высоты, ни в коем случае нельзя его поднимать или переносить до приезда «скорой помощи». При повреждениях позвоночника и спинного мозга этим можно только навредить.

### Важно!

Если ребенок все-таки остается в комнате один, производители окон рекомендуют несколько решений. Самый простой способ - поставить замок на оконную ручку. В таком случае открыть окно можно будет только ключом.

### Едем в лагерь?

К выбору места для детского отдыха или санаторно-курортного лечения тоже нужно подходить ответственно. Чем внимательнее будут родители, тем меньшему риску они подвергнут здоровье своего ребенка.

**1** Обязательно узнайте, как давно работает организация, кто является ее учредителем.

**2** Уточните, в каких условиях будут находиться дети: места проживания, организация и качество питания, наличие медперсонала, доступность сотовой связи, соблюдение санитарных норм и требований, обеспечение пожарной безопасности и охраны.

**3** Постарайтесь как можно больше узнать о развлечениях и досуге ребенка в организации.

**4** Попросите номера контактных телефонов, по которым вы можете звонить в случае необходимости.

### Обратите внимание!

Информацию о костромских оздоровительных организациях можно найти на официальном сайте регионального департамента по труду и социальной защите населения в разделе «Социальная политика» (подраздел «Детский отдых и оздоровление»), реестр организаций отдыха и оздоровления детей).

### Вода - не друг!

Для купания детей во время походов, прогулок и экскурсий в летнее время выбирается тихое, неглубокое место с пологим и чистым от коряг, водорослей и ила дном. Во время купания категорически запретите детям спрыгивать в воду и нырять с перил ограждения или берега. **Решительно пресекайте шалости детей на воде!**

### Важно!

Родители, помните, что ребенок идет на водоем только в сопровождении взрослых! За купающимся ребенком должно вести непрерывное наблюдение!

### Научите детей правилам безопасности на отдыхе у воды:

- купаться можно только в разрешенных местах, в купальнях или на оборудованных пляжах;
- для купания выбирайте песчаный берег, тихие неглубокие места с чистым дном;
- не купайтесь в запрещенных и необорудованных для купания местах (у плотин, на водосбросе, в карьерах, котлованах, бассейнах для промышленных нужд).

### При купании категорически запрещается:

- заплывать далеко от берега, выплывать за пределы ограждения мест купания;
- подплывать близко к проходящим катерам, весельным лодкам, гидроциклам;
- взбираться на технические предупредительные знаки;
- прыгать в воду с лодок, катеров и других плавательных средств;
- купаться в вечернее время после захода солнца;

- прыгать в воду в незнакомых местах;
- купаться у крутых, обрывистых берегов;
- во время купания не делайте лишних движений, не переутомляйте себя;
- остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко.
- заплывать далеко на надувных матрасах и кругах.



**Важно!** После приема пищи разрешается купаться не раньше чем через полтора-два часа.

Подготовлено по материалам ГУ МЧС России по Костромской области

### В сети не сиди?!

Более **70%** всех детей в нашей стране пользуются интернетом. Каждый второй подросток имеет личный компьютер,

а **40%** ребят выходят в интернет со смартфонов. Вместе с тем интернет-технологии все чаще берут на вооружение правонарушители.

**1** Компьютер, которым пользуется ребенок, лучше разместить в общей комнате. Таким образом, родителям будет проще контролировать и обсуждать увиденное в интернете.

**2** Чтобы лимитировать время пребывания в Сети, используйте будильник. Это хорошая профилактика компьютерной зависимости.

**3** Применяйте все технические возможности защиты компьютера: функции «родительского контроля» в операционной системе, антивирус, спам-фильтр. Создайте разные учетные записи на компьютере для себя, членов семьи и для ребенка. Проверяйте, на какие сайты он заходил.

**4** Обсуждайте с детьми все вопросы, которые возникают у них в процессе использования Сети, интересуйтесь друзьями из интернета. Учите критически относиться к информации, не делиться личными данными онлайн. Информировать ребенка обо всех опасностях интернета.

**5** Постоянно повышайте уровень своей компьютерной грамотности.

**6** Отвлекайте ребенка от компьютера живым общением, проводите больше времени вместе, займите его каким-либо хобби.

### «Невредные советы» для ребенка

● **Никогда не давай такую информацию о себе, которая может указать, что ты ребенок.**

● **Вместо фотографии пользуйся рисованным аватаром.**

● **Настрой доступ к своим фотографиям только для самых близких людей.**

● **Не переходи по подозрительным ссылкам.**

● **Поддерживай дружбу только с теми, кого знаешь.**

● **Если во время общения в чате или переписки онлайн кто-то тебе угрожает, задает неприятные вопросы или уговаривает на встречу в реальной жизни, ничего не отвечай и немедленно сообщи об этом родителям!**

