

Памятка для родителей дошкольников «Безопасное лето!!!»

Подготовила Васютенко О.В., воспитатель

Лето — время ярких впечатлений и активного отдыха, но важно помнить о безопасности. Вот ключевые рекомендации для родителей дошкольников, которые помогут сделать летний отдых безопасным и приятным.

Тепловой и солнечный удар

- **Головной убор.** Всегда берите с собой панаму или кепку из светлых натуральных тканей.
- **Время прогулок.** Избегайте прямых солнечных лучей с 12:00 до 16:00. Гуляйте в тени деревьев.
- **Питьё.** Берите с собой бутылочку чистой воды (не сладкой газировки!). Поите ребёнка каждые 20–30 минут.
- **Признаки перегрева.** Вялость, покраснение кожи, тошнота, головная боль. При их появлении немедленно уйдите в прохладное место.

Безопасность на воде

- **Контроль.** Никогда не оставляйте ребёнка одного в воде или рядом с водой без присмотра. Это касается даже надувных бассейнов и ванны.
- **Места для купания.** Купайтесь только на официальных пляжах и в проверенных местах без водорослей и коряг.
- **Правила.** Объясните ребёнку, что нельзя нырять в незнакомых местах, хватать друг друга за ноги и руки в воде, заплывать за буйки.
- **Спасательные средства.** Надувные игрушки не являются спасательными. Ребёнок может с них соскользнуть или их сдуть течением.

Защита от насекомых

- **Осмотр после прогулок.** Обязательно осматривайте кожу ребёнка (особенно голову, шею, подмышки, пах) после посещения парка или леса.
- **Средства от насекомых.** Используйте детские репелленты (спреи, браслеты, кремы) строго по инструкции. Наносите на одежду, а не на кожу малышей до 3 лет.
- **Укусы.** Если ребёнка укусила оса или пчела, проследите за дыханием и отёками. При отёке губ или горла срочно обратитесь к врачу.

Транспорт и правила дорожного движения

- **Средства защиты.** При катании на велосипеде, самокате, роликах обязательно используйте шлем, наколенники и налокотники. Катайтесь только на тротуарах, в парках или на закрытых площадках (выезд на дорогу запрещён).
- **Светофор.** Повторите с ребёнком сигналы светофора и правило: «Стой, смотри, слушай».
- **Автокресло.** В автомобиле ребёнок всегда должен быть в удерживающем устройстве. Не оставляйте детей одних в закрытой машине на солнце — это смертельно опасно из-за перегрева.

Пищевая безопасность

- **Мытьё рук.** Тщательно мойте руки с мылом перед едой. На природе используйте влажные салфетки или антисептик.
- **Скорпортящиеся продукты.** В жару быстро портятся молочные продукты, колбаса, варёные яйца, салаты с майонезом. Берите в дорогу только немолочные каши, печенье, бутерброды с сыром и мытые овощи/фрукты.
- **Ягоды и овощи.** Мойте ягоды и овощи с грядки проточной водой. Следите, чтобы ребёнок не ел невымытые ягоды и незнакомые грибы.

Опасные растения и грибы

- **Ягоды.** Научите ребёнка правилу: «Незнакомое — не трогай!». Волчье лыко, вороний глаз, белена — смертельно ядовиты.
- **Грибы.** Если ребёнок ещё мал, объясните, что любые грибы в лесу трогать нельзя (только фотографировать).
- **Борщевик.** Сок этого растения вызывает сильнейшие ожоги. Если ребёнок дотронулся до него — немедленно вымойте место с мылом и спрячьте от солнца на 2 дня.

Безопасность дома

- **Москитные сетки.** Никогда не надейтесь на них! Они не выдерживают вес ребёнка.
- **Защита окон.** Установите на окна блокираторы или ручки с ключом. Не ставьте рядом с окном стулья или табуреты, по которым ребёнок может залезть на подоконник.
- **Правило.** Не оставляйте малыша одного в комнате с открытым окном.

Номера экстренных служб

Вклейте на видное место карточки с номерами:

- 112 — единый номер вызова экстренных служб (с мобильного);
- 101 — пожарная охрана;
- 102 — полиция;
- 103 — скорая медицинская помощь.

Памятка для ребёнка

- Нельзя уходить с чужими людьми, садиться к ним в машину и брать угощения.
- Нельзя залезать в воду без разрешения взрослых.
- Нельзя трогать руками бродячих собак и кошек.
- Если потерялся в парке — стой на месте или иди к сотруднику (охраннику, полицейскому).

Соблюдение этих правил поможет сделать лето для ребёнка безопасным и запоминающимся!!!