

**Городской экспертно-консультативный совет родительской общественности при
Департаменте образования и науки города Москвы**

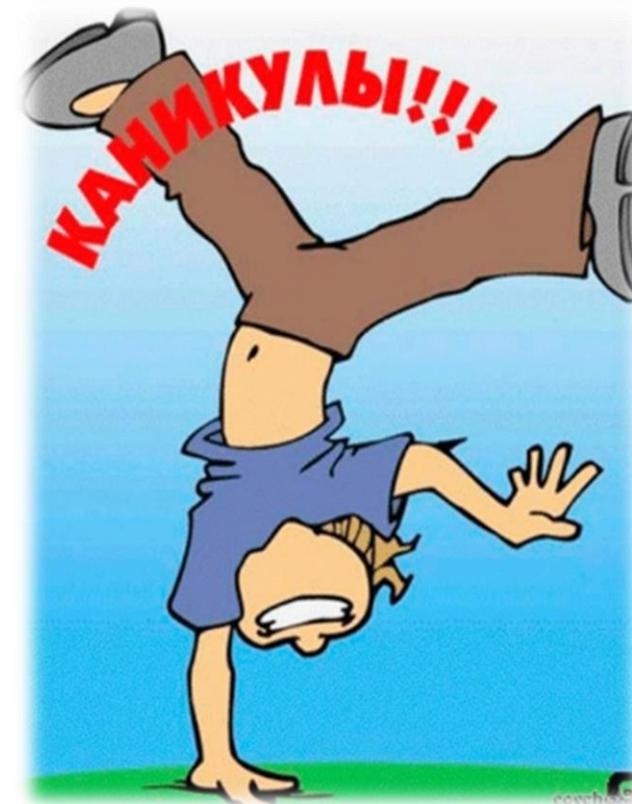
Правила безопасного поведения в летнее время года



Правила поведения на летних каникулах

Лето – прекрасная пора для отдыха. Во время летнего отдыха нас подстерегает большое количество опасностей на дорогах, у водоёмов, в лесопарковых зонах, на садовых участках, во дворах, этому способствует погода, поездки, наличие большого количества свободного времени.

Уважаемые ребята, рекомендуем вам перед началом летних каникул вспомнить правила безопасного поведения!



Правила поведения на водоёмах

- Купаться и загорать можно только на оборудованном пляже, в разрешенных МЧС местах;
- Если вы не умеете плавать, не следует заходить в воду выше пояса;
- Находиться в воде можно не более 10 мин, при переохлаждении могут возникнуть судороги (длительность пребывания зависит от температуры воды и воздуха);
- Нельзя нырять после длительного пребывания на солнце, сразу после приема пищи, в состоянии утомления;
- Нельзя нырять с мостов, пристаней, других сооружений на пляже, даже в тех местах, где ныряли прошлым летом, так как уровень воды мог понизиться за год, на дно попасть опасные предметы;
- Прыгать с берега в незнакомых местах категорически запрещается;
- Нельзя заплывать за буйки, так как они ограничивают проверенную для купания акваторию.



Правила поведения на водоёмах

- Если вы оказались в водовороте, не теряйтесь: наберите больше воздуха в легкие и погрузитесь на глубину, сделав сильный рывок в сторону, всплывите на поверхность воды;
- Нельзя заплывать далеко от берега, так как можно не рассчитать своих сил, чтобы вернуться назад;
- Если вы почувствовали усталость, не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега, «отдохните» на воде, лежа на спине или спокойно расправив руки и ноги, закройте глаза и расслабьтесь, чтоб далее продолжить путь;
- Опасно подныривать друг под друга, хватать за ноги, пугать, сталкивать в воду и заводите на глубину не умеющих плавать. Такие действия могут повлечь смерть;
- Если вас захватило сильное течение, не стоит пытаться бороться с ним, надо плыть вниз по течению под углом, приближаясь к берегу;
- Опасно купаться в воде ниже +17–19 градусов;
- Нельзя купаться в шторм, в грозу;
- Нельзя купаться ночью.



Правила поведения на солнце

- Избегайте нахождения на солнце с 11.00 до 15.00, когда солнце самое активное (возможны ожоги и солнечные удары).
- Кроме солнцезащитных средств, не забывайте о головном уборе, футболке и солнцезащитных очках.
- Не забывайте обновлять защиту, особенно после пребывания в воде.
- Уделяйте особое внимание чувствительным участкам тела: нос, губы, уши, шея.



Правила поведения на солнце

СИМПТОМЫ ТЕПЛОВОГО УДАРА

Расстройство сознания

Расширение зрачков

Отдышка, жажда, рвота

Температура больше 39,6°

Носовые кровотечения

Учащенный пульс

Мышечные боли

Сухая горячая кожа

СИМПТОМЫ СОЛНЕЧНОГО УДАРА

Сильные головные боли

Покраснение лица

Головокружение

Потемнение в глазах

Тошнота



Правила поведения на солнце

- Наиболее опасно пребывание на солнце с 11 до 15 часов дня. В это время риск перегрева максимален.
- В жаркое время суток старайтесь больше находиться в тени. Избегайте прямых солнечных лучей.
- Обязательно наденьте головной убор.
- Пейте много жидкости, лучше минеральной воды (не менее 2 литров в день).
- После длительного пребывания на солнце входить в воду следует постепенно, чтобы тело привыкло к прохладной воде.



Правила поведения на солнце

ПРАВИЛА ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ТЕПЛОВОМ УДАРЕ

- Немедленно поместите пострадавшего в тень или перенесите его в прохладное помещение.
- Снимите одежду с верхней половины тела и уложите на спину, немного приподняв голову.
- Положите на голову холодный компресс.
- Оберните тело мокрой простыней или опрыскайте прохладной водой.
- Дайте пострадавшему обильное питье.
- При обморочном состоянии поднесите к носу вату, смоченную нашатырным спиртом.
- Обязательно обратитесь к врачу.



Дорожная безопасность

Основные причины ДТП:

- безнадзорность детей и подростков;
- выезд на дорогу на роликовых коньках, самокатах, велосипедах и других средствах передвижения;
- переход проезжей части в неустановленном месте;
- неожиданный выход пешехода из-за придорожных предметов, ограничивающих видимость;
- переход проезжей части вне пешеходного перехода;
- пешеход в возрасте до 7 лет без взрослого;
- иные нарушения правил пешеходами;
- игра на придорожной территории, проезжей части.



Ошибки «ценой в жизнь» на дороге



ЭКСПЕРТНО-
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ
СОВЕТ
РОДИТЕЛЬСКОЙ
ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Дорожная безопасность

ЗАПОМНИ!

ЭТИ ПРАВИЛА СПАСУТ ТЕБЕ ЖИЗНЬ!

- убрать телефон и гаджет;
- закрыть зонт;
- снять капюшон и вытащить наушники из ушей;
- выйдя из общественного транспорта, не обходи его ни спереди, ни сзади. Подожди, пока он отъедет;
- найди пешеходный переход для перехода дороги;
- переходи дорогу только по пешеходному переходу под прямым углом, контролируя оба направления движения.



ЭКСПЕРТНО-
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ
СОВЕТ
РОДИТЕЛЬСКОЙ
ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Дорожная безопасность

Увидел транспорт
специального назначения ?

Остановись!

**Пропусти его если ты на
пешеходном переходе!**



ЭКСПЕРТНО-
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ
СОВЕТ
РОДИТЕЛЬСКОЙ
ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Безопасные места перехода

Надземный пешеходный переход



Подземный пешеходный переход



ЭКСПЕРТНО-
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ
СОВЕТ
РОДИТЕЛЬСКОЙ
ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Небезопасное место перехода

**Наземный пешеходный переход:
если переход нерегулируемый – переход по нему очень опасен!**



ЭКСПЕРТНО-
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ
СОВЕТ
РОДИТЕЛЬСКОЙ
ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Правила безопасности в городе

Как нужно себя вести в темное время суток

- Необходимо планировать свое время так, чтоб не бывать в темное время суток на улице!!!
- Позаботьтесь о своей безопасности – добирайтесь до дома на такси, номер которого вы сфотографировали и отослали родителям. Будьте в пути на связи!

Если вы оказались в темное время суток на улице соблюдайте правила поведения:

- Сообщите родителям о ситуации, месте вашего нахождения;
- Будьте на связи;
- Вызовите такси;
- Избегайте мест, где нет освещения и мало людей;
- Не привлекайте к себе внимание (не носите большие сумки, украшения также лучше полностью снять, чтобы не провоцировать грабителей своим видом);
- Если вам приходится где-то расплачиваться, не стоит демонстрировать свой кошелек и наличие в нем наличных;
- Если вы видите, что кому-то нужна ваша помощь, лучше заранее взвесьте, что именно вы можете сделать;
- Никогда не пользуйся плеером, телефоном через наушники – не услышишь преступника. Будьте бдительны!
- Не держите в руках мобильный телефон если в этом нет необходимости.



Правила безопасности в городе

Как действовать при встрече с преступником?

- Контролируйте все, что происходит рядом с вами, в частности, ночью на улице выбирайте самый безопасный, а не короткий путь, обходите стороной темные закоулки.
- Когда вам угрожает опасность, кричите и попытайтесь где-нибудь укрыться. Вы можете попробовать бежать, если чувствуете, что на это хватит физических сил.
- «Пожар!», – именно на этот крик отреагирует большинство жителей окрестных домов и прохожие. Страх за свою жизнь и здоровье заставит многих выглянуть в окно или даже выбежать на улицу.



Прогулка по лесу, парку...



Прогулка по лесу, парку...

Собираясь в лес, придерживайтесь следующих рекомендаций:

- Не отправляйтесь в лес один, необходимо позаботиться о компании, так безопаснее;
- Научитесь пользоваться компасом, изучите основные правила ориентирования в лесу;
- Обращайте внимание на погодные условия – в пасмурную погоду поход лучше отложить;
- Надевайте удобную, непромокаемую одежду и обувь;
- Возьмите с собой компас, полностью заряженный телефон, дополнительное зарядное устройство, запас воды, продуктов, необходимые вам лекарства, нож, карту района, куда направляетесь;



Прогулка по лесу, парку...

Когда опасен клещ?

- Опасен в весенне-летний период;
- Наиболее активны утром и вечером;
- Любят затененные влажные места с густым подлеском;
- В жару или дождь клещи прячутся.



Прогулка по лесу, парку...

Профилактика укусов

- Надевайте для походов в лес одежду, защищающую большую часть тела и плотно прилегающую к обуви и запястьям рук,
- Надевайте одежду светлых оттенков (клещ на ней более заметен);
- На голову надевайте головной убор, капюшон, специальные шапки (например, платок, концы которого следует заправлять под воротник).



Прогулка по лесу, парку...

Профилактика укусов

- Отправляясь в лес, пользоваться репеллентными средствами, на которых написано «от клещей»;
- Самое главное – постараться не допустить присасывания клещей. Важно помнить, что плотно клещ присасывается спустя 1-1,5 часа после попадания на тело;
- Не срывать ветки и не оттягивать их;
- После прогулки обязательно осмотреть себя.



Прогулка по лесу, парку...

Симптомы для обязательного обращения к врачу

Если после укуса клеща, насекомого у вас:

- образовалось красное пятно на месте ранки от укуса
- повысилась температура
- появилась ломота в мышцах и суставах
- вы стали бояться света
- появилась сыпь на теле
- немедленно обратитесь к врачу



Соблюдайте правила предосторожности!

Прогулка по лесу, парку...

- Обязательно сообщите родственникам, знакомым о предполагаемом маршруте, продолжительности похода, своевременно информируйте их об изменениях своих планов;
- Прежде чем углубиться в лес, обратите внимание на солнце, запомните, с какой стороны оно расположено: если солнце справа, то при выходе в том же направлении из леса нужно, чтобы оно оказалось слева;
- При задержке в лесу свыше часа, выходя из леса по солнцу, дополнительно отклонитесь влево на 15 градусов за каждый час пребывания на природе. Лучше используйте компас.
- Не рискуйте своей жизнью ради прогулки!



Укусы жалящих насекомых

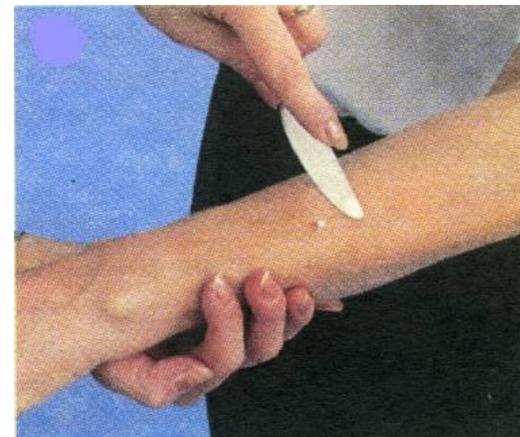
- Реакция организма на укусы пчёл и ос зависит от индивидуальной переносимости к их яду. Особенно опасны множественные укусы.
- Наиболее опасным и крупным является шершень.
- Расцветкой он похож на осу, но размер его значительно больше.
- Если вас ужалила оса или пчела, не спешите её прихлопнуть.
- Учёные установили, что химическое соединение, которое попадает из тельца убитого насекомого в воздух, приводит всех находящихся неподалёку сородичей в агрессивное состояние.
- Если где-то рядом находится гнездо, то уловив сигнал тревоги, насекомые бросаются на защиту своего дома и начинают жалить всё живое на своём пути.



Укусы жалящих насекомых

Что необходимо сделать если вы подверглись нападению ос или пчёл:

- Осторожно удалить из кожи жало, тупой стороной лезвия ножа или ногтем.
- Промойте место укуса водой с мылом.
- Приложите на место укуса холод.
- Принять обезболивающее средство и средство от аллергии.
- Можно приложить кашицу из соли и воды.
- Хорошо помогает сок одуванчика



Нельзя!

Извлекать пчелиное жало пинцетом или захватив его двумя пальцами. Таким образом вы можете выдавить оставшийся яд в кожу.

Как уберечься от молнии?



1

Закройте окна и двери. Не устраивайте сквозняков.



2 Не прячьтесь под одиночными деревьями, избегайте стен, возле которых растут деревья.



3

Отойдите от металлического забора и вообще не прикасайтесь к металлическим предметам.



4

В лесу спуститесь с возвышения, прячьтесь под низкими деревьями.



5

В поле не стойте во весь рост. Найдите в земле углубление и спрячьтесь там.



6

Дома выключите радио, телевизор, не пользуйтесь электроприборами.



7

Если вы едете на велосипеде или мотоцикле - остановитесь.



8

Выключите мобильный телефон.

9

Не бегайте.

10

Держитесь подальше от антенн и проводов.

Комендантский час для подростков

КАКИЕ НОРМАТИВНО-ПРАВОВЫЕ АКТЫ ОГРАНИЧИВАЮТ НОЧНОЕ ПРЕБЫВАНИЕ ДЕТЕЙ НА УЛИЦАХ МОСКВЫ?

- Федеральный закон от 24.07.1998 N 124-ФЗ "Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации" (ст. 14.1);
- Кодекс города Москвы об административных правонарушениях (ст. 3.12).

НЕ НАРУШАЮТ ЛИ ТАКИЕ ОГРАНИЧЕНИЯ ПРАВА РЕБЁНКА?

Нет. В Конституции РФ (ст. 27) сказано, что каждый имеет право на свободу передвижения. Однако Конституция предусматривает ограничения некоторых групп граждан (ст. 55), в том числе для защиты нравственности, здоровья, обеспечения безопасности граждан.

ЧТО СЧИТАЕТСЯ НОЧНЫМ ВРЕМЕНЕМ В Г.МОСКВЕ?

ночное время - время с 23 до 6 часов местного времени.

ГДЕ НЕЛЬЗЯ НАХОДИТЬСЯ РЕБЕНКУ ДО 16 ЛЕТ В НОЧНОЕ ВРЕМЯ СУТОК БЕЗ СОПРОВОЖДЕНИЯ ВЗРОСЛЫХ?

- 1) места массового пребывания и отдыха граждан (улицы, площади, парки, скверы, стадионы, дворы, спортивные площадки, пляжи, лесопарковые зоны и другие места);
- 2) места общего пользования многоквартирных домов (лифты, подъезды, лестничные площадки, чердаки, подвалы);
- 3) городской и пригородный транспорт общего пользования, территории и помещения вокзалов, железнодорожных, автобусных станций;
- 4) места, которые предназначены для обеспечения доступа к сети Интернет, и компьютерные игровые клубы;
- 5) места, которые предназначены для реализации услуг в сфере торговли и общественного питания, для развлечения и досуга, где в установленном законом порядке предусмотрена розничная продажа алкогольной продукции, пива и напитков, изготавливаемых на его основе (рестораны, кафе, закусочные, дискотеки, развлекательные клубы).



ЭКСПЕРТНО-
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ
СОВЕТ
РОДИТЕЛЬСКОЙ
ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Комендантский час для подростков

Памятка для родителей и детей

«КОМЕНДАНТСКИЙ ЧАС ДЛЯ ДЕТЕЙ» - когда нельзя гулять одним

Памятка даёт ответы на возможные вопросы в связи с применением закона об ограничениях для детей, связанных с их безопасным пребыванием в общественных местах в ночное время, а также о необходимом сопровождении детей родителями (законными представителями).

ЗАЧЕМ НУЖНЫ ОГРАНИЧЕНИЯ ПО ПОЗДНИМ ПРОГУЛКАМ ДЛЯ ДЕТЕЙ И КТО СЧИТАЕТСЯ РЕБЕНКОМ?

Несовершеннолетним в РФ считается лицо, не достигшее 18-летнего возраста. Поэтому все, кто младше, включая подростков, подпадают под правовую категорию детей и подлежат особенной защите. В числе видов защиты и так называемый «комендантский час» для детей.

Введение ограничений по пребыванию детей и подростков в общественных местах в ночное время, это мера, рассчитанная как на то, чтобы уменьшить беспризорность и преступность несовершеннолетних, так и направлена на защиту прав и интересов самих несовершеннолетних.

Такие меры позволяют снизить и вероятность возникновения ситуаций, когда дети становятся жертвами преступлений. Законами субъектов РФ устанавливаются свои меры по недопущению нахождения детей в ночное время в общественных местах. В Москве возраст, ограничивающий время нахождения несовершеннолетних на улице без сопровождения родителей (законных представителей), снижен до 16 лет.

Мировой опыт показывает, что различные правовые акты, ограничивающие время нахождения несовершеннолетних на улице, действующие в ряде стран Европы, в Америке, способствуют улучшению ситуации и, как следствие, снижению преступности как среди несовершеннолетних, так и в отношении несовершеннолетних.

Комендантский час для подростков

ГДЕ НЕЛЬЗЯ НАХОДИТЬСЯ РЕБЕНКУ ДАЖЕ В ДНЕВНОЕ ВРЕМЯ И СО ВЗРОСЛЫМИ?

Не допускается нахождение лиц, не достигших возраста 18 лет, на объектах, которые предназначены для реализации товаров только сексуального характера; в пивных ресторанах; винных барах; рюмочных; в других местах, которые предназначены для реализации только алкогольной продукции, и в иных местах, нахождение в которых может причинить вред здоровью детей, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию.

МОГУТ ЛИ СОТРУДНИКИ УЧРЕЖДЕНИЙ, НАХОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ В КОТОРЫХ НЕ ДОПУСКАЕТСЯ, ПОТРЕБОВАТЬ ДОКУМЕНТ, ПОДТВЕРЖДАЮЩИЙ СОВЕРШЕННОЛЕТНИЙ ВОЗРАСТ ПОСЕТИТЕЛЯ?

В целях реализации мер защиты детей от факторов, негативно влияющих на их развитие, владельцы коммерческих объектов или их представители (работники) вправе требовать у посетителей документы, удостоверяющие их возраст.

КТО МОЖЕТ ЗАДЕРЖИВАТЬ ДЕТЕЙ В ЗАПРЕЩЕННЫХ МЕСТАХ?

Задерживать детей в местах, где их пребывание не допускается, может сотрудник полиции. В случае обнаружения ребенка без сопровождения родителей или законных представителей полиция устанавливает личность несовершеннолетнего, его адрес проживания, телефон, данные о родителях. В случае, если местонахождение последних установить невозможно, подростка доставляют в специализированное учреждение для несовершеннолетних, нуждающихся в социальной реабилитации.

Разработана Комиссией по делам несовершеннолетних и защите их прав Зеленоградского АО г.Москвы (2016 год)



Комендантский час для подростков

Информация о возрасте и месте нахождения несовершеннолетних в ночное время суток на улицах без сопровождения взрослых

Статья 3.12. Непринятие мер по недопущению нахождения несовершеннолетних в общественных и иных местах без сопровождения родителей (лиц, их заменяющих) или лиц, осуществляющих мероприятия с участием несовершеннолетних

1. Непринятие мер по недопущению нахождения несовершеннолетних, не достигших возраста 18 лет, в местах, пребывание в которых может причинить вред здоровью несовершеннолетних, их физическому, интеллектуальному, психическому, духовному и нравственному развитию: на территориях, в помещениях, которые предназначены для реализации товаров сексуального характера, в букмекерских конторах и тотализаторах, -

влечет наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от двух тысяч пятисот до пяти тысяч рублей; на юридических лиц - от десяти тысяч до тридцати тысяч рублей.

2. Непринятие мер по недопущению нахождения в ночное время (с 23 часов до 6 часов) несовершеннолетних, не достигших возраста 18 лет, без сопровождения родителей (лиц, их заменяющих) или лиц, осуществляющих мероприятия с участием несовершеннолетних, на объектах (на территориях, в помещениях) юридических лиц или индивидуальных предпринимателей, которые предназначены для реализации услуг в сфере общественного питания, для развлечений, досуга, где предусмотрены розничная продажа и распитие пива и напитков, изготавливаемых на его основе, алкогольной продукции, -

влечет наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от двух тысяч пятисот до пяти тысяч рублей; на юридических лиц - от десяти тысяч до тридцати тысяч рублей.

3. Непринятие мер по недопущению нахождения в ночное время (с 23 часов до 6 часов) несовершеннолетних, не достигших возраста 16 лет, без сопровождения родителей (лиц, их заменяющих) или лиц, осуществляющих мероприятия с участием несовершеннолетних, на территориях, на которых ведется строительство, на территориях автомагистралей, путепроводов, железнодорожных магистралей и полос отвода железных дорог, нефте-, газо- и продуктопроводов, высоковольтных линий электропередачи, трубопроводов, в парках, водоемах и на прилегающих к ним территориях (береговая полоса), в помещениях общего пользования (на технических этажах, чердаках, в подвалах) и на крышах жилых домов, на территориях, прилегающих к образовательным учреждениям, в организациях, обеспечивающих доступ к сети Интернет, -

влечет предупреждение или наложение административного штрафа на родителей (законных представителей), лиц, осуществляющих мероприятия с участием несовершеннолетних, в размере от ста до пятисот рублей.



ЭКСПЕРТНО-
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ
СОВЕТ
РОДИТЕЛЬСКОЙ
ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Правила личной безопасности в период самоизоляции

- Избегать мест массового скопления людей (детские площадки, парки закрыты, их нельзя посещать! За нарушение ребенком режима самоизоляции штраф будет наложен на родителей);
- Без особой необходимости не пользоваться общественным транспортом (в случае необходимости передвижения ребенок с 14 лет должен оформить цифровой пропуск);
- В общественных местах носить маску и перчатки;
- Смазывать губы, кончик носа (внутри) и руки детским кремом. Это увлажняет и затрудняет проникновение вирусов. Можно использовать для смазывания губ и носа внутри противовирусную мазь, например, «Зовиракс»;
- Ежедневно протирать антибактериальными, спиртосодержащими средствами (водкой, одеколоном, раствором уксуса) дверные ручки, выключатели, краны, пишущие ручки, телефоны, компьютерные клавиатуры;





ТЕЛЕФОНЫ ЭКСТРЕННОЙ ПОМОЩИ

101 – ПОЖАРНЫЕ, МЧС

102 – ПОЛИЦИЯ

103 – СКОРАЯ ПОМОЩЬ

112 – ЕДИННЫЙ ТЕЛЕФОННЫЙ НОМЕР

ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ СО ВСЕХ

СОТОВЫХ ТЕЛЕФОНОВ

Дорогие ребята

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ
БЛИЗКИХ !**

**ДОРОЖИТЕ ЖИЗНЬЮ И
ЗДОРОВЬЕМ – ЭТО
САМОЕ ДОРОГОЕ ЧТО У
НАС ЕСТЬ!**



ЭКСПЕРТНО-
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ
СОВЕТ
РОДИТЕЛЬСКОЙ
ОБЩЕСТВЕННОСТИ

**ГОРОДСКОЙ ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ
РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ
ПРИ ДЕПАРТАМЕНТЕ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ г. МОСКВЫ**
www.roditel.educom.ru

Председатель: Мясникова Людмила Александровна
myasnikovalala@mos.ru mjasnikowana@yandex.ru

Заместитель председателя: Галузина Ольга Алексеевна
+7 (926) 595-42-32 GaluzinaOA@mail.ru

Контакты для обращения:
+7 (963) 670 – 34 – 90 nebudzavisim@mail.ru