

Живи интересно и безопасно!

Департамент здравоохранения Курганской области
ГКУ «Курганский областной Центр медицинской профилактики»

Живи интересно и безопасно! (памятка
для детей и подростков)

БУДЬ ОСТОРОЖЕН! ТРАВМЫ МОЖНО ПРЕДОТВРАТИТЬ!

Травмы могут случаться с любым человеком. Но, зная о них, и способах их предотвращения, можно спасти свою жизнь и жизнь других людей.

- Не играй с острыми предметами - ножами, ножницами, отвертками и другими инструментами.
- Не прыгай с качели. От резкого касания с землей может произойти перелом ноги или вывих.
- При падении с качели необходимо прижаться к земле и отползти подальше, чтобы избежать дополнительного удара.
- Нельзя бросаться камнями и другими тяжелыми предметами.
- Не играй и не бегай с ручкой или карандашом, палкой или другими заостренными предметами в руках. Ты можешь поскользнуться и попасть острием прямо в глаз.
- Не балуйся с зажигалками, свечками, спичками - это может привести к ожогам и пожарам.
- Не играй в активные игры на кухне во время приготовления еды, ты можешь обжечься горячей жидкостью.

ПЕРЕХОДИ ДОРОГУ ТОЛЬКО В БЕЗОПАСНОМ МЕСТЕ!

- Если на пути есть пешеходный переход, самое безопасное - перейти улицу в этом месте.
- Переходя дорогу, всегда сначала посмотри налево и дождись момента, когда не будет машин.
- Затем посмотри направо, чтобы убедиться, что машина не едет с той стороны.
- Только, когда дорога пуста с левой и с правой стороны, можно переходить на другую сторону.

КУПАЙСЯ - ТОЛЬКО БЕЗОПАСНО!

- Если тебе больше пяти лет, тебе нужно научиться плавать, а также держаться на воде.
- Купаться можно только в разрешенных местах и в присутствии взрослых.
- Нельзя купаться в холодной воде - очень быстро появляются судороги.
- Нельзя нырять в незнакомых местах - на дне могут оказаться бревна, камни, коряги.
- Не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина.
- Нельзя плавать на надувных матрацах, автомобильных камерах, надувных игрушках - подручное средство может оказаться неисправным, порваться, и человек внезапно окажется в воде, а это очень опасно даже для умеющих хорошо плавать.
- Находясь в воде, не толкай и не прыгай на других.
- Нельзя играть в игры с удержанием «противника» под водой - он может захлебнуться.
- Нельзя заплывать далеко от берега, подплывать к катамаранам и моторным лодкам.
- Нельзя заплывать на большую глубину.

Живи интересно и безопасно!

- Нельзя прыгать с подвесных мостов.
- Если ты попал в беду в воде, кричи и зови на помощь.

КУДА ЗВОНИТЬ В СЛУЧАЕ ОПАСНОСТИ:

Если ты или кто-нибудь рядом получил травму, первое, что нужно сделать, это кричать и звать на помощь. Срочно вызвать помощь по телефону:

- СКОРАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ - 03
- ПОЛИЦИЯ - 02
- ПОЖАРНАЯ СЛУЖБА - 01
- ЭКСТРЕННАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ (МЧС) - 01,
с мобильного телефона - 112