

ТВОЁ БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО

Если гуляешь один в городе



Гулять по заброшенным или недостроенным зданиям опасно – можно получить травму

Если дома случился пожар, не пр�ься от огня, немедленно покинь горящее помещение и позвони на помощь

Если остался один дома



Помни, что спички – это не игрушка! Никогда не играй с горючими веществами, с колющими и режущими предметами. Не трогай чужие лекарства и бытовую химию



Узнай у родителей, к кому из соседей ты можешь обратиться за помощью в случае опасности



ТВОЁ БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО

Если собрался на пляж

В сильную жару очень важно носить головной убор. Пей больше воды!



ЗАПОМНИ. ХОДИТЬ В ЛЕС И КУПАТЬСЯ НА ВОДОЁМЕ МОЖНО ТОЛЬКО В СОПРОВОЖДЕНИИ ВЗРОСЛЫХ

Купайся утром или вечером, днём очень жарко и можно получить солнечный ожог



Изучи прогноз погоды: если собирается гроза, поход лучше отложить



Если отправляешься в поход

Сообщи близким, во сколько ты вернёшься, чтобы тебя не потеряли



Купайся только в разрешенных местах, там очищен берег и дежурят спасатели



Выбирай надувное средство для плавания, состоящее из нескольких отсеков

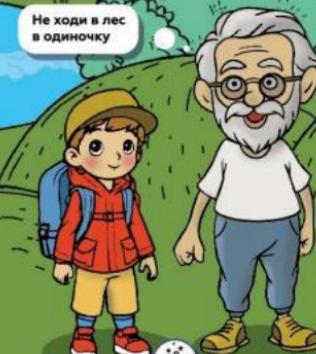


Ешь больше фруктов, овощей и чаще находись в тени



Не ходи в лес в одиночку

Отправляясь в лес, надевай яркую, непромокаемую одежду



Не пробуй незнакомые ягоды, они могут быть ядовитыми



Защищай себя от укусов насекомых



Возьми с собой заряженный мобильный телефон, воду и перекус

