

Инструктаж «Лето. Помним о безопасности»

Лето – это время укрепить и оздоровить детский организм, а не разладить режим дня и питания. Лето – это прекрасная пора для отдыха, прогулки на свежем воздухе, поездки и, конечно же, купание!

Родители должны знать:

- что купаться следует только в специально оборудованных местах;
- за городом место для купания необходимо выбрать там, где чисто и нет сильного течения;
- не оставляйте детей без присмотра вблизи водоема. Следите за купанием детей, даже на мелководье;
- учиться плавать дети могут только под контролем взрослых;
- для купания детей необходимо использовать плавательные средства безопасности: нарукавники, жилеты, разнообразные круги для плавания.

Для принятия солнечных ванн детей:

- обязательно используйте - солнцезащитный крем;
- на солнце у ребенка обязательно должна быть покрыта голова. Лучше всего, если головной убор будет из натуральной ткани светлого оттенка;
- для тех детей, которые не любят носить солнцезащитные очки, лучше выбирать головные уборы с козырьком или панамы с широкими полями;
- в свободном доступе у ребенка должна быть чистая питьевая вода или морс, который утолит жажду;
- так как под воздействием солнца усиливается потоотделение и ребенку следует пить больше обычного;
- после купания необходимо насухо вытереть ребенка, так как влажная кожа усиливает проводимость солнечных лучей, которые могут вызвать ожоги;
- для детей со светлой кожей или обилием родинок предпочтителен загар в тени.

Лето может радовать детей положительными эмоциями, но может и огорчить пищевыми отравлениями.

Немытая или плохо промытая зелень «со своего огорода» может привести к развитию у ребенка различных кишечных инфекций. Даже обычные для ребенка продукты питания в жаркое время года быстро портятся, а срок их хранения сокращается:

- в жару на пикнике время хранения продуктов снижается до 1 часа;
- чтобы избежать пищевого отравления надо мыть руки перед едой;
- при посещении леса с детьми, объясняйте опасность употребления в пищу различных незнакомых ягод и растений, так как некоторые из них могут вызвать острые отравления;
- собирать грибы дети должны со взрослыми;
- объясняйте детям, что нельзя пить воду из незнакомых источников и поверхностных водоемов.

Сохранение жизни и здоровья детей - главная обязанность взрослых. Пожалуйста, сделайте все, чтобы каникулы Ваших детей прошли благополучно, а отдых не был омрачен.