

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ РЕБЁНКА ВО ВРЕМЯ ЛЕТНЕГО ОТДЫХА

ВОДА



- пока ребёнок в воде, наблюдайте за ним активно (ни на миг не отрывайте от него взгляда и не отвлекайтесь ни на что);
- не разрешайте детям прыгать в воду, если вы не знаете, как глубоко дно и насколько оно безопасно;
- плавайте только в разрешенных местах и только там, где дежурят спасатели, в случае опасности у них больше шансов спасти вашего ребенка, чем у вас;
- в воде всегда держитесь от детей, особенно маленьких, на расстоянии вытянутой руки, а лучше придерживайте ребенка, даже если он плавает в кругу;
- никогда не разрешайте детям нырять в надувные бассейны.

- проведите беседу с ребёнком старшего дошкольного возраста об аккуратном поведении на пляже, а за малышами пристально наблюдать, не позволяя запихивать щедрые горсти песка в рот;
- всегда осматривайте песок, на котором вы собираетесь расположиться на отдых - в нём могут быть острые камни, осколки, окурки и прочий мусор

ПЕСОК



СОЛНЦЕ



- наслаждайтесь солнцем в периоды его умеренной активности - до 11 часов утра и после 16 часов вечера; полдень лучше провести дома - не только ребенку, но и вам;
- обязательно, всегда, даже в облачную погоду используйте солнцезащитные кремы (чем младше ребёнок, тем выше должен быть фактор защиты);
- младенцам лучше всего проводить время в тени;
- следите за тем, как ребёнок реагирует на солнце - особенно это актуально в первые дни отдыха;
- ребёнок всегда должен быть в головном уборе.

НЕЗНАКОМАЯ ЕДА

- не бросайтесь пробовать все местные деликатесы и уж тем более не угощайте ими своих детей;
- обязательно мойте фрукты и овощи перед тем, как их есть;
- в некоторых странах лучше не пить воду из-под крана, а покупать бутилированную; в этих же странах чистить зубы и умываться тоже следует с бутилированной, а не проточной водой;
- если ваш ребёнок аллергик или ест баночное или разводное питание, постарайтесь выяснить заранее, продается ли оно там, куда вы едете.



НАСЕКОМЫЕ



- от комаров, мошек и других кровососущих помогают репелленты и противомоскитные сетки;
- не разрешайте детям тревожить покой насекомых - лезть в улья, дупла, переворачивать камни, ходить босиком по полям с цветами;
- если оса «привязалась» к ребёнку, не размахивайте руками, не бегайте и не пытайтесь убить насекомое, ребёнку надо медленно отступить, а если это не помогает - лечь на землю и закрыть голову руками;
- при ночёвке в палатке вытряхивайте одежду перед сном;
- перед прогулкой в лес одевайте детей так, чтобы насекомым и клещам было невозможно пролезть под одежду.