**Памятка родителям**

**Безопасность ребенка во время каникул**

**Уважаемые родители!**

Наступают зимние каникулы – пора отдыха детей, интересных дел, новых впечатлений.

У вашего ребенка появится больше свободного времени для приключений и ребяческих фантазий, а у вас – забот и тревог за их безопасность.

Чтобы избежать непредвиденных ситуаций с детьми, убедительно просим вас

позаботиться о безопасности ребенка, особенно если он остается дома без присмотра взрослых. **Помните, что в это время значительно увеличивается риск уличного и бытового травматизма.** Обсудите вместе с ребенком, чем он будет заниматься, как лучше распланировать время. Организуйте веселые каникулы своим детям, научите их жить содержательно, а не валяться перед телевизором.

Прогулки, игры на свежем воздухе - лучший отдых после учебных занятий, которого так недостает большинству детей в учебное время. Отправляя детей на улицу, напомните им правила дорожного движения, еще раз расскажите своим детям об опасностях зимних дорог. Не отпускайте детей одних на лед. Не допускайте нахождение их на улице без сопровождения взрослых в вечернее и ночное время с 22.00ч. до 06.00ч.

Каникулы должны стать периодом восстановления и накопления сил ребенка, поэтому уделите особое внимание и питанию ребенка. Для этого следует включать в его рацион молочные и мясные продукты, овощи и фрукты. Не позволяйте ребенку, подобно Карлсону, ежедневно уминать конфеты, шоколад, печенье, пирожные и прочие сладости. Строго контролируйте свободное время ваших детей. Не позволяете им играть пиротехникой. Помните: неумелое обращение с пиротехникой может угрожать жизни и здоровью ваших детей. Доведите до них правила пожарной безопасности. Научите оказывать первую медицинскую помощь при несчастных случаях.

**Берегите своих детей!**

**Помните: жизнь и здоровье детей – в ваших руках!**

**Памятка для родителей**

**Безопасность ребенка на зимней дороге**

**Уважаемые родители!**

В связи с тем, что выпал снег, дети больше времени будут проводить на улицах, а как известно, дети-пешеходы – это особая категория участников дорожного движения, которые порой забывают об опасности и устраивают игры на дороге.
Напоминайте детям о правилах дорожного движения для пешеходов в зимний период. Прежде всего, разъясните, где, когда и как можно переходить проезжую часть. Расскажите, как опасно играть и кататься на горках, расположенных рядом с дорогой. Объясните своим детям, что на зимней дороге тормозной путь автомобиля увеличивается в 3 раза. Одевайте детей в яркую одежду, а еще лучше иметь на ней световозвращатели – фликеры, помня о том, что в зимний период, когда на улице начинает рано темнеть, водители могут не увидеть ребенка, так как видимость ухудшается в 2 раза. К сапогам на неправильной скользкой подошве можно приклеить кусочек лейкопластыря (предварительно вымыв и высушив ее), тогда подошва будет не такая скользкая. Попадание ребенка в дорожно-транспортное происшествие – всегда трагедия. Даже если ребенок остался жив и не получил тяжелой травмы, сильное психологическое потрясение может остаться на всю жизнь.

**Уважаемые родители!**

**Согласитесь, что нет большего счастья, чем видеть наших детей здоровыми, радостными и веселыми! Их жизнь и здоровье, светлое будущее во многом зависят от нас, взрослых.**



**ПАМЯТКА**

**о поведении вблизи водоемов в зимний период**

**Это нужно знать:**
- Безопасным для человека считается лед толщиною не менее 15 сантиметров.
- В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.
- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3 дней, то прочность льда снижается на 25%.
- Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета - прочный, белого - прочность его в 2 раза меньше, серый, матово-белый или с желтоватым оттенком лед ненадежен.
**Что делать, если вы провалились в холодную воду:**
- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
- Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
- Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу па лед.
- Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
- Ползите в ту сторону - откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен па прочность.
**Если нужна Ваша помощь:**
- Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- Следуйте ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.
- Остановитесь от находящегося человека в воде в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.
- Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.
- Ползите в ту сторону, откуда пришли.
- Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем.

  