ЛЕТО БЕЗ ТРАВМ

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО КАТАНИЯ НА ВЕЛОСИПЕДЕ И САМОКАТЕ

ЗАЩИТА

ПРАВИЛА ДВИЖЕНИЯ

ВНИМАНИЕ

ЗАМЕТНОСТЬ

ОТВЕТСТВЕННОСТЬ РОДИТЕЛЕЙ

ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ

ДОМ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ
ДДЮТиЭ
Г. СЕРНОВОДСКОЕ

БЕЗОПАСНОСТЬ НАЧИНАЕТСЯ С ВНИМАТЕЛЬНОСТИ!
ПУСТЬ ЛЕТО БУДЕТ АКТИВНЫМ, ЯРКИМ И БЕЗ ТРАВМ!

2

ЛЕТО
БЕЗ ТРАВМ

НАДЕВАЙТЕ ЗАЩИТУ!

Даже небольшое падение может привести к травме.



ШЛЕМ

защищает голову при падении.



НАЛОКОТНИКИ И НАКОЛЕННИКИ

снижают риск травм.



ПЕРЕД ПОЕЗДКОЙ

проверьте исправность экипировки.

Правильная защита – ваша безопасность!

ДОМ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ
ДДЮТиЭ
Г. СЕРНОВОДСКОЕ

3

ЛЕТО
БЕЗ ТРАВМ

СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ!

Это поможет сохранить жизнь и здоровье.

ПЕРЕХОДИТЕ ДОРОГУ
только пешком, ведя рядом велосипед или самокат.

СМОТРИТЕ ПО СТОРОНАМ
перед выездом на проезжую часть и во время движения.

НЕ ВЫЕЗЖАЙТЕ ВНЕЗАПНО
на проезжую часть и из-за препятствий.

СЛЕДУЙТЕ СИГНАЛАМ СВЕТОФОРА
и дорожным знакам.

Твоя безопасность зависит от твоего внимания!

ДОМ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ
ДДЮТиЭ
Г. СЕРНОВОДСКОЕ

4

ЛЕТО
БЕЗ ТРАВМ

НЕ ОТВЛЕКАЙТЕСЬ ВО ВРЕМЯ ДВИЖЕНИЯ!

Внимание на дороге – залог вашей безопасности!



НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ТЕЛЕФОНОМ



Телефон отвлекает и снижает реакцию.



НЕ СЛУШАЙТЕ МУЗЫКУ В НАУШНИКАХ



Вы можете не услышать важные звуки на дороге.



НЕ ВЫПОЛНЯЙТЕ ОПАСНЫЕ ТРЮКИ



Трюки подходят только для специальных мест и площадок.



Будьте внимательны и сосредоточены – это сохранит вашу жизнь и здоровье!

5

ЛЕТО
БЕЗ ТРАВМ

БУДЬТЕ ЗАМЕТНЫ!

Водители должны видеть вас издалека

ИСПОЛЬЗУЙТЕ СВЕТООТРАЖАТЕЛИ

Они делают вас заметными для водителей.

НАДЕВАЙТЕ ЯРКУЮ ОДЕЖДУ

Яркие цвета помогают вас увидеть на дороге.

В ТЁМНОЕ ВРЕМЯ СУТОК ВКЛЮЧАЙТЕ ФОНАРЬ

Белый спереди, красный сзади – это ваша безопасность.

СЛЕДИТЕ, ЧТОБЫ СВЕТОВЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ БЫЛИ ЧИСТЫМИ И ИСПРАВНЫМИ

Грязные и сломанные элементы могут вас подвести.

Чем заметнее вы на дороге, тем БЕЗОПАСНЕЕ поездка!

ДОМ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ
ДДЮТиЭ
Г. СЕРНОВОДСКОЕ

ТУРИСТИЧЕСКИЙ ФАКТ



ЧТО ДЕЛАТЬ ПРИ УКУСАХ ВО ВРЕМЯ ПОХОДА В ЛЕСУ?

Укусы насекомых — неприятность, которая может испортить даже самый интересный поход. Важно знать, как правильно действовать.

ПРОФИЛАКТИКА

- носите закрытую светлую одежду
- используйте репелленты
- избегайте стоячей воды
- осматривайте себя и спутников

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ УКУСИЛИ?

Промойте место укуса
чистой водой с мылом.

Приложите холод
(влажную салфетку, лёд в ткани) на 10–15 минут.

Обработайте антисептиком
(хлоргексидин, мирамистин).

Снимите зуд
противозудным средством или гелем после укусов.

Если появилась сильная опухоль, сыпь, затруднённое дыхание — **обратитесь за медицинской помощью.**

ВАЖНО!

Некоторые укусы могут вызывать аллергическую реакцию. Следите за своим состоянием и при необходимости обращайтесь к врачу.

ДОМ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ
ДДЮТиЭ
Г. СЕРНОВОДСКОЕ

А у вас есть свои проверенные средства от укусов?
Поделитесь в комментариях!

6

ЛЕТО
БЕЗ ТРАВМ

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ

Безопасность детей начинается с внимания взрослых

ВЫБИРАЙТЕ ВЕЛОСИПЕД И САМОКАТ ПО ВОЗРАСТУ РЕБЁНКА

Правильно подобранный транспорт – это комфорт и безопасность.

НАПОМИНАЙТЕ ПРАВИЛА ДОРОЖНОГО ДВИЖЕНИЯ

Регулярно повторяйте основные правила и разбирайте ситуации на дороге.

КОНТРОЛИРУЙТЕ МЕСТА ДЛЯ КАТАНИЯ

Выбирайте безопасные площадки и велодорожки, избегайте проезжей части.

РЕГУЛЯРНО ПРОВЕРЯЙТЕ ИСПРАВНОСТЬ ТРАНСПОРТА

Тормоза, колёса, руль и самокат – всё должно быть в порядке.

ПОКАЗЫВАЙТЕ БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ ЛИЧНЫМ ПРИМЕРОМ

Дети учатся, наблюдая за вами!

ДОМ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ
ДДЮТиЭ
Г. СЕРНОВОДСКОЕ

Забота взрослых помогает
ПРЕДОТВРАТИТЬ ТРАВМЫ!

7

ЛЕТО
БЕЗ ТРАВМ

ПРОВЕРЬ СЕБЯ ПЕРЕД ПОЕЗДКОЙ!

Твоя безопасность в твоих руках!



ШЛЕМ НАДЕТ

Шлем защищает голову при падении.



ТОРМОЗА ИСПРАВНЫ

Проверь оба тормоза: они должны хорошо срабатывать.



КОЛЁСА НАКАЧАНЫ

Хорошее сцепление с дорогой – меньше риск падения.



ТЕЛЕФОН УБРАН

Телефон отвлекает и может стать причиной травмы.



НАСТРОЕНИЕ ОТЛИЧНОЕ

Собранность и хорошее настроение – залог безопасной поездки!

Проверь всё по списку – и наслаждайся безопасной поездкой!

ДОМ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКОГО ТУРИЗМА И ЭКСКУРСИЙ
ДДЮТиЭ
Г. СЕРНОВОДСКОЕ