

Безопасность на каникулах: памятка для школьников

Правила поведения во время купания в водоёмах:



- Купаться только в присутствии взрослых и в специально отведённых местах.
- Не подплывать к близко идущим судам, лодкам.
- Не нырять в воду в незнакомых местах, с лодок, крутых берегов, причалов.
- Не прыгать в воду после длительного пребывания на солнце. При резком охлаждении происходит сокращение мышц и может остановиться дыхание.
- Не купаться в воде при температуре ниже +18°C.
- Не играть в игры с удерживанием «противника» под водой.
- Не подавать ложных сигналов тревоги.
- Если подхватило течение, двигаться по диагонали к ближайшему берегу.
- Не бросать в воду банки, стекло и другие предметы, опасные для купающихся.

Правила безопасности в жару и на ярком солнце:



- Использовать солнцезащитные средства, наносить их за 20 минут до выхода, обновлять каждые 1,5–2 часа и после каждого захода в воду
- Обязательно надевать головной убор.
- Носить солнцезащитные очки.
- Лучше оставаться в помещении с 12 до 16 часов — в период максимально активного солнца.
- Не забывать пить воду.

Правила безопасности при укусах насекомых, клещей:



- Использовать средства, отпугивающие насекомых.
- Иметь с собой антисептик для обработки раны от укуса.
- Иметь с собой антигистаминное на случай сильной аллергии после укуса.
- При укусе пчелы или осы в ране может остаться жало, его необходимо извлечь.
- В случае зуда в месте укуса приложить холод.
- Не залезать в низкорослый кустарник.
- При вылазках на природу по возможности надевать одежду с длинными рукавами, сапоги, платки, закрывающие голову и шею.
- Если погода не позволяет надевать закрытую одежду, часто осматривать друг друга на наличие клещей (на светлой одежде их лучше видно).
- При сильной аллергической реакции, серьёзном отёке или укусе клеща обратиться к врачу.

Безопасность на каникулах: памятка для школьников

Правила безопасности при встрече со змеями:

- Не ходить по лесу и на природе босиком.
- Внимательно смотреть под ноги.
- При поиске ягод и грибов не раздвигать траву руками (использовать палку).
- Помнить, что чаще всего укус змеи — это оборона, а не нападение. Если не трогать змею, она не укусит.
- Укус ядовитой змеи можно узнать по двум красным точкам, находящимся на небольшом расстоянии одна от другой. Это следы от прокола кожи ядовитыми зубами. Укус неядовитой змеи никогда не оставляет таких точек.
- Укус ядовитой змеи сразу же вызывает резкую, жгучую боль, которая нарастает. На месте укуса быстро возникают кровоподтёк, отёк, и по ходу лимфатических сосудов вскоре появляются красные полосы. Почти одновременно с этим развиваются общие симптомы отравления: сухость во рту, жажда, сонливость, рвота, понос.
- Пострадавшего надо сразу уложить на землю и обеспечить неподвижность укушенной конечности.
- Далее необходимо вызвать скорую помощь или самостоятельно доставить пострадавшего в больницу, где ему введут противоядную сыворотку.
- Нельзя прикладывать холод, отсасывать яд, накладывать жгут, делать надрезы, прижигать рану.

