



БЕЗОПАСНЫЕ ЛЕТНИЕ КАНИКУЛЫ



**ТВОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ —
ТВОИ КАНИКУЛЫ!**

Отдыхай ярко, живи безопасно!



БЕРЕГИ СЕБЯ
ОТ СОЛНЦА



КУПАЙСЯ ТОЛЬКО
В БЕЗОПАСНЫХ МЕСТАХ



СОБЛЮДАЙ ПРАВИЛА
НА ДОРОГАХ



БУДЬ ОСТОРОЖЕН
С НЕЗНАКОМЦАМИ



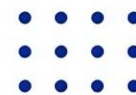
ПОЛЬЗУЙСЯ ГАДЖЕТАМИ
РАЗУМНО



ПЕЙ ДОСТАТОЧНО
ВОДЫ

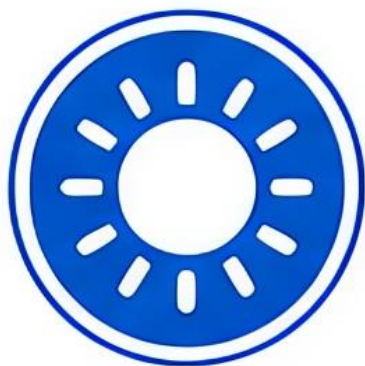


**ЕДИНЫЙ НОМЕР
ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ**





Отдыхай ярко



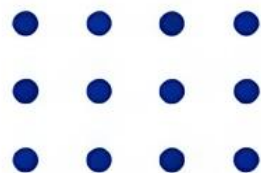
**БЕРЕГИ СЕБЯ
ОТ СОЛНЦА**



**КУПАЙСЯ ТОЛЬКО
В БЕЗОПАСНЫХ МЕСТАХ**



**СОБЛЮДАЙ ПРАВИЛА
НА ДОРОГАХ**





о, живи безопасно!



**БУДЬ ОСТОРОЖЕН
С НЕЗНАКОМЦАМИ**

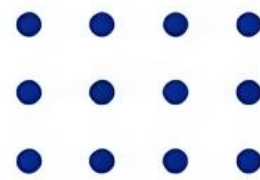


**ПОЛЬЗУЙСЯ ГАДЖЕТАМИ
РАЗУМНО**



**ПЕЙ ДОСТАТОЧНО
ВОДЫ**

**ЕДИНЫЙ НОМЕР
ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ**



АСНЫЕ
НИЕ
КУЛЫ



ТВОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ —
ТВОИ КАНИКУЛЫ!



**БЕЗОП
ЛЕТ
КАНИ**

БЕЗОПАСНЫЕ ЛЕТНИЕ КАНИКУЛЫ



ТВОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ – ТВОИ КАНИКУЛЫ!



БЕРЕГИ СЕБЯ ОТ СОЛНЦА

Носи головной убор, используй солнцезащитный крем, пей больше воды и избегай солнца с 11:00 до 16:00.



КУПАЙСЯ ТОЛЬКО В БЕЗОПАСНЫХ МЕСТАХ

Плавай только в разрешённых местах. Не заплывай за буйки и не нырай в незнакомых местах.



ПЕЙ ДОСТАТОЧНО ВОДЫ

В жаркую погоду пей больше чистой воды, чтобы избежать обезвоживания.



СОБЛЮДАЙ ПРАВИЛА НА ДОРОГАХ

Переходи дорогу только по пешеходному переходу. Катайся на велосипеде, используй шлем и соблюдай правила движения.



ПОЛЬЗУЙСЯ ГАДЖЕТАМИ РАЗУМНО

Делай перерывы от экрана, проводи больше времени на свежем воздухе, общайся и отдыхай активно.



БУДЬ ОСТОРОЖЕН С НЕЗНАКОМЦАМИ

Не разговаривай с незнакомыми людьми, не соглашайся на их предложения и не ходи с ними. При опасности обращайся к взрослым.



**ЕДИННЫЙ НОМЕР
ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ**



БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ



➤ ТВОИ ПРАВИЛА – ТВОЯ ЖИЗНЬ! ➤



**КУПАЙСЯ ТОЛЬКО
В РАЗРЕШЁННЫХ МЕСТАХ**
Пляж должен быть оборудован,
а дно водоёма проверено.



**ИСПОЛЬЗУЙ
СПАСАТЕЛЬНЫЙ ЖИЛЕТ**
Если катаешься на лодке, катамаране,
сабборде или гидроцикле.



**НЕ НЫРЯЙ В НЕЗНАКОМЫХ
МЕСТАХ**
Не известно, что может быть на дне:
камни, коряги, стекло.



НЕ ЗАПЛЫВАЙ ЗА БУЙКИ
Не выходи за границы безопасной зоны.
Соблюдай указания знаков и спасателей.



СЛЕДИ ЗА ПОГОДОЙ
Не купайся во время грозы,
шторма и сильного ветра.

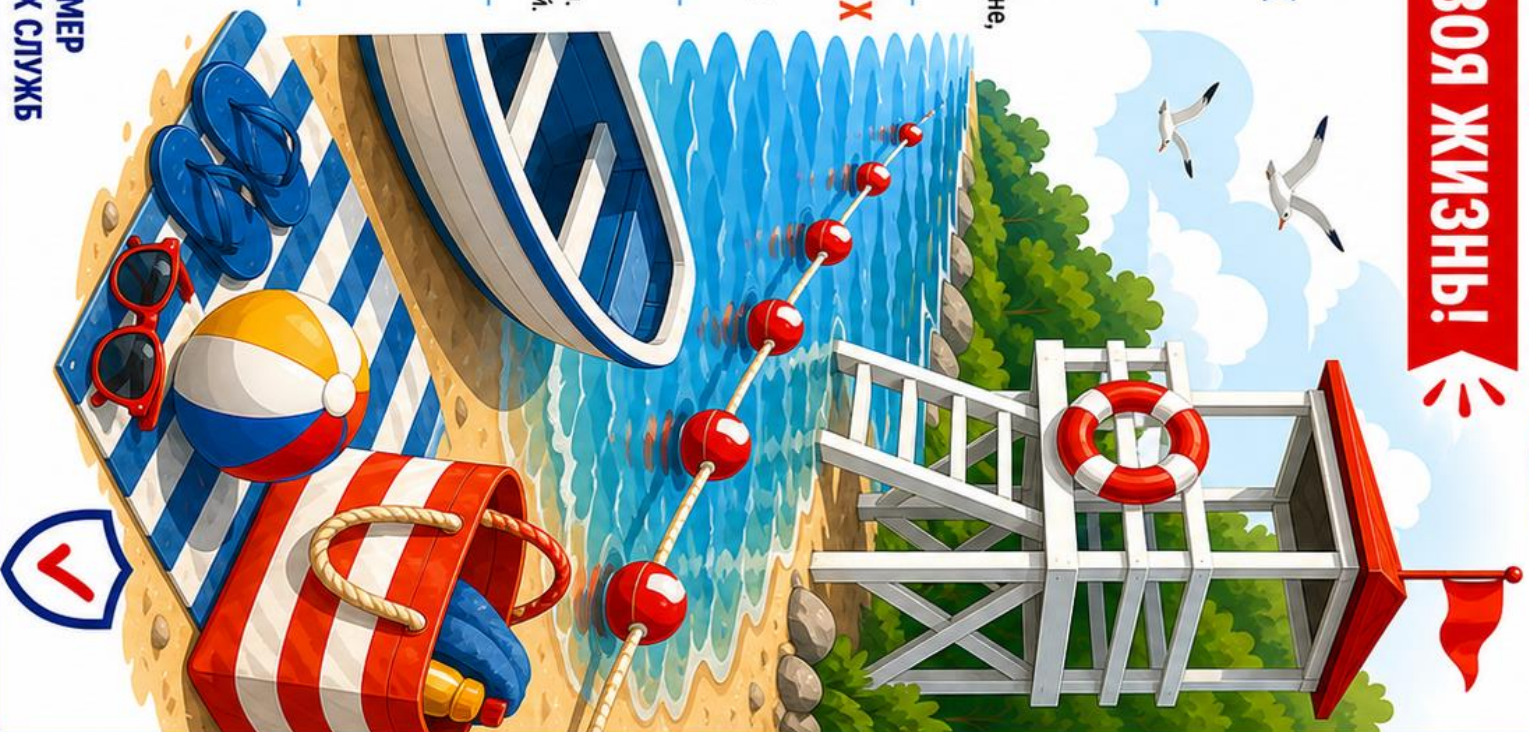


НЕ ПЕРЕОХЛАЖДАЙСЯ
Долго находиться в воде опасно.
Делай перерывы и согревайся.



112

**ЕДИННЫЙ НОМЕР
ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ**



БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГЕ И ТРАНСПОРТЕ

ПОМНИ ПРАВИЛА – СОХРАНИ ЖИЗНЬ!



**ПЕРЕХОДИ ДОРОГУ
ПО ПЕШЕХОДНОМУ ПЕРЕХОДУ**

Убедись, что водители тебя видят
и останавливаются.



**СОБЛЮДАЙ СИГНАЛЫ
СВЕТОФОРА**

Красный — стой, жёлтый — жди,
зелёный — иди.



**БУДЬ ВНИМАТЕЛЕН
НА ДОРОГЕ**

Смотри по сторонам,
убери телефон и наушники.



**НА ВЕЛОСИПЕДЕ
И САМОКАТЕ –
ПО ПРАВИЛАМ**

Используй шлем, держись правой
стороны, не выезжай на проезжую часть.



**ОЖИДАЙ ТРАНСПОРТ
НА ОСТАНОВКЕ**

Не выходи на дорогу,
пока транспорт не остановится.



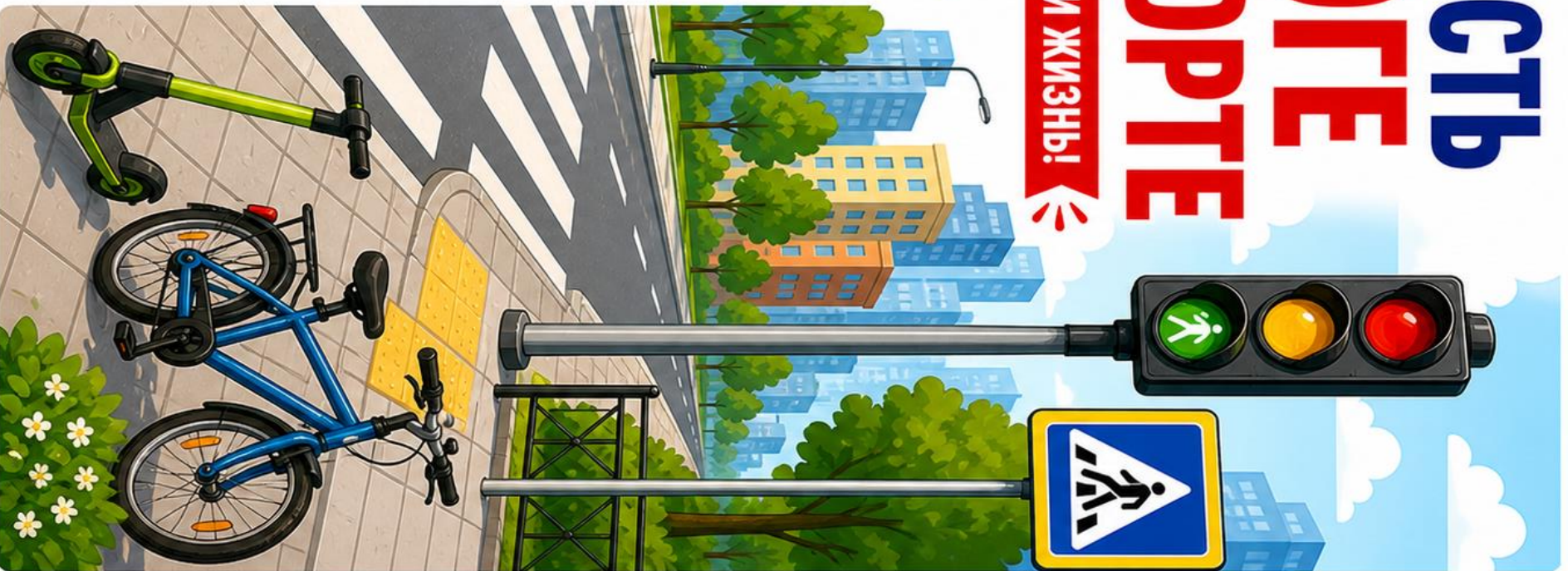
**БУДЬ ЗАМЕТЕН
В ТЁМНОЕ ВРЕМЯ**

Носи световозвращающие элементы —
они могут спасти жизнь.

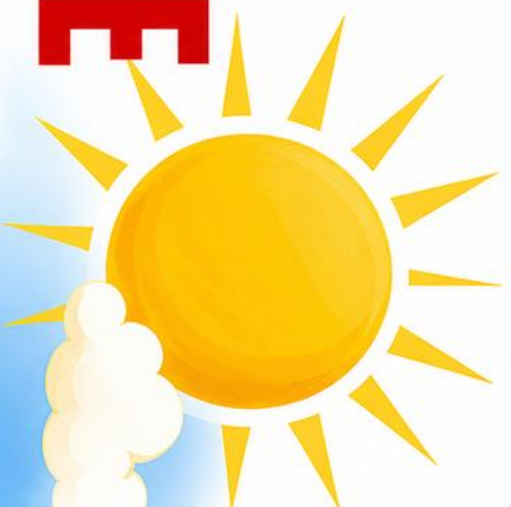


112

**ЕДИННЫЙ НОМЕР
ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ**



СОЛНЦЕ И ЗДОРОВЬЕ



➤ **БЕРЕГИ СЕБЯ – ОТДЫХАЙ С ПОЛЬЗОЙ!** ➤



НОСИ ГОЛОВНОЙ УБОР

Кепка, панاما или шляпа защитят от солнечного удара.



ИСПОЛЬЗУЙ СОЛНЦЕЗАЩИТНЫЙ КРЕМ

Наноси крем за 20–30 минут до выхода на солнце и обновляй каждые 2 часа.



ПЕЙ ДОСТАТОЧНО ВОДЫ

Вода помогает организму сохранять силы и защищает от обезвоживания.



ИЗБЕГАЙ ПАЛЯЩЕГО СОЛНЦА

Находись в тени с 11:00 до 16:00 – это самое опасное время.



ИЩИ ТЕНЬ

Делай перерывы в тени: под деревьями, зонтиками или навесами.



ЗАЩИЩАЙ ГЛАЗА

Носи солнцезащитные очки с УФ-фильтром.



**ЕДИННЫЙ НОМЕР
ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ**



ОСТОРОЖНО:

НЕЗНАКОМЦЫ!

ТВОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ – В ТВОИХ РУКАХ!



Не разговаривай с незнакомцами
Не вступай в разговоры с людьми, которых не знаешь.



Не принимай подарки и угощения
Никакие сладости или подарки от незнакомых людей не безопасны.



Никуда не садись с незнакомыми
Не садись в машину и не иди никуда с людьми, которых не знаешь.



Уходи и расскажи взрослым
Если незнакомец пытается заговорить или позвать тебя – уйди и сообщи родителям или другим взрослым.



Знай, куда обратиться за помощью
Если чувствуешь опасность – кричи, привлекай внимание людей и звони по номеру 112.



Будь внимателен к окружающему
Обращай внимание на то, что происходит вокруг, и доверяй своей интуиции.



ЕДИННЫЙ НОМЕР
ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ



ОСТОРОЖНО: ОГОНЬ!



ОГОНЬ НЕ ПРОЩАЕТ ОШИБОК



НЕ ИГРАЙ С ОГНЁМ

Спички, зажигалки и свечи – не игрушки.
Храни их в недоступном месте.



БУДЬ ОСТОРОЖЕН С ЭЛЕКТРОПРИБОРАМИ

Не оставляй включённые приборы без присмотра.
Следи за исправностью проводов.



НЕ ОСТАВЛЯЙ ПЛИТУ БЕЗ ПРИСМОТРА

Во время готовки будь внимателен.
Не отвлекайся.



НЕ ПОЛЬЗУЙСЯ СВЕЧАМИ БЕЗ ВЗРОСЛЫХ

Ставь свечи на устойчивую подставку вдали от вещей.



НЕ РАЗВОДИ КОСТРЫ В НЕПОЛОЖЕННЫХ МЕСТАХ

Костёр можно разводить только со взрослыми и в специально отведённых местах.



ПРИ ПОЖАРЕ – ПОКИНЬ ПОМЕЩЕНИЕ

Уходи быстро, не прячься.
Плотно закрой за собой дверь.



СРОЧНО ЗВОНИ 112

Сообщи о пожаре взрослым и позвони по номеру 112.



ЕДИНЬЙ НОМЕР
ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ

