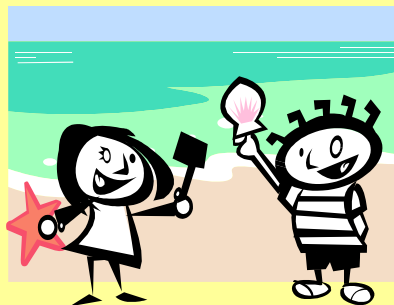
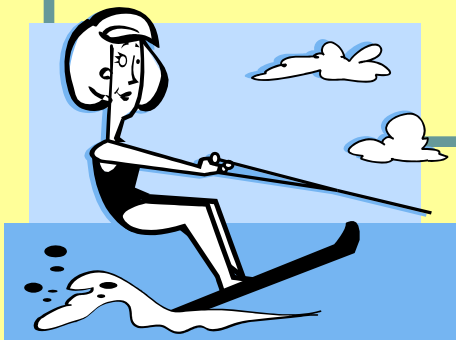


Каникулы!



Скоро каникулы.

- *Вот и прошел еще один учебный год. Впереди самые долгожданные каникулы.*
- *Лето, солнце, воздух, вода! Что может быть прекрасней?!*
- *Будьте осторожны! Не подвергайте себя и близких опасности!*



Советы туристам.



- *Перед походом или поездкой тщательно спланируйте маршрут*
- *Турист или рыболов должен при себе иметь нож, спички, компас и продукты питания(если поход длительный)*
- *Кроме необходимых предметов необходима простейшая аптечка медицинской помощи.*



Первая помощь

- *В аптечке должны находиться предметы первой медицинской помощи: жгут, перевязочные материалы, перекись водорода, йод, жаропонижающие средства.*
- *Аптечка должна находиться в непромокающем пакете.*



Практические советы

- Ботинки не будут промокать, если их смазать рыбьим жиром или воском;
- Ночуя в палатке не забудьте, что утром температура на 5-8°C ниже, чем вечером;



Практические советы

- Привалы лучше делать у водоемов или родников;
- Воду для питья нужно брать из дома или обязательно кипятить
- Можно растворить в воде несколько кристалликов марганца, подождать 50 минут, а затем профильтровать



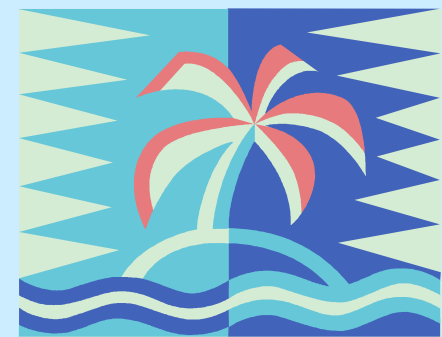
Главный совет!

- *Не поддавайся панике, что бы ни случилось!*
- *Будь внимателен и собран!*
- *В случае опасности не принимай необдуманных решений!*



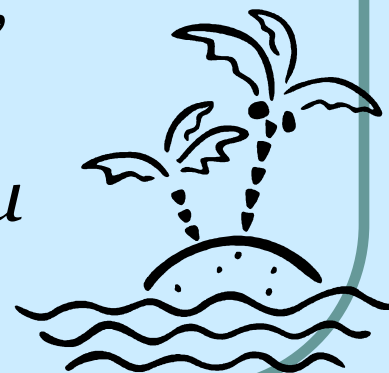
Советы отдыхающим на воде.

- *Каждый человек обязан оказывать посильную помощь людям, терпящим бедствие на воде.*
- *Купание в необорудованных, незнакомых, а также запрещенных местах опасно для жизни!*
- *Нельзя купаться на непригодных для этого предметах.*



Запрещается

- *Купаться в местах, где выставлены щиты с предупреждениями;*
- *Заплывать за буйки, означающие границы плавания;*
- *Подплывать к моторным и парусным судам;*
- *Прыгать в воду с лодок и катеров;*
- *Загрязнять и засорять водоемы;*
- *Распивать алкогольные напитки и плавать в состоянии опьянения.*



Практические советы

Если вы заплыли далеко от берега

- Не теряйте силы на борьбу с волнами, пусть они сами несут вас к берегу;
- Старайтесь на гребне волны оттолкнуться как можно дальше;
- Следите за приближающимися предметами;
- Оказавшись на суше, сразу же ухватитесь за что-нибудь крепкое, чтобы следующая волна не утащила вас обратно.



Если вы упали в воду. Как помочь самому себе

При внезапном падении человек может испытать шок и на время потерять контроль над своими действиями.

- *Необходимо задержать дыхание и зажать нос, чтобы не попала вода;*
- *Если вы недалеко от берега, попытайтесь нащупать дно ногами;*
- *Если вы глубоко, то немедленно избавьтесь от обуви и тяжелой одежды;*
- *Добирайтесь вплавь до ближайшего берега, плывя по диагонали волнам.*

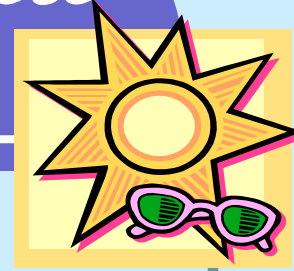


Первая помощь при травмах на водоемах



- *Будьте внимательны! Купающиеся часто подвергаются колотым и резаным ранам, особенно ног и рук.*
- *При повреждениях необходимо удалить инородные предметы*
- *Промыть рану водой, а лучше 3% раствором перекиси водорода*
- *При сильном кровотечении могут быть повреждены артерии;*
Онеменение конечности указывает на повреждение нерва
Затруднение движений – повреждение сухожилий
- *В этих случаях следует срочно обратиться к врачу!*

Если вы получили солнечный ожог



Это частое явление, но его легче избежать, чем лечить.

- *Боль от ожога болит в течение 6 – 48 часов.*
- *Шелушение кожных покровов начинается позже, через 3 – 10 дней*
- *Появление волдырей говорит об ожоге 2 степени;*

Помощь

*Прохладные компрессы;
Мази не следует употреблять в первые дни после ожога
Облегчит боль болеутоляющие препараты;
Волдыри не прокалывать!
В случае инфицирования обратиться к врачу.*

Каникулы в городе.



*В городе не менее опасно, чем в лесу,
в деревне, у моря.*



*Дадим несколько практических
советов, если вы попали в одну из
нижеизложенных ситуаций.*

Действия при обнаружении подозрительного предмета.

- Немедленно сообщите в милицию, или водителю (если вы находитесь в транспорте), или в МЧС
- Не подходите сами и не подпускайте других.
- Исключите использование радиосвязи и мобильных телефонов.
- Дождитесь милиции или МЧС



ДТП на дорогах

- К ДТП могут привести как невнимательность водителей, так и пешеходов.
- Чтобы избежать этого необходимо соблюдать следующие правила:

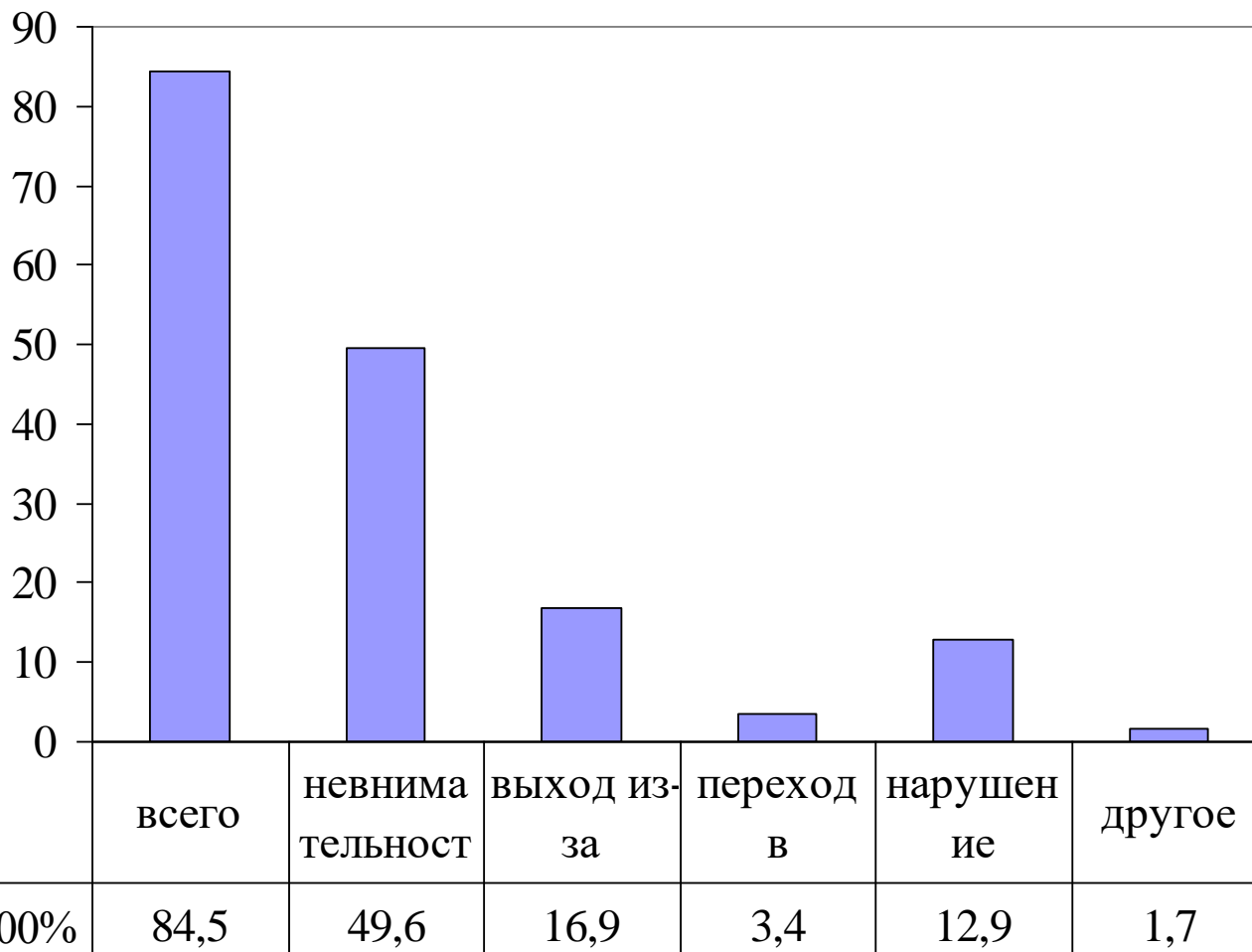


Это должен знать каждый

- Будьте внимательны при переходе улицы, не отвлекайтесь ;
- Не разговаривайте по телефону, переходя улицу;
- Переходите улицу в указанных местах;
- Не играйте на проезжей части;
- Не выбегайте из-за стоящего транспорта



Число ДТП с детьми

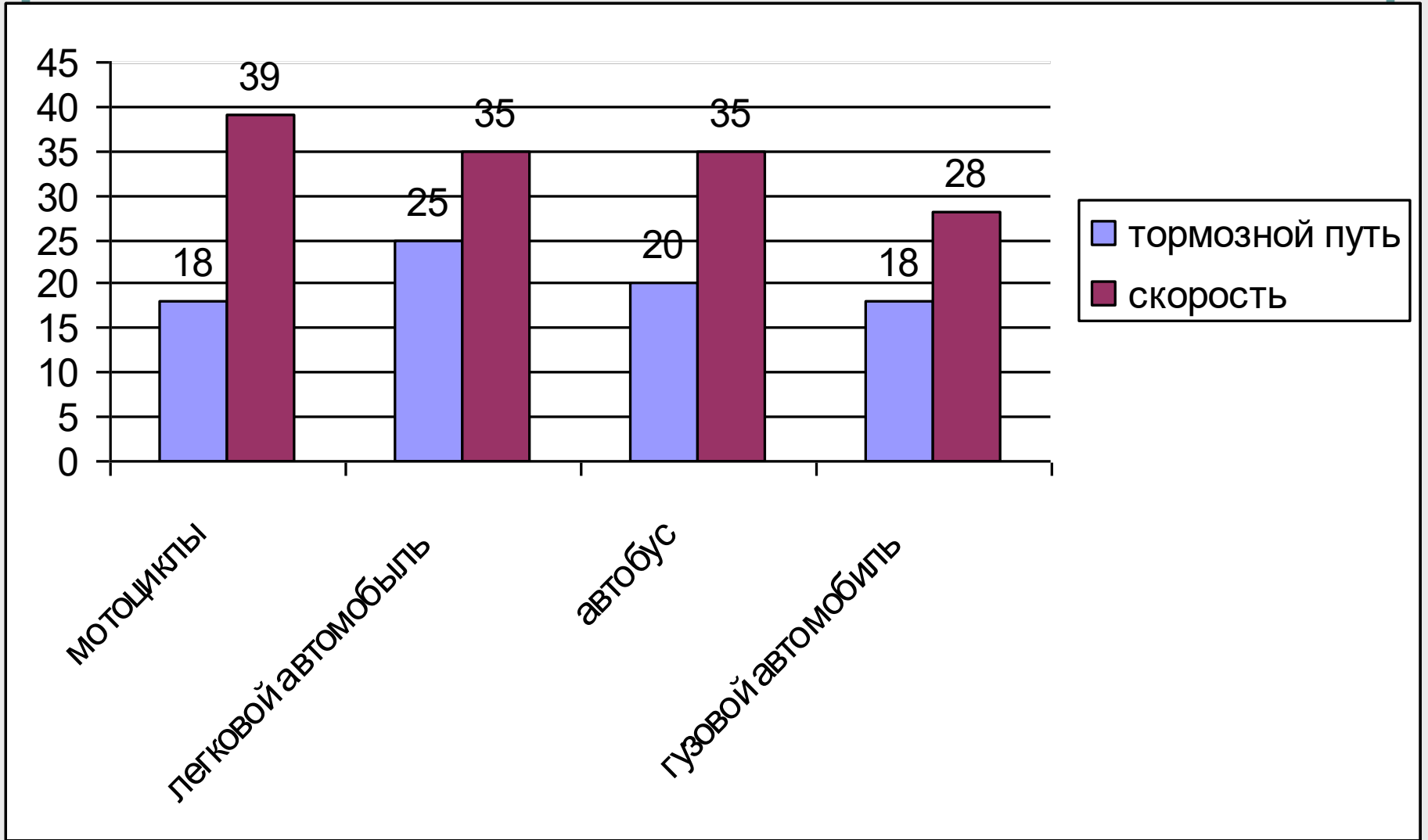


Это должен знать каждый!

- *Особенность современного транспорта это высокая разгоночная сила, большой тормозной путь при резких остановках или столкновениях, а также высокая пожароопасность.*

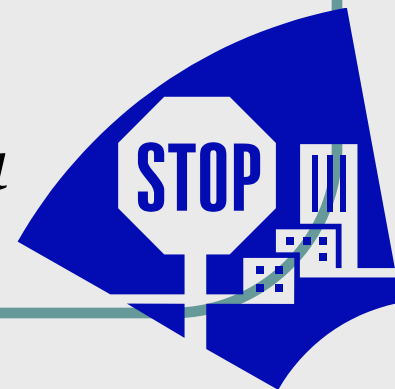


Зависимость тормозного пути от скорости



Правила поведения в общественном транспорте

- Автобус, троллейбус, трамвай, маршрутное такси предназначены для перевозки людей по установленному маршруту;
- Не высовывайтесь из окон, держитесь за поручни, не ходите по салону во время движения, не стойте в проходе дверей;
- Не толкайтесь, не разговаривайте громко, уступайте место пожилым и маленьким детям.



Ура! Каникулы!!!

- *Будьте внимательны!*
- *Будьте осторожны!*
- *Будьте бдительны!*
- *Будьте взаимно вежливы!*

