



Первая помощь



Поднеси пострадавший участок под холодную воду, желательно проточную. Ни в коем случае не смазывай место ожога маслом, кремом или аналогичными средствами, которые могут повысить температуру кожи. Холодная вода или лед — и к взрослым за помощью!



103

112

1

Если больно, есть кровь – зови на помощь взрослых, вызови скорую помощь — 103 или 112



2

При ожогах

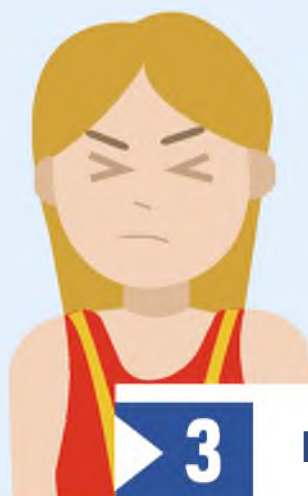
Перетяни с помощью футболки или шарфа участок тела ниже раны, а также обязательно прикрепи к повязке бумажку с указанием времени, когда была наложена повязка. И немедленно обратиться за помощью



4

При сильном кровотечении

Не три глаза. Зажмурься как можно крепче: скопившиеся слезы помогут «вымыть» любой посторонний предмет, который попал в глаз. Если это не поможет, то держа пострадавший глаз закрытым, обратиться за помощью



3

При травмах глаз

Срочно удали жало, если оно осталось и немедленно обратиться за помощью. Если есть аллергия на укусы насекомых, нужно сказать об этом взрослым.



5

При укусе пчелы

Если при нахождении на солнце в жаркий день у тебя заметно участилось дыхание, повысилась температура, а кожа стала очень сухой и горячей – значит случился солнечный удар. Перейди в место, куда не попадают прямые лучи солнца, выпей воды и положи на лоб смоченную холодной водой ткань



6

При солнечном ударе

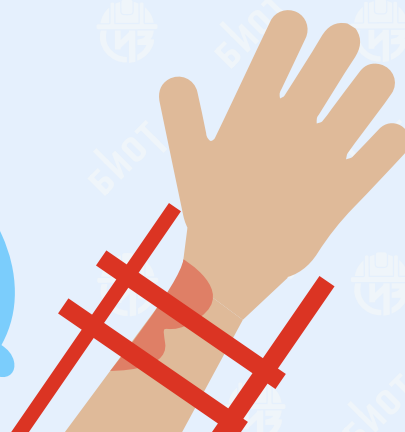


Первая помощь

Промой рану перекисью водорода, смажь края йодом.
Обязательно обратиться за помощью к родителям или сразу в больницу



103



7

При укусе животного

8

При вывихе, растяжении,
переломе

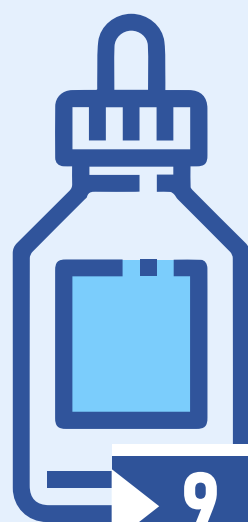
Приподними голову, чтобы остановить кровотечение.
Затем наложи на переносицу салфетку, смоченную
в холодной воде. Удали застывшую кровь ватным
жгутиком, смоченным в перекиси водорода



10

При носовом кровотечении

Смочи салфетку водой и промокательными
движениями промой рану. Обработай ссадину
перекисью водорода, края раны смажь зеленкой.
Заклей бактерицидным пластырем



9

При ссадине

Согрей обмороженный участок тела, но только
в теплой, а не горячей воде. Смочи промокательным
движением любым спиртосодержащим раствором.
Наложить повязку и выпей горячего чая



11

При обморожении или когда уже
перестают «слушаться» пальцы рук

Обработай пинцет перекисью водорода и аккуратно
извлеки занозу. Вытаскивать занозу нужно под тем
углом, под которым она вошла в рану



12

Если в пальце заноза



Правила безопасного использования банковских карт



1

Используй карту только с разрешения родителей



2

Не сообщай никому ПИН-код и данные карты

Даже сотрудникам банка. Запомни – для совершения онлайн-покупок не требуется вводить ПИН-код



3

Храни карту в безопасном месте

Имей при себе контактный телефон банка, чтобы при необходимости оперативно связаться со службой поддержки для блокировки



6

Блокируй карту при утере/хищении



5

Не оставляй карту без присмотра



4

Не передавай банковскую карту другим людям



7

Осуществляй банковские операции с использованием банкоматов, установленных в безопасных местах



8

Убедись, что сумма, отображаемая на дисплее терминала, соответствует указанной на ценнике

Когда рассчитываешься картой за товары или услуги через терминал



11

Не совершай покупки в интернете, подключишись к публичному Wi-Fi



Для того, чтобы данные случайно не попали в руки другого человека

10

Используй для покупок только свой компьютер, смартфон или планшет



9

Не используй карту на сомнительных сайтах и приложениях



12

Подключи уведомления банка об операциях по твоей карте





Правила безопасности в интернете

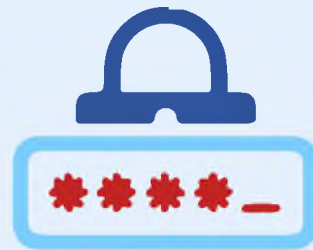


Например, адреса, пароли,
номер телефона, школы и др.



1

Не сообщай личную информацию



Сохраняй логины и пароли от своих
страниц в надежном месте.
Например, в записной книжке,
которая хранится дома



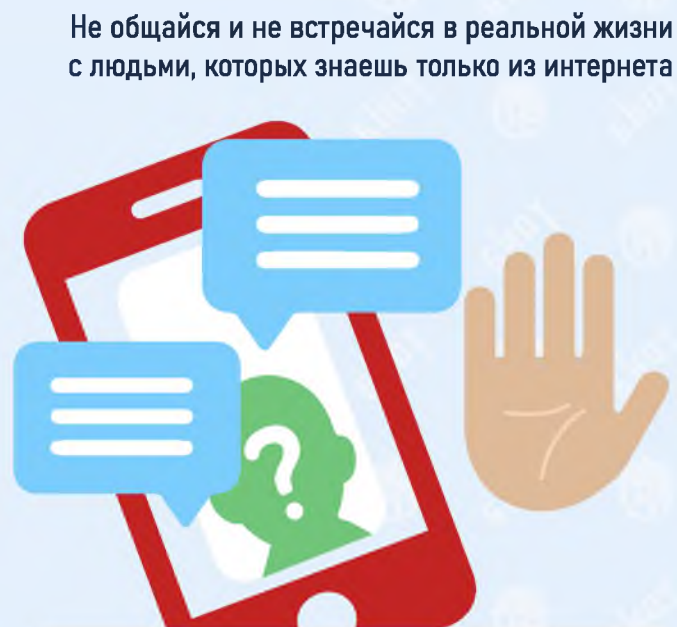
2

Используй сложные пароли



4

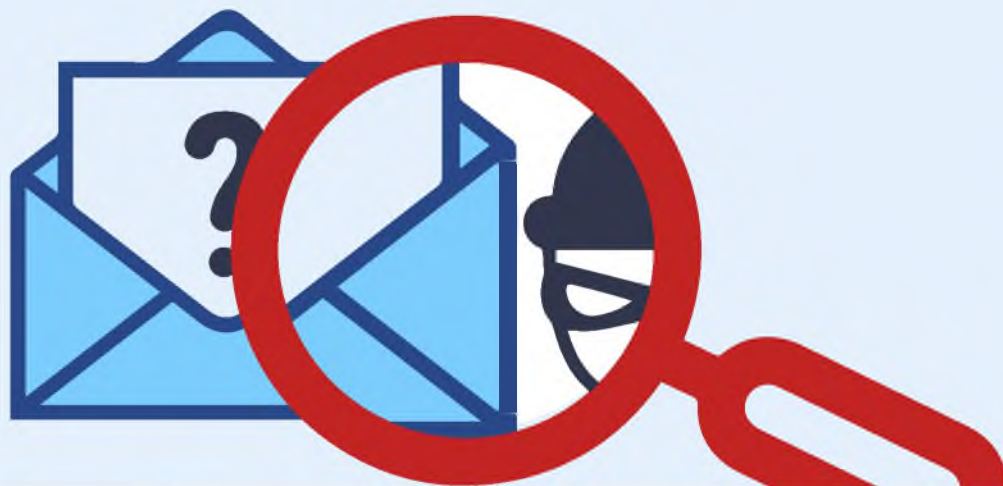
Проверяй информацию. Не верь всему,
что видишь или читаешь в интернете



3

Будь осторожен
с незнакомцами

От их лица могут действовать мошенники



5

Не открывай подозрительные ссылки и файлы,
даже если они пришли от знакомых людей

Не оскорбляй и не обижай других людей в сети. Помни,
что за каждым аккаунтом стоит реальный человек

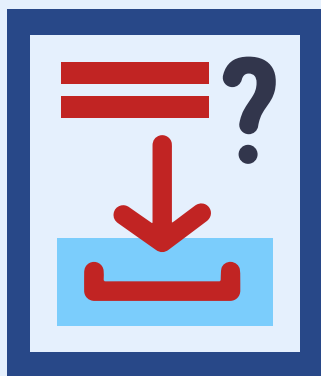


6

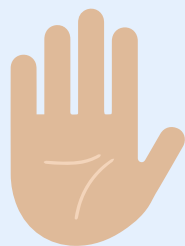
Уважай других
пользователей



Правила безопасности в интернете



Это может привести
к вирусам и поломке
компьютера



7

**Не скачивай программы
из непроверенных источников**

8

**Ничего не покупай без ведома
взрослых**

Если кто-то ведёт себя
агрессивно и неуважительно,
лучше покинь игру



11

**Будь осторожен
с играми**

10

**Публикуй только те
посты и комментарии,
за которые потом
НЕ будет стыдно**

9

**Не используй веб-камеру
для общения
с незнакомыми людьми**



12

**Ограничивай
время в интернете**

Чтобы не устать и сохранять здоровье, делай
перерывы и занимайся другими делами





Правила безопасности в лифте



1

Не подпрыгивай
и не шатай кабину



2

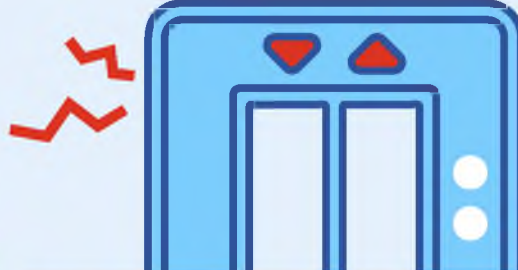
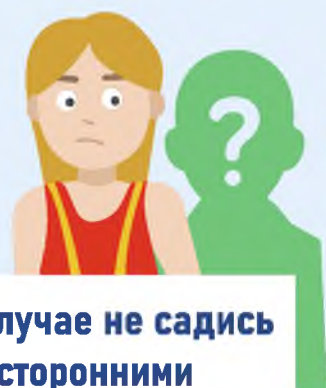
Не нажимай на все
кнопки подряд



3

Не задерживай
и не открывай двери

Желательно встать лицом к вошедшим, заняв место рядом с дверью, а лучше сразу выйти из кабины или нажать кнопку ближайшего этажа



Например, неплотно закрываются или хлопают двери, погас свет, ощущается запах горения

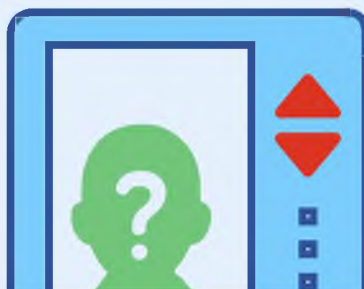
5

Ни в коем случае не садись
в лифт с посторонними

4

Не заходи в кабину лифта, если
наблюдается малейшая неисправность

Сделай вид, что что-то забыл взять дома, оставил на улице, или ждешь родителей



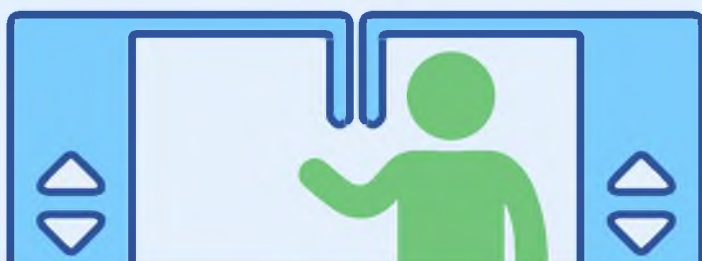
Позвони родителям, если ловит телефон, и вызови диспетчера, нажав на кнопку. Если телефон и связь с диспетчером не работает, не бойся громко звать на помощь

6

Если к подъехавшей кабине лифта
подошли незнакомцы, откажись от поездки

7

Если застрял в лифте,
не паникуй



9

Не стой близко к дверям лифта



8

Не пользуйся лифтом
при задымлении
и пожаре



10

Не пытайся проникнуть
в шахту, это очень опасно!





Правила безопасности в такси



Постарайся проследить за его жестами: нет ли нервных подергиваний и каких-то других странностей в поведении

1

Вызывай надежные службы такси.
Не пользуйся услугами частников

2

Оцени внешность таксиста



5

Соблюдай бдительность



4

Отслеживай маршрут



3

Если таксист неадекватен,
постарайся покинуть машину



6

Сообщи данные поездки близкому человеку



7

Садись на заднее сидение автомобиля



8

Не ешь и не пей то,
что предлагает таксист



11

Не отвлекай водителя от дороги разговорами



10

Всегда используй ремни безопасности, даже если поездка займёт 10 минут



9

Не соглашайся взять еще одного пассажира или заехать куда-то по пути, если таксист об этом попросит



12

Если что-то беспокоит - сразу сообщи взрослым





Правила безопасности в торговом центре



Если кто-то предлагает тебе что-то или пытается отвлечь тебя, обратись к сотруднику торгового центра



1

Не разговаривай с незнакомыми людьми

2

Договорись со взрослыми/друзьями об условном месте встречи в торговом центре, если потеряешься

На нём содержится персональная информация – имя, школа и класс. Незнакомый человек сможет назвать тебя по имени и вызвать доверие



Исключение – случаи экстренной эвакуации



4

Не носи на видном месте школьный пропуск

3

Не выходи из торгового центра самостоятельно или с незнакомыми людьми



В этом месте играть и бегать запрещено, нужно стоять спокойно. Не ставь ноги слишком близко к боковому фартуку и вовремя сходи с движущейся лестницы

5

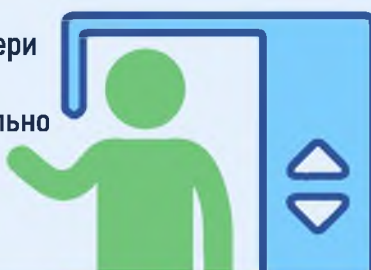
Если в торговом центре началась эвакуация, не прячься и не убегай в укромное место

6

Будь осторожен при подъёме или спуске с эскалатора



Не пытайся открыть двери лифта самостоятельно



Или обратись за помощью к сотруднику центра – охраннику, продавцу, кассиру



9

Не оставляй свои вещи без присмотра

8

Не стой близко к дверям лифта

7

Если потерялся, оставайся на месте



Имя, фамилия, номер телефона



10

Помни контактные данные родителей





Правила безопасности в многолюдном месте



1

Не отходи далеко от взрослых, держи родителей за руку

2

Заранее договорись с родителями/друзьями, где вы будете встречаться, если потеряетесь



Например, не играй с телефоном или планшетом слишком долго, чтобы не упустить из виду взрослых

4

Не разговаривай с незнакомыми людьми и никуда не уходи с ними

3

Избегай игр, которые могут отвлечь тебя от окружающей обстановки



5

Если потерялся, оставайся на месте

6

Следи за тем, что происходит вокруг, чтобы избежать толчков или падений



8

Если ты в толпе, не наклоняйся, чтобы подобрать упавшие вещи

7

Не бойся звать на помощь, если ты чувствуешь себя в опасности или потерялся



Имя, фамилия, номер телефона



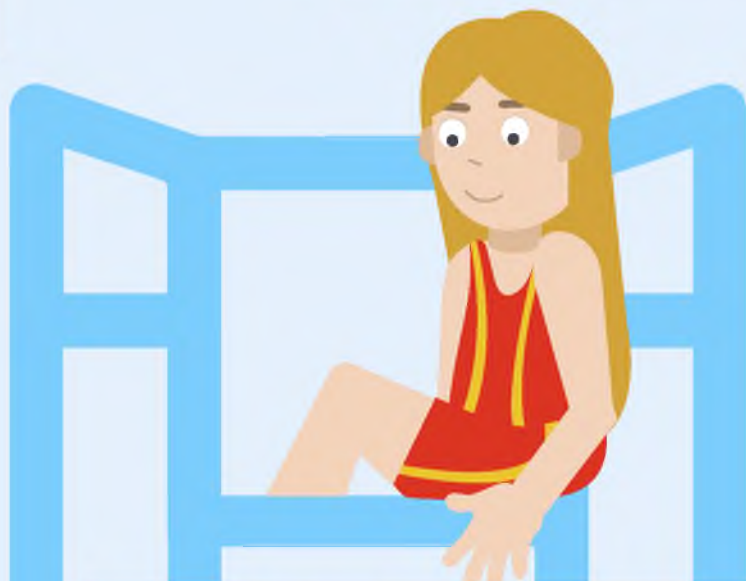
10

Помни контактные данные родителей

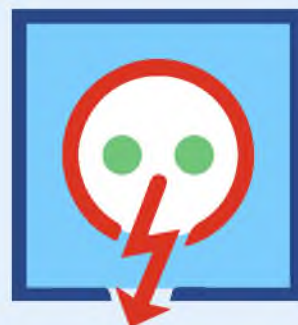




Правила безопасности дома



1 Не сиди на подоконнике открытого окна, не свешивайся с балкона



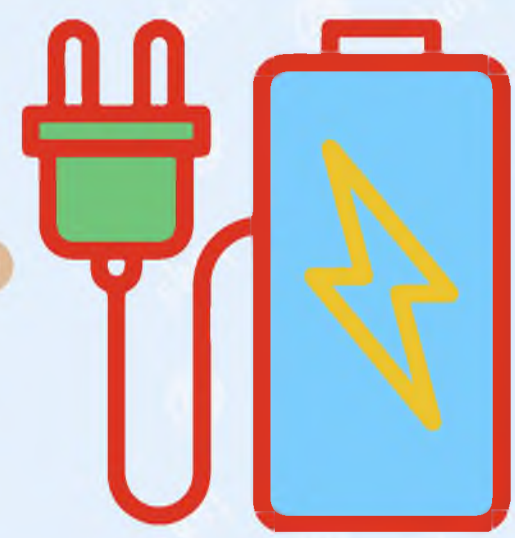
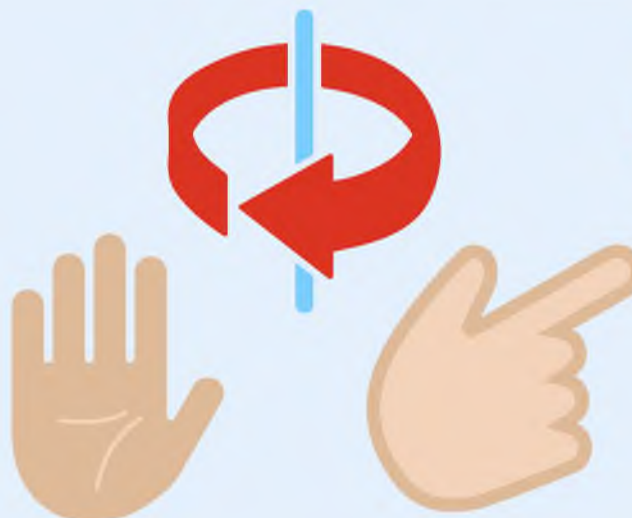
Особая опасность – оголенный провод!
Никогда к нему не прикасайся!



2 Не прикасайся к электрическим приборам, выключателю, розеткам мокрыми руками



4 Не засовывай пальцы в домашнюю технику с крутящимися деталями: мясорубку, соковыжималку и т.д.



3 Включай и выключай бытовые приборы, держась за вилку, а не за шнур



5 Если надо влезть на стул или табурет – убедись в его устойчивости



6 Не трогай и не глотай никаких лекарств из домашней аптечки без ведома взрослых



Не включай конфорки на максимум и не забывай выключить после использования



7 Пользуйся газовой плитой крайне осторожно



Правила безопасности дома



8

Кастрюли с плиты бери с помощью прихваток



9

Не играй со спичками и зажигалками!



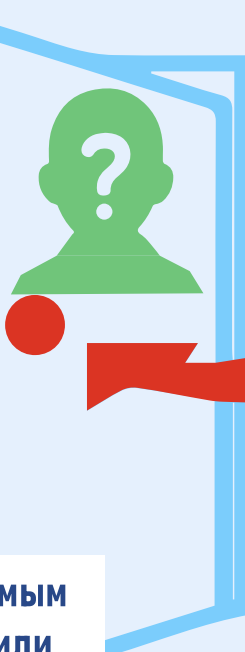
10

Не оставляй без присмотра включенные электроприборы



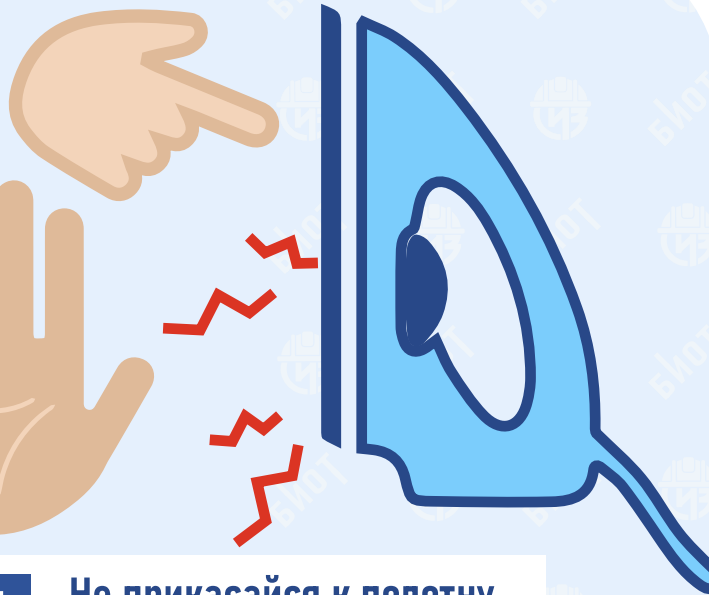
12

Не открывай дверь незнакомым людям, что бы они ни говорили. Не вступай с ними в разговор



11

Не прикасайся к полотну утюга, включенного в сеть или еще горячего



13

Если кто-то пытается сам открыть дверь, бьет ее ногой, ковыряет в замке – немедленно звони взрослым



14

Не забывай выключать воду. Не оставляй льющуюся воду без присмотра



Например, ножами, ножницами, иглами. Пользуйся ими только по назначению и крайне аккуратно



15

Не играй с острыми предметами





Правила безопасности на общественном транспорте

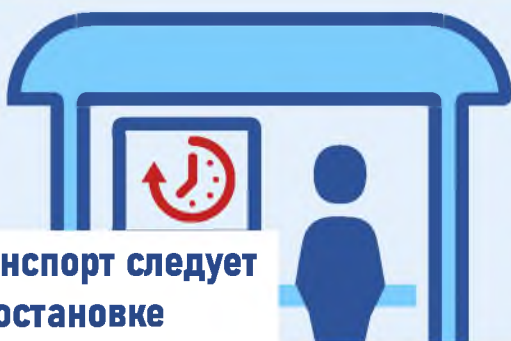


в автобусе

Не выходи на дорогу, что б посмотреть, едет ли автобус

1

Ждать транспорт следует только на остановке



Не старайся забежать первым, помоги бабушке или дедушке зайти в салон

2

Подожди пока автобус полностью остановится, только потом подходи к дверям



5

Если свободного места нет, просто встань там, где удобно и держись за поручень



4

Не бегай по салону



3

Если водитель объявил, что двери закрываются, нужно прекратить посадку

Следи, чтобы не прищемило дверью



6

Готовься к выходу заранее

Выходи только после полной остановки



7

Обходи автобус только сзади

А лучше – дождись, когда он отъедет, и после этого переходи улицу по пешеходному переходу



2

Не выглядывай в открытое окно

И только после этого иди к нему на посадку

1

Если трамвайные пути находятся по середине дороги, дождись пока трамвай остановится



в трамвае

Это может привести к травмам как для тебя, так и для других пассажиров

3

Не толкайся и не бегай по салону



Не стой слишком близко к открывающимся дверям

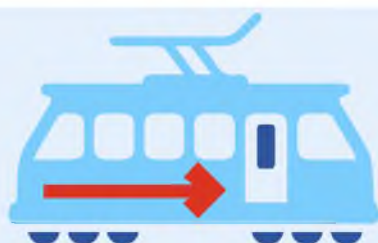
4

Соблюдай дистанцию от дверей

А лучше – дождись, когда он отъедет, и после этого переходи улицу по пешеходному переходу

6

Обходи трамвай только спереди



5

Готовься к выходу заранее и выходи только после полной остановки



Правила безопасности на общественном транспорте

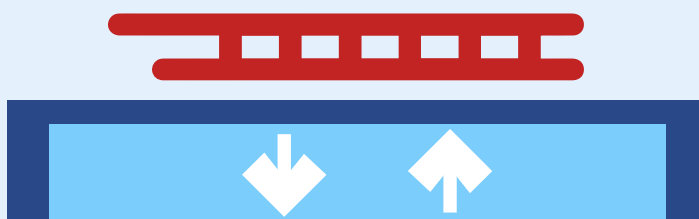
в метро



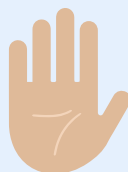
1 На эскалаторе стой всегда с правой стороны и обязательно держись за поручни



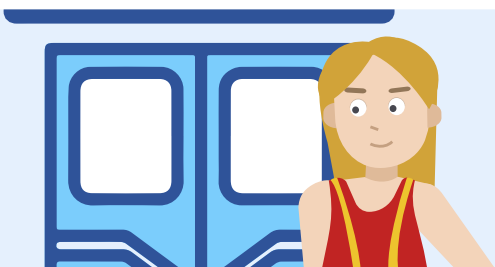
2 Не подсовывай пальцы под движущиеся поручни и не ставь на них свои вещи



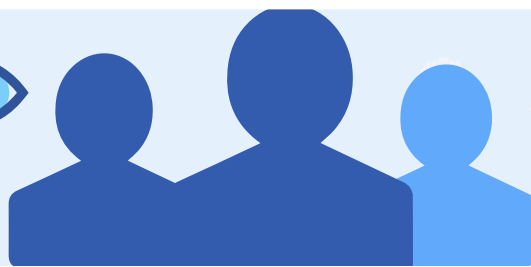
4 Ожидая прибытия поезда, не подходи к краю, стой за ограничительной линией



3 Не сиди на ступеньках эскалатора и не бегай по нему



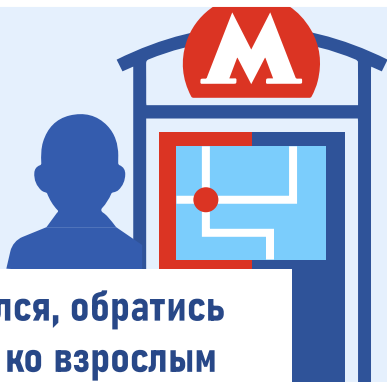
5 Не прислоняйся к автоматическим дверям вагонов



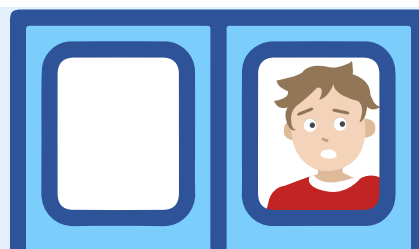
Будь осторожен: смотри под ноги, заранее готовься к выходу из вагона

6 В вагонах и подземных вестибюлях метрополитена много людей

Лучше обратиться к дежурному по станции или подойди к специальным стойкам в метро, если видишь их



8 Если потерялся, обратись за помощью ко взрослым



Не садись в другой поезд, чтобы вернуться на станцию, где вы расстались. Стой на месте, напротив той же самой двери

7 Если не успел выйти на своей станции и поезд с родителями уехал, выйди на следующей станции





Правила безопасности на улице

Не принимай от них никаких подарков и тем более не уходи с ними куда-нибудь



1

Не разговаривай с незнакомыми

Например, к заброшенным зданиям, подвалам, чердакам, стройкам, трансформаторным подстанциям, электрическим щиткам, канализационным люкам



2

Не подходи к опасным сооружениям

Например, ножи, стекло, шприцы



3

Не бери в руки и даже близко не подходи к предметам, представляющим опасность



5

Если показалось, что тебя преследуют, необходимо незамедлительно пройти в людное место и обратиться ко взрослому



Которые могут привлечь внимание уличных воров

4

Не надевай на улицу украшения и другие аксессуары



Не дразни их и не пытайся погладить

6

Не подходи к бродячим собакам и другим животным

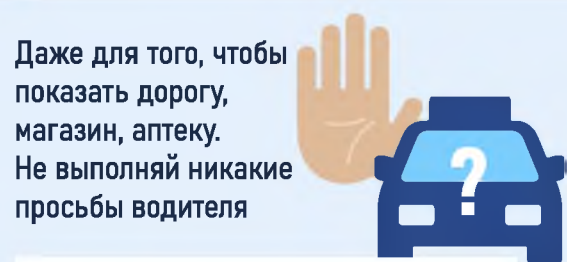


Не следует вступать в конфликты



8

Не носи с собой крупные деньги



Даже для того, чтобы показать дорогу, магазин, аптеку. Не выполняй никакие просьбы водителя

11

Ни в коем случае не садись в чужую машину



Для того, чтобы быть более заметными для водителей на дороге



10

Носи на одежде светоотражающие элементы



9

В случае задержки на улице, обязательно предупреди родителей и попроси их встретить

Затем обязательно расскажи об этом родителям



12

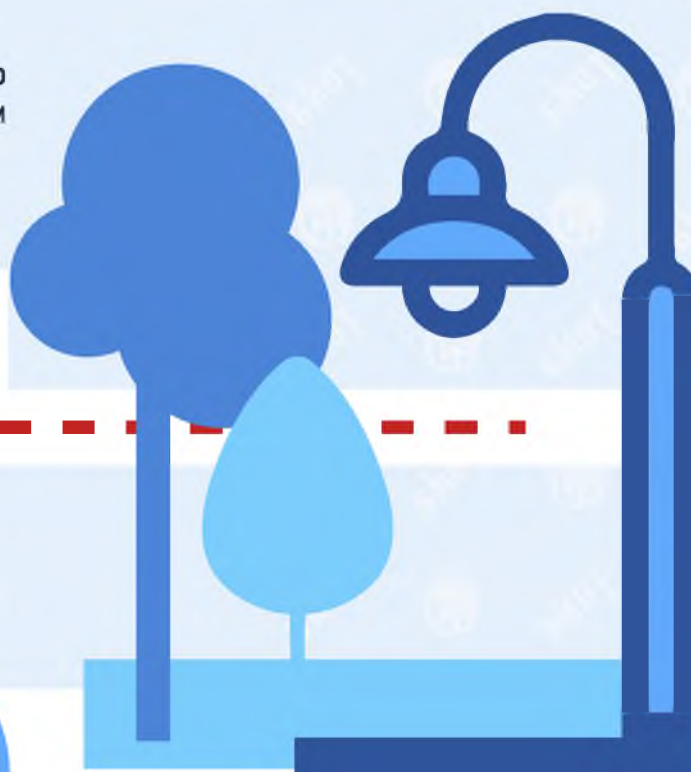
В случае опасности кричи, убегай, применяй доступные способы самозащиты



13

Выучи наизусть свой адрес

Не сообщай его посторонним





Правила безопасности при встрече с чужими собаками

Стая бродячих собак

Заговори с собакой уверенным спокойным голосом. Не пытайся кричать «Фу!», крик может их напугать и рассердить



1

Не пугайся и не убегай. Если человек бежит, то собака хочет его догнать

2

Немедленно остановись



Очень медленно уходи туда, откуда пришел, постепенно удаляясь от собак, но не поворачиваясь к ним спиной

4

Не делай резких движений Не маши руками, не смотри им пристально в глаза

3

Подожди пока они немного успокоятся, и начинай спокойно уходить

Постой пока собаки немного успокоятся и потом немедленно покинь опасное место, води велосипед за руль



Если быстро уехать – они вероятнее всего догонят и, разозлившись могут тебя покусать



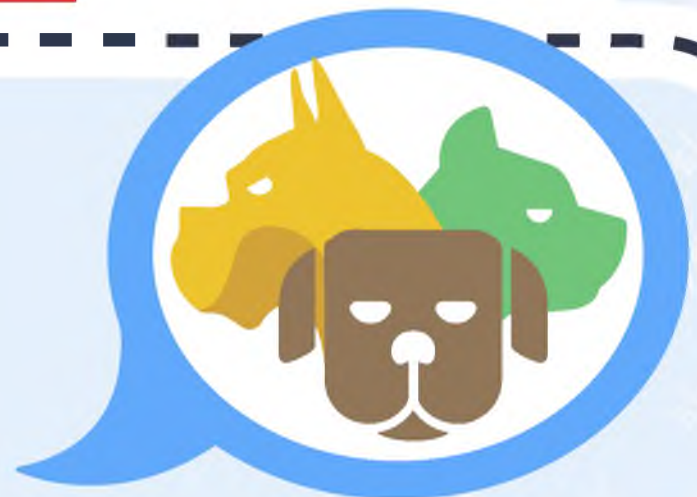
5

Если ты на велосипеде – слезь с него

6

Не пытайся скорее уехать

Попроси взрослых забрать велосипед позже



7

Если они не успокаиваются и бросаются на велосипед – оставь его





Правила безопасности при встрече с чужими собаками

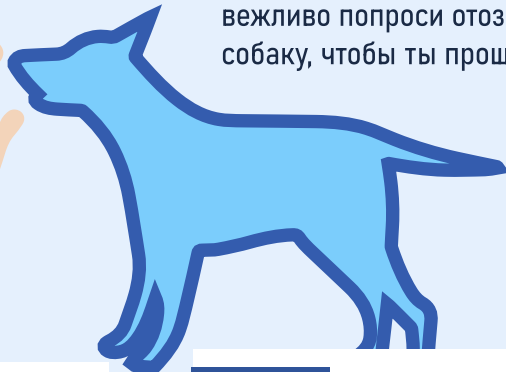
Домашние собаки бойцовских пород



1

Не заигрывай и не протягивай руки

Окликни ее хозяина и вежливо попроси отозвать собаку, чтобы ты прошел



2

Не приближайся, если собака без поводка



Остановись и не двигайся, пока хозяин не уведет её



3

Если кажется, что собака может напасть – НЕ БЕГИ!

Когда собака больная, даже маленький укус может быть опасным. Надо сразу обратиться ко врачу



5

Если тебя укусила незнакомая собака, даже совсем чуть-чуть, немедленно сообщи взрослым

Собака может решить, что ты на него нападаешь и укусить



4

Не кричи и не груби владельцу

Знакомая и обычно приветливая собака

Даже знакомая и приветливая собака может быть злой. Например, когда ест, или у нее родились щенки

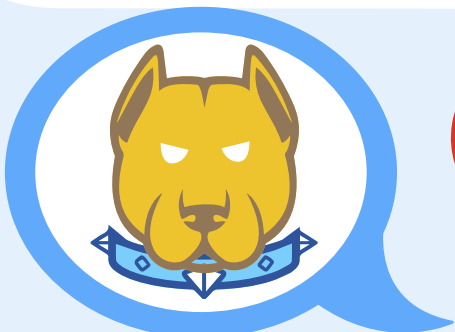


1

Не приближайся к собаке, пока не убедишься, что она не против

2

Если собака прижимает уши, показывает зубы и рычит – немедленно отступи назад и оставь ее в покое



3

Если ты немного побаиваешься собак – попроси взрослых, чтоб они помогли тебе подружиться со знакомой собакой

