



## ***Безопасность обучающихся в период летних каникул (памятка для родителей).***

Для многих из нас лето – это самое долгожданное и любимое время года. Начинается пора каникул, когда подростки радуются беззаботному времяпрепровождению, подолгу находятся на свежем воздухе, греются под теплыми солнечными лучами. Лето – это не только пора каникул, но и опасный период, так как многие дети в это время предоставлены сами себе. Во время летних каникул значительно увеличивается количество несчастных случаев и различных заболеваний. Обеспечить **безопасность своих детей летом**, в первую очередь - задача родителей. Поэтому мы считаем важным объяснить и напомнить необходимые правила безопасности.

### **Советы родителям обучающихся:**

**Совет первый** - Прогулки, игры и спортивные занятия на свежем воздухе - вот лучший отдых после учебного года. Пребывание на свежем воздухе как можно дальше от проезжих дорог, транспорта, промышленных предприятий.

**Совет второй** - Помните, что в каникулы увеличивается риск не только уличного, но и бытового травматизма. Поговорите с детьми об этом.

**Совет третий** - Необходимо соблюдать режим дня, но возможны некоторые отклонения от него. Обучающимся требуется время, чтобы полностью восстановить работоспособность мозга и всего организма после продолжительного учебного года.

**Совет четвертый** - Чтобы каникулы стали временем восстановления и накопления сил вашего ребенка, необходимо, чтобы в его рационе было достаточное количество молочных и мясных продуктов, овощей, фруктов.

**Совет пятый** - Воспользуйтесь каникулами, чтобы проконсультироваться у педиатра, окулиста, стоматолога, ортопеда. Часто болеющему ребенку нелишне будет провести курс лечебных процедур; комплекс упражнений для коррекции осанки.

Особенность летнего периода 2020 года в том, что он проходит в период распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19), которая включена в список опасных для окружающих заболеваний, поэтому рекомендуем перед планированием совместного отдыха с детьми ознакомиться со следующей информацией:

## 7 шагов по профилактике коронавирусной инфекции

↓

Воздержаться от посещения общественных мест: торговых центров, спортивных и зрелищных мероприятий, транспорта в час пик

↓

Использовать одноразовые медицинские маски (респираторы) в общественных местах, меняя их каждые 2-3 часа

↓

Избегать близких контактов и пребывания в одном помещении с людьми, имеющими видимые признаки ОРВИ (кашель, чихание, выделения из носа)

↓

Тщательно мыть руки с мылом и водой после возвращения с улицы и контактов с посторонними людьми

↓

Дезинфицировать гаджеты, оргтехнику и поверхности, к которым прикасаетесь

↓

По возможности ограничить тесные объятия и рукопожатия при приветствии

↓

Пользоваться только индивидуальными предметами личной гигиены (полотенце, зубная щетка)

Более подробно ознакомиться с правилами профилактики коронавирусной инфекции вы можете по следующей ссылке:

[https://www.rospotrebnadzor.ru/region/korono\\_virus/koron\\_pnk.php?clear\\_cache=Y](https://www.rospotrebnadzor.ru/region/korono_virus/koron_pnk.php?clear_cache=Y)

***Желаем Вам и Вашим детям замечательных каникул!!!***