

Безопасный детский отдых

Вот и наступило долгожданное лето! Пора летних каникул, когда дети много времени проводят на прогулках, купаются. Но нужно помнить, что внимательное отношение к детям это залог безопасного и здорового отдыха.

При активном отдыхе на открытом воздухе и около водоемов помним:

- при выборе места купания и отдыха, уточните на сайте Администрации, пригоден ли водоем для купания
- во время нахождения у водоема следите за ребенком, не оставляйте детей без присмотра в воде на кругах, на надувных матрасах.
- избегайте перегрева. Для это одежда на ребенке должна быть светлой, легкой, свободной. Также не забываем про головной убор и обильное питье.
- помним, что с 12 часов до 16 часов на солнце лучше не находиться, используйте это время для отдыха в помещении или находитесь в тени.
- не забываем пользоваться солнцезащитными кремами

Во время приема пищи не забываем соблюдать простые правила:

- мыть руки перед едой, после посещения улицы и общения с домашними животными
- использовать для питья только безопасные напитки (бутилированная вода, кипяченая вода). Нельзя пить воду из крана, из водоемов.
- фрукты и овощи перед употреблением тщательно мыть.

Как защитить ребенка от укусов насекомых:

- при прогулках в парках, посещения леса носить закрытую одежду. Защита от клещей заключается в правильно подобранной одежде светлого цвета, которая должна максимально закрывать тело (брюки, носки, кофта с длинными рукавами и плотными манжетами, головной убор), минимальные контакты с травой, полевыми букетами, регулярный осмотр себя и ребёнка на наличие клещей.
- используйте средства от насекомых, перед использованием репеллента убедитесь, что средство предназначено именно для детей. Для предотвращения укусов комаров используйте репелленты, наносить которые необходимо согласно инструкции, указанной на этикетке. Обратите внимание, что некоторые репелленты предназначены для нанесения на кожные покровы, другие разрешено наносить только на одежду.

Берегите детей и будьте здоровы !