

БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ



ПОЖАРНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ

Помни! Огонь становится врагом, если с ним обращаться неосторожно!



- Не играй со спичками, зажигалками, аэрозольными баллончиками, электроприборами, розетками.
- Не выбрасывай спички, не погасив их предварительно.

- Выходя из дома или из комнаты, не забывай погасить свет и выключить электроприборы, особенно утюг, обогреватель, телевизор, светильники и т.д.



- Не пользуйся неисправными электроприборами.
- Выключая электроприбор с розеткой, держись за специальную вилку.

Электрический ток - друг и помощник, если пользоваться им осторожно, придерживаясь правил безопасности.

Правила поведения во время пожара



- Если огонь незначительный, и горит не электроприбор, можно попробовать загасить его, наклонив на него плотную ткань или одеяло или залить водой.

- Если загорелся электроприбор, нужно выключить его с розетки и накрыть толстым одеялом.

- Если огонь сразу не погас, немедленно покинь помещение, закрой за собой дверь.

- Не пользуйся лифтом - он может выключиться. Спускаться можно только по лестнице.

- Вызови пожарную охрану по номеру **101**, сообщи о пожаре succinct.

- Когда придут пожарники, четко исполняй все их указания и распоряжения.



ПОЖАРНАЯ
СЛУЖБА

101

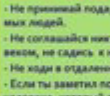


БЕЗОПАСНОСТЬ ТВОЕЙ ЖИЗНИ

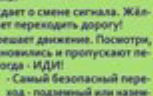
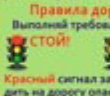
Осторожно - незнакомец!



- Не открывай двери квартиры незнакомому или малознакомому человеку.
- Не разговаривай с ним, не соглашайся на его предложения.
- Не общайся по телефону с чужими людьми.
- Не разговаривай с незнакомцами на улице.



- Не принимай подарков и угощений от незнакомых людей.
- Не соглашайся никуда идти с незнакомым человеком, не садись к нему в автомобиль.
- Не ходи в отдаленные и безлюдные места.
- Если ты заметишь подозрительного незнакомца человека, который следит за тобой, обязательно расскажи родителям, знакомым взрослым.



Правила дорожного движения
Выполняй требования сигналов светофора!

СТОЙ! **СТОЙ!** **ИДИ!**

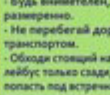
Красный сигнал запрещает движение. Выходить на дорогу опасно!

Желтый сигнал предупреждает о смене сигнала. Желтый сигнал запрещает переходить дорогу!

Зеленый сигнал разрешает движение. Посмотри, все ли машины остановились и пропускают пешеходов, и только тогда - ИДИ!



- Самый безопасный переход - подземный или наземный. Если нет подземного перехода, можно перейти по "зебре".
- Иди только на зеленый сигнал светофора, даже если нет машин.



- Будь внимателен, не спишь, переходи улицу разбегаешься.
- Не перебегай дорогу перед близко идущим транспортом.
- Обходи стоящий на остановке автобус или троллейбус только сзади, трамвай - спереди, чтобы не попасть под встречный вагон. Но лучше подождать, пока они проедут, и тебе будет видна вся дорога.



ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ

Забейся о своем здоровье и здоровье окружающих тебя людей!

- Ешь полезную пищу.
- Поддерживай режим дня. Ложись спать вовремя.
- Делай зарядку, занимайся спортом.
- Гуляй на улице каждый день.



- Умывайся и чисти зубы утром и вечером.
- Ухаживай за своим телом и держи его в чистоте.
- Мой руки перед едой, после прогулки и игры с домашними животными.



- Следи за чистотой одежды и обуви.
- Часто убирай и проветривай комнату.
- Читай и пиши при хорошем освещении.
- Следи за осанкой, держи спину ровно.
- Занимайся на компьютере только полчаса в день.

Закрепляем свой организм!

Закрепление - это система оздоровительных процедур, построенная на использовании воздуха, воды и солнца. Залка дарит нам крепкое здоровье, улучшает настроение, укрепляет нервную систему, защищает от простуд и гриппа.



- Умывайся холодной водой.
- Принимай контрастный душ.
- Обтирайся влажным полотенцем.
- Купайся в водоемах.
- Принимай солнечные и воздушные ванны.

Враги твоего здоровья



Алкоголь

Наркотики

Курение



ПРИ УТЕЧКЕ ГАЗА

Утечка газа может привести к отравлению человека, а при появлении искры - ко взрыву!



Если ты почувствовал запах газа, срочно сообщи об этом взрослым.



Не включай свет, не зажигай спички. Отключи электроприборы. Прекрой подачу газа.



Срочно проветри комнату.



Осторожно обращайся с плитой. Выходя из дома, закрой ли газ.



По телефону вызови газовую службу по номеру 104.



МИЛИЦИЯ
ГАИ

102



СКОРАЯ МЕДИЦИНСКАЯ
ПОМОЩЬ

103



АВАРИЙНАЯ
ГАЗОВАЯ СЛУЖБА

104