**Памятка для родителей и детей**

**на зимние каникулы**

**Памятка об охране жизни и здоровья, учащихся на период**

**зимних каникул**

Соблюдать правила дорожного движения в зимнее время.

Быть осторожными и внимательными  во время  движения по дороге, особенно в вечернее время суток.  Не разговаривать с незнакомыми людьми, не садиться в незнакомый транспорт.  
Осторожно обращаться  с газовыми и электроприборами, предметами бытовой химии, лекарственными препаратами.  
Не подходить, не трогать руками подозрительные предметы. В случае обнаружения  сообщить взрослым, в полицию.  
Находясь дома, не открывать дверь незнакомым людям.  
Не пребывать на водоёмах в период зимних каникул.  
Всегда сообщать родителям о своем местонахождении.   
Не находиться  на улице после 21.00 часа без сопровождения родителей.  
Соблюдать правила поведения  в общественных местах.  
Помнить телефон службы:112  
Не увлекайтесь длительным просмотром телевизора, многочасовой работой за компьютером.  
Соблюдать правила охраны жизни и здоровья во время Новогодних огоньков,  не использовать хлопушки, бенгальские огни, петарды.  
Помнить, что во время   зимних каникул  ответственность за жизнь и здоровье детей несут  родители:  
        При организации и проведении новогодних праздников и других мероприятий необходимо соблюдать следующие рекомендации:  
o    запрещается применять свечи и хлопушки, устраивать фейерверки и другие световые пожароопасные эффекты, которые могут привести к пожару;   
o    запрещается использование пиротехнических средств (петард, фейерверков);   
o    запрещается одевать детей в костюмы из легкогорючих материалов;   
o    запрещается оставлять без присмотра детей во время новогодних мероприятий;   
o    необходимо соблюдать правила дорожного движения;   
o    не подвергайте свою жизнь  и жизнь своего ребёнка опасности, выходя на рыхлый лед на водоемах.

**Памятка «Осторожно, гололёд!»**

Примите меры для снижения вероятности получения травм.

1.Обратите внимание на свою обувь.

-подберите нескользящую обувь;

- если таковой не имеется, наклейте на подошву лейкопластырь;

-откажитесь в гололедицу от высоких каблуков.

2.Как действовать при гололеде.

- смотрите себе под ноги, старайтесь обойти опасные места.

- наступать следует на всю подошву, слегка расслабив ноги в коленях.

- будьте предельно внимательны на проезжей части дороги.

- если вы поскользнулись, присядьте, чтобы снизить высоту падения. Не торопитесь подняться, осмотрите себя, нет ли травм, попросите прохожих людей помочь вам.

Помните!!!!

*Особенно опасны падения на спину, вверх лицом, так как можно получить сотрясение мозга. При получении травм обязательно обратитесь к врачу.*