

Министерство образования и науки Алтайского края КГБОУ «Барнаульская  
общеобразовательная школа – интернат №1»



г. Барнаул, 2020

## **Памятка для родителей «БЕЗОПАСНЫЕ КАНИКУЛЫ»**

С 24 октября 2020 года по 08 ноября 2020 года – осенние каникулы.

Ответственность за детей в период осенних каникул несет

Вы, родители, законные представители.

Чтобы каникулы прошли без ограничений, чтобы ребенок провел их с пользой для своего соматического, психологического и психического здоровья советуем:

1. Соблюдать правила дорожного движения в осеннее время. Быть осторожными и внимательными во время движения по дороге, особенно в вечернее время суток.
2. Не разговаривать с незнакомыми людьми, не садиться в незнакомый транспорт.
3. Осторожно обращаться с газовыми и электроприборами, предметами бытовой химии, лекарственными препаратами.
4. Не подходить, не трогать руками подозрительные предметы. В случае обнаружения сообщить взрослым, в полицию.
5. Находясь дома, не открывать дверь незнакомым людям.
6. Не пребывать на водоёмах в период осенних каникул.
7. Всегда сообщать родителям о своем местонахождении.
8. Не находиться на улице после 22.00 часа без сопровождения взрослых.
9. Соблюдать правила поведения в общественных местах.
10. Помнить телефон службы МЧС: 01/101, 02/102, 03/103, 04/104, 112.
11. Не увлекайтесь длительным просмотром телевизора, многочасовой работой за компьютером.
12. В плане укрепления здоровья и профилактики гриппа, ОРВИ, в целях предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19):
13. Соблюдение режимных моментов во время каникул: соблюдение приема пищи, вовремя ложиться спать, чтобы сон был достаточный.

14. Избегать места скопления людей.
15. Избегать контакта с больными людьми.
16. Чаще мыть руки, реже касаться руками носа и губ.
17. Больше проводить время на свежем воздухе, прогулки и спортивные занятия на свежем воздухе - лучший способ отдыха на каникулах.
18. Проводить чаще влажную уборку дома и проветривание.

### **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

В период каникул школьники будут оставаться дома. В эти дни у детей появится много свободного времени, поэтому будет не лишним напомнить о правилах безопасности и возможных мерах предупреждения чрезвычайных ситуаций:

1. Осуществлять должный контроль над детьми для их безопасности.
2. Не оставлять младших школьников одних дома.
3. Составить список телефонов, куда можно позвонить в экстренных ситуациях.
4. Постоянно будьте в курсе, где и с кем находится ваш ребенок, контролируйте место пребывания ребенка.
5. Недопущение пребывания несовершеннолетнего в местах нахождения, где могут причинить вред ребенку.
6. Обеспечить под личную ответственность соблюдение противоэпидемического режима в соответствии с государственными санитарно-эпидемиологическими правилами и гигиеническими нормативами и принятие мер в целях предотвращения распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19).
7. Запретите посещение мест массового нахождения граждан.
8. Напомните о правилах дорожного движения, научите быть предельно внимательными на дороге, в транспорте, вблизи водоемов.
9. Предупредите о необходимости соблюдения мер безопасности при

обращении с острыми, колющими и режущими предметами, легковоспламеняющимися и взрывоопасными веществам.

10. Установите нормы пользования гаджетами: продолжительность непрерывного занятия за компьютером для детей в возрасте с 7 – 12 лет составляет 20 минут, а старше – не более 30 минут.

Также необходимо соблюдать профилактические меры с целью защиты от коронавирусной инфекции:

1. Исключите контакты с людьми, имеющими признаки ОРВИ.
2. По возможности избегайте мест массового пребывания людей.
3. Как можно чаще мойте руки с мылом или обрабатывайте их специальными дезинфицирующими средствами.
4. Старайтесь не прикасаться руками к лицу.
5. Максимально избегайте соприкосновения с различными поверхностями в общественных местах.
6. Ограничьте приветственные рукопожатия.
7. Надевайте одноразовую медицинскую маску в местах большого скопления людей.
8. Регулярно проветривайте помещение, в котором находитесь, и проводите в нем влажную уборку.
9. Ведите здоровый образ жизни: высыпайтесь, правильно питайтесь, не забывайте о регулярных физических нагрузках.

Соблюдение гигиенических правил позволит существенно снизить риск заражения или дальнейшего распространения гриппа, коронавирусной инфекции и других ОРВИ.

***Помните, что во время каникул ответственность за жизнь и здоровье детей несут родители!  
Будьте внимательны и здоровы!***