



Солнечная погода



Не забывай носить головной убор на солнце, длительное нахождение под прямыми солнечными лучами может привести к солнечному удару.



Защищай кожу специальными средствами, они защищают не только от ожогов, но и от вредных ультрафиолетовых лучей.



Пей больше чистой минеральной воды. Именно она лучше всего утоляет жажду.



Помни, что самое жаркое время с 12.00 до 15.00, в это время лучше находиться в тени.



Один дома

Первое правило: Твой дом – твоя крепость.

- 1 Не открывай двери чужим и незнакомым людям. Даже если они представляются знакомыми твоих родителей и называют их по имени.
- 2 Не сообщай сразу же незнакомцу за дверью, что ты дома один. Скажи, что мама или папа в ванной /туалете и спроси, что передать и как представить гостя. После этого позвони родителям и сообщи о произошедшем, независимо от того, ушел гость или же он представился и попросил позвать родителей.
- 3 Если после твоего отказа открыть дверь человек все еще пытается уговорить тебя впустить его или убеждает, что ты должен открыть дверь, – это повод позвонить в полицию. Знай, что ни один порядочный полицейский, почтальон, сосед или друг семьи не станет настаивать на том, что бы ему непременно открыли дверь.



Второе правило: когда ты дома один – ты за «главного».



Не забывай выключать все электроприборы, которыми воспользовался и которые больше не нужны: ноутбук, микроволновку, телевизор и прочую технику.



Не забывай выключать воду на кухне и в ванной комнате. Иначе ты рискуешь затопить соседей!



Если родители уже разрешают тебе самостоятельно пользоваться плитой, помни, что нельзя оставлять готовящуюся или разогреваемую еду без присмотра, за работающей плитой нужно все время следить. Не забывай выключать её после использования. Если ты чувствуешь запах газа или на кухне начался пожар, немедленно звони в экстренную службу по номеру **112**

ВАЖНО!

Ты ни в коем случае не должен самостоятельно проводить ремонтные работы, если что-то случилось. Действуй следующим образом:

- 1 Устрани причину аварии (закрой кран, в случае потопы, выключи плиту, если обед сгорел и т.д.)
- 2 Позвони родителям, объясни, что случилось.
- 3 Если это необходимо, звони в экстренную службу по номеру 112 или другому номеру, который оставили тебе родители. Помни, если существует угроза твоей жизни (например, разгорелся пожар или квартиру затопило, а в доступной для воды зоне находятся не отключенные от сети электроприборы) не теряй время на звонок родителям! Сначала покинь квартиру, потом звони в экстренную службу, затем уже родителям.

