

## Памятка родителям

### 1. Отравление химическими веществами!

Не храните лекарства и химические вещества в местах, доступных для детей. Следите, чтобы дети не ели невымытых фруктов и овощей, дикорастущие растения и ягоды.

При малейшем подозрении на прием Яда срочно проконсультируйте ребенка у медицинского работника. Помните, что отравление у детей, как правило, является следствием нашей небрежности и халатности.

### 2. Безопасность детей в летний период

Не разрешайте купаться ребенку без вашего присмотра, особенно на матрацах или надувных кругах. Отпускайте ребенка в воду только в плавательном жилете или на рукавниках.

Не позволяйте детям играть в игры, где участники прячутся под водой или их «топят». Такие развлечения могут закончиться трагедией.

Не разрешайте заплывать за буйки и нырять в неизвестных местах водоема, поскольку камни и ветки деревьев часто приводят к травмам.

Контролируйте время пребывания ребенка в воде, чтобы не допустить переохлаждения.

Во избежание солнечных ожогов смазывайте кожу ребенка специальными солнцезащитными средствами.

#### Безопасность детей летом

На природе обычно много клещей, укусы которых опасны тяжелыми заболеваниями (энцефалит, болезнь Лайма). Поэтому ребенка лучше одеть в штаны и закрытую обувь. Причем брюки следует заправить в резинку носков. Не помешает и обработка поверхности одежды средствами от насекомых.

Объясните ребенку, что запрещено трогать незнакомые грибы и кушать неизвестные ягоды или плоды, растущие в лесу – они могут быть ядовитыми.

Во избежание укуса таких насекомых как шмели, осы, пчелы, расскажите, что нужно оставаться недвижимым, когда они поблизости.

Увидев змею, не трогайте ее, а обойдите. Если гадюка свернулась кольцом, значит, она собирается броситься на человека.

Не позволяйте ребенку подходить к животным, которые могут укусить его и заразить бешенством.

Ни в коем случае не оставляйте детей без присмотра – они могут заблудиться.

Для ребенка обязательным является ношение головного убора на улице для предотвращения теплового или солнечного удара.

Приучите детей всегда мыть руки перед употреблением пищи.

Поскольку на лето приходится пик пищевых отравлений и заболеваний энтеровирусными инфекциями, следите за свежестью продуктов, всегда мойте овощи и фрукты перед употреблением.

Обязательно учите ребенка переходу по светофору, расскажите об опасности, которую несет автомобиль. Двигайтесь только по тротуару.

Важно научить и правилам пожарной безопасности в летний период. Не позволяйте разводить костры без присутствия взрослых. Поясните опасность огненной стихии в быстром распространении на соседние объекты.

Соблюдайте питьевой режим, чтобы не допустить обезвоживания. Давайте ребенку очищенную природную воду без газа.

#### Поведение с незнакомыми людьми.

##### Инструкция родителям для бесед с детьми.

- Не уходи далеко от своего дома, двора.

- Не бери ничего у незнакомых людей на улице. Сразу отходи в сторону.

Если ваш ребенок говорит о нездоровом интересе к нему вашего мужа, сожителя, брата, дяди, прислушайтесь к его словам. Не оставляйте его один на один с этим человеком. Обратитесь за помощью к детскому психологу, позвоните в службу доверия или полицию.

Обсуждайте с ребенком особенности полового развития, отвечайте на его вопросы о сексуальных отношениях.

- Обходи компании незнакомых подростков.

- Избегай безлюдных мест, оврагов, пустырей, заброшенных домов, сараев, чердаков, подвалов.

- Не входи с незнакомым человеком в подъезд, лифт.

- Не открывай дверь людям, которых не знаешь.

- Не садись в чужую машину.

- На все предложения незнакомых отвечай: "Нет!" и немедленно уходи от них туда, где есть люди.

- Не стесняйся звать людей на помощь на улице, в транспорте, в подъезде.

- В минуту опасности, когда тебя пытаются схватить, применяют силу, кричи, вырывайся, убегай.

Уважаемые родители, помните и о правилах безопасности вашего ребенка дома:

- не оставляйте без присмотра включенные электроприборы;

- не оставляйте ребёнка одного в квартире;
- заблокируйте доступ к розеткам;
- избегайте контакта ребёнка с газовой плитой и спичками.

### **Профилактика правонарушений**

Обращаем внимание родителей на необходимость проведения бесед с детьми о недопустимости совершения краж чужого имущества, угонов ТС, оскорблений личности, употребление спиртных напитков, наркотиков и т. д., норм нравственности в отношении с противоположным полом. Разъяснять им последствия совершения преступлений, а также о бережном обращении со своим имуществом. Контролировать время провождения детей в свободное от учебы время, не допускать нахождения детей в ночное время на улицах города без сопровождения взрослых.

### **Подростковый суицид – основные признаки надвигающейся проблемы**

- Намеки на совершение самоубийства. Наподобие: «ничего, недолго вам меня терпеть» или «я больше никому мешать не буду». Прямые высказывания о намерении совершить суицид. Потеря интереса к жизни, отстранение от близких и друзей, нивелирование ценностей, безразличие к миру. Безвозмездная раздача предметов, которые еще недавно имели большую ценность в глазах подростка. Постоянное уединение и угрюмость. Потеря интереса к привычным хобби, учебе, неряшливость и отсутствие желания ухаживать за собой.
- Увлечение темой культа смерти. Сатанизм, субкультура готов, оккультные науки, черная магия. Чтение книг о загробной жизни, погребениях, просмотр фильмов, увлечение играми, связанными с насилием, потусторонними силами и т.д.
- Высказывания и философствования о смерти, как о чем-то незначительном и даже забавном. По типу «смерть ерунда, вот жить противно» и т.д.

### **Факторы в значительной мере предупреждающие подростковый суицид**

- Регулярная занятость ребенка в интересных ему сферах. Посещение секций. Спорт, музыка, рисование, программирование и т.д. Хорошие открытые взаимоотношения с родителями и сверстниками. Наличие постоянных друзей и авторитета в окружении ребенка. Успешное выполнение поставленных задач и целей (в спорте, учебе и т.д.), признание успехов окружающими, особенно близкими людьми. Высокая личная ответственность за окружающих и социальная активность. Шефство над малышами или стариками, ответственная должность в классе, активное участие в воспитании младших детей в семье и т.д. Подобная практика позволяет лучше выстроить систему приоритетов и определить жизненные цели, учит преодолевать трудности, бороться с ними и не впадать в уныние.

### **Как вести себя родителям:**

- Со всей внимательностью отнеситесь к обидам и проблемам ребенка, даже на ваш взгляд самым пустяковым. Постарайтесь его убедить откровенно вам рассказать, что его расстраивает в вашей семье и в окружающем мире.
- Внимательно выслушайте подростка. Очень часто самоубийства совершаются из-за того, что ребенку просто некому высказаться о своей беде. Приложите усилия, чтобы понять проблему и не осуждайте поступки, приведшие к сложностям, а попытайтесь успокоить подростка и определить пути выхода из сложностей. Предложите свою помощь. Придайте подростку уверенность, что вместе вы сможете справиться с любыми трудностями.
- Сделайте акцент на позитивных моментах жизни, на светлых воспоминаниях из прошлого. Обратите внимание подростка на его успехи, на то, как близкие радуются за него, на то, как он важен, как вы его цените. Объясните, что его жизнь для вас самая дорогая в мире.
- Попытайтесь учесть глубину кризиса и истинные мотивы ребенка, и серьезность намерений. У подростка могут быть серьезные проблемы, но он может совсем и не думать о суициде.
- Вызовите ребенка на откровенный разговор. Можно прямо спросить о его намерениях, если подросток выскажется и даже опишет свои планы по самоубийству, ему станет значительно легче.