

## ***Отдых ребенка в городе: советы родителям***

Во время поездок на легковом автомобиле, если нет детского кресла, то посадите ребенка на заднем сиденье посередине или справа.

Объясните ребенку, что неподходящие для детских игр места – стоянки личного транспорта, стройплощадки, подвалы и открытые люки канализации.

Соблюдайте правила поведения на улице: возьмите ребенка за руку, на тротуаре держитесь подальше от проезжей части, переходите дорогу по пешеходному переходу.

Разъясните детям, как опасно играть вблизи автотранспорта.

Летом на улицах становится больше бездомных собак и кошек, они могут быть переносчиками заболеваний, часто ведут себя агрессивно. Не разрешайте детям подходить близко к животным, приманивать их едой.

Сорняки во дворе не подходят ребенку для игр в магазин, рынок, дочки-матери. Объясните, что эти растения не желательно трогать руками и нельзя брать в рот.



## ***Отдых с ребенком летом на даче: советы родителям***

Укусы клещей, пчел, ос и комаров могут быть опасными с точки зрения тех инфекций, что разносят животные, и аллергических реакций со стороны организма ребенка. Для защиты от насекомых применяйте репелленты с натуральными компонентами.

*Если ужалила оса или пчела, то сначала удалите жало, затем протрите кожу спиртом и приложите на 50 секунд лед, обернутый марлей.*

Пчелиные или комариные укусы у детей могут сопровождаться отеками, сильным покраснением, раздражением и зудом. Проконсультируйтесь с педиатром о применении в таких случаях противоаллергических препаратов.

При оказании первой помощи клеша удалите пинцетом, как бы «выкручивая» его из кожи против часовой стрелки. Обработайте место укуса перекисью водорода, затем йодом.

Летом много соблазнов в виде даров леса, но не все привлекательные ягоды и грибы съедобны. Приучайте детей не собирать неизвестные им растения.

Ребенку следует объяснить, как укрыться во время грозы и молнии. Грозовые разряды опасны для людей, поэтому надо переждать непогоду в помещении, закрыть балконную дверь, форточки.

## *Отдых с ребенком на море: советы и рекомендации родителям*

Отправляясь на море с ребенком , вы должны знать, что плавание в открытом водоеме – это одновременное воздействие света, воды, движения и воздуха. Учитывайте, что в случае морского купания присоединяется еще химическое раздражение солей и микроэлементов.

Посещайте с ребенком пляж с 9 до 11 и с 16 до 18 часов. Проследите, чтобы ребенок не плавал натощак и раньше, чем через 1 час после еды. Для безопасности дайте ребенку специальный жилет или надувной круг, покажите, как пользоваться.

Не оставляйте детей без присмотра, чтобы они не резвились в воде «до посинения».

Организуйте чередование плавания, принятия солнечных и воздушных ванн, ходьбу босиком по песку или гальке для максимального оздоровительного эффекта.

