



# БЕЗОПАСНЫЕ ЛЕТНИЕ КАНИКУЛЫ

⇒ Простые правила для счастливого и полезного лета! ⇐

## 1

### БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ НА УЛИЦЕ И ДОМА



- Гуляй в светлое время дня.
- Надевай головной убор и пей воду.
- Соблюдай правила на дороге. Переходи только по пешеходному переходу.
- Не уходи далеко от дома без взрослых.
- Дома будь внимателен: не трогай горячие и острые предметы.
- У воды и на солнце соблюдай правила и слушай взрослых.



## 2

### БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНТЕРНЕТЕ И ПРИ ИСПОЛЬЗОВАНИИ УСТРОЙСТВ



- Используй интернет с разрешения взрослых.
- Не сообщай в сети свое имя, адрес и телефон.
- Не открывай подозрительные ссылки и сообщения.
- Делай перерывы и не проводи за экраном слишком много времени.
- Если что-то непонятно или тревожно – расскажи взрослым.



## 3

### ПОЛЕЗНЫЕ ДЕЛА И ХОРОШИЕ ПРИВЫЧКИ ЛЕТОМ



- Читай книги и узнавай новое.
- Занимайся спортом и больше гуляй на свежем воздухе.
- Помогай дома и заботься о близких.
- Соблюдай режим дня: вовремя ложись спать и делай зарядку.
- Питайся полезно: больше овощей, фруктов и воды.
- Будь добрым и вежливым. Улыбайся и делись хорошим настроением!



Пусть твое лето будет ярким, полезным  
и безопасным!

♥ Хорошего отдыха! ♥

