АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

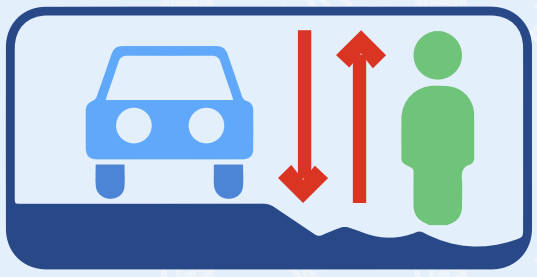
Правила дорожного движения

Выходя из подъезда, помни, что даже во дворе дорога для машин. Будь внимателен!

1 Не играй на дороге во дворе

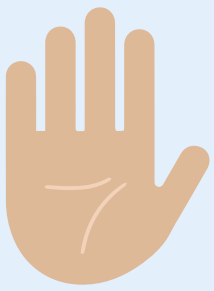
2 Тротуар – это место для пешеходов

Не ходи по краю тротуара



3 Если нет тротуара – иди по обочине навстречу транспорту

даже если железная дорога кажется заброшенной



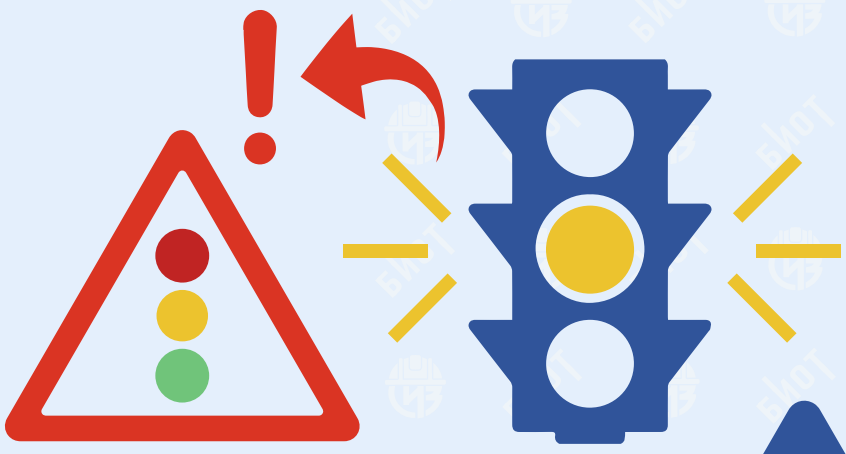
5 Не играй возле дороги и рельсов, где ходят поезда

4 Чтобы ты был заметен издалека в темное время суток, на твоей одежде должны быть светоотражающие элементы

Наземному или подземному

6 Переходи дорогу только по пешеходному переходу

Если светофор мигает только желтым светом – переходи дорогу очень внимательно, смотри по сторонам. Лучше пропусти все машины – тебе проще остановиться, чем машине

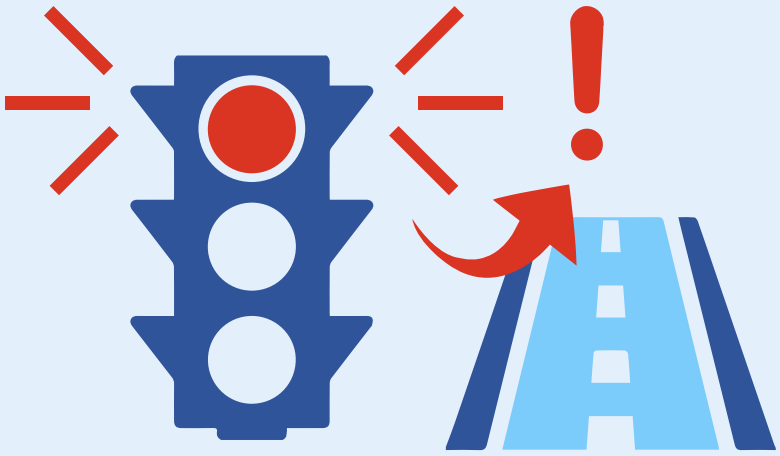


7 Переходи дорогу только на зеленый свет

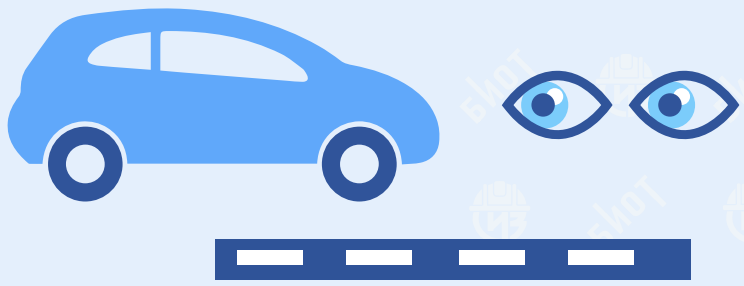
asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Правила дорожного движения



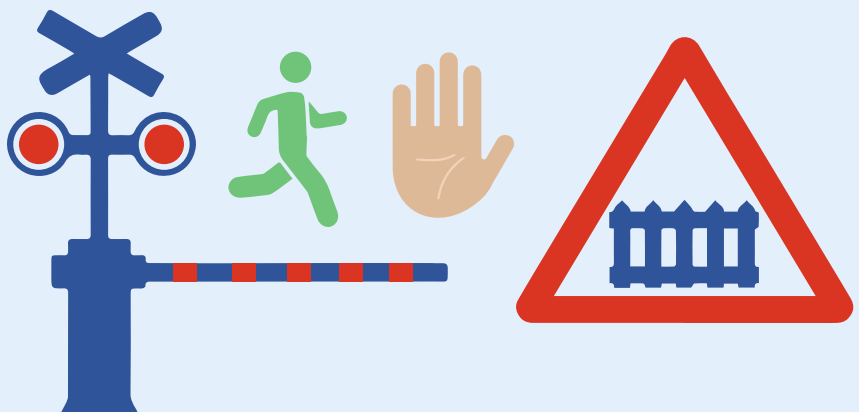
Дойдя до середины дороги посмотри направо, если нет машин – завершай переход



8 Если ты перешел бОльшую половину дороги и загорелся красный сигнал светофора – скорее переходи на другую сторону

9 Если нет светофора, подойдя к краю дороги, посмотри налево, убедись, что машины не едут

Дождись, пока поезд проедет

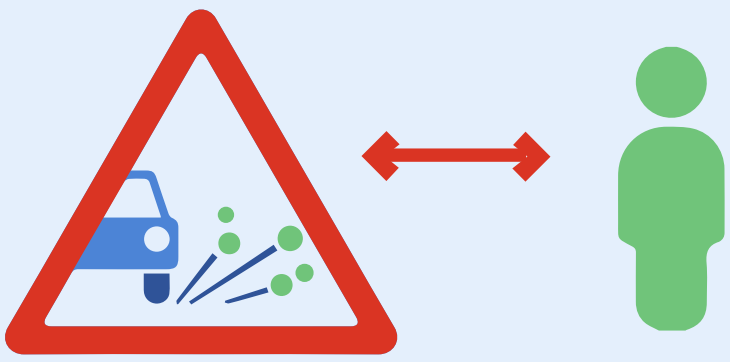


Если по дороге мчится специальный автомобиль с синим огоньком и сиреной (например, машина скорой помощи, пожарная или полицейская машины) остановись и не выходи на дорогу. Дождись, пока автомобиль проедет

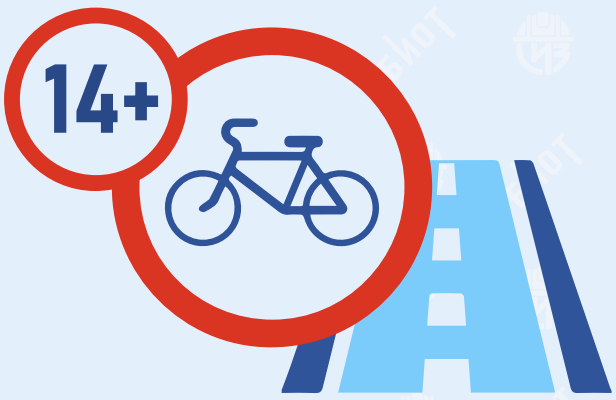
11 Если у железнодорожного переезда опущен шлагбаум, горит красный свет – ни в коем случае не пытайся перейти железную дорогу, даже если ты не видишь поезда

10 Пропускай специальные автомобили

Из-под колес машин могут лететь камни



Можно ездить только по специальным дорожкам или во дворе



12 Если впереди плохая дорога (обычно это за городом), старайся отойти дальше от края дороги

13 Помни, что до 14 лет нельзя выезжать на дорогу на велосипеде

asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Первая помощь

1 Если больно, есть кровь - зови на помощь взрослых, вызови скорую помощь — 103 или 112

Поднеси пострадавший участок под холодную воду, желательно проточную. Ни в коем случае не смазывай место ожога маслом, кремом или аналогичными средствами, которые могут повысить температуру кожи. Холодная вода или лед — и к взрослым за помощью!

2 При ожогах

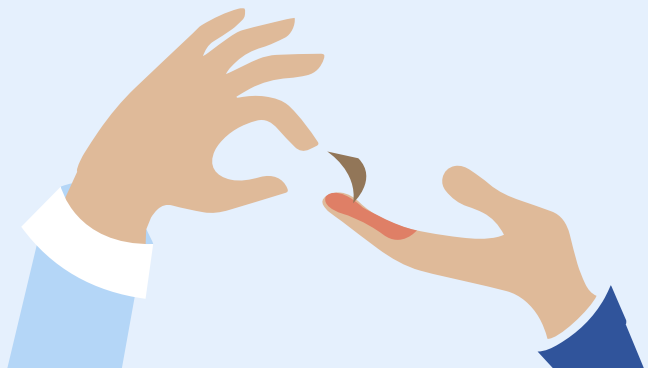
Не три глаза. Зажмурься как можно крепче: скопившиеся слезы помогут «вымыть» любой посторонний предмет, который попал в глаз. Если это не поможет, то держа пострадавший глаз закрытым, обратись за помощью

3 При травмах глаз

Промой холодной водой и крепко зажми это место чистой салфеткой или носовым платком.
Если кровь не останавливается, а быстро проступает сквозь платок – срочно сообщи взрослым.
Все время держи место пореза крепко прижатым

4 При сильном порезе

Срочно удали жало, если оно осталось и немедленно обратись за помощью. Если есть аллергия на укусы насекомых, нужно сказать об этом взрослым



5 При укусе пчелы

Если при нахождении на солнце в жаркий день у тебя заметно участилось дыхание, повысилась температура, а кожа стала очень сухой и горячей – значит случился солнечный удар. Перейди в место, куда не попадают прямые лучи солнца, выпей воды и положи на лоб смоченную холодной водой ткань

6 При солнечном ударе

asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Первая помощь

7 При укусе животного

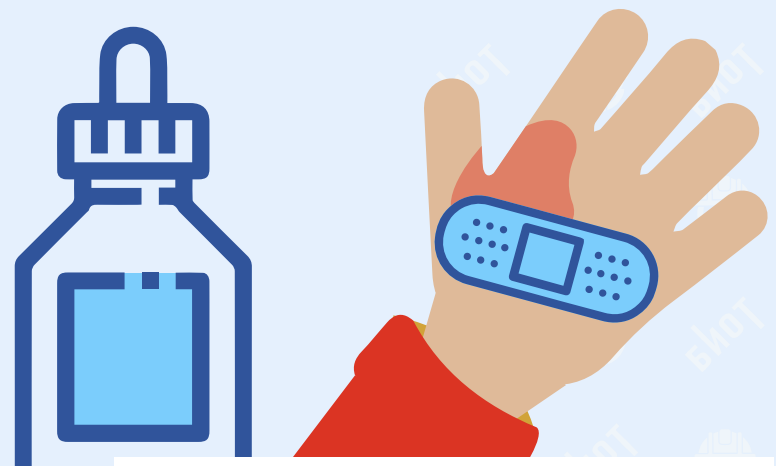
Промой рану перекисью водорода, смажь края йодом. Обязательно обратись за помощью к родителям или сразу в больницу

8 При вывихе, растяжении, переломе

Обездвижь конечность и, если есть возможность, приложи холод. После – обязательно позвони родителям

9 При ссадине

Смочи салфетку водой и промокательными движениями промой рану. Обработай ссадину перекисью водорода, края раны смажь зеленкой. Заклей бактерицидным пластырем



10 При носовом кровотечении

Приподними голову, чтобы остановить кровотечение. Затем наложи на переносицу салфетку, смоченную в холодной воде. Удали застывшую кровь ватным жгутиком, смоченным в перекиси водорода

11 При обморожении или когда уже перестают «слушаться» пальцы рук

Согрей обмороженный участок тела, но только в теплой, а не горячей воде. Смочи промокательным движением любым спиртосодержащим раствором. Наложи повязку и выпей горячего чая

12 Если в пальце заноза

Обработай пинцет перекисью водорода и аккуратно извлеки занозу. Вытаскивать занозу нужно под тем углом, под которым она вошла в рану

asiz.ru
2025г.

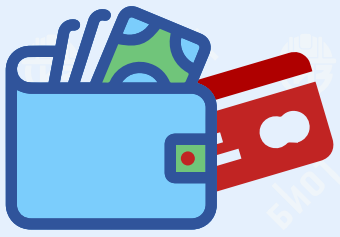
АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Правила безопасного использования банковских карт

1 Используй карту только с разрешения родителей

2 Не сообщай никому ПИН-код и данные карты

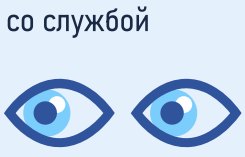
Даже сотрудникам банка. Запомни - для совершения онлайн-покупок не требуется вводить ПИН-код



3 Храни карту в безопасном месте

Имей при себе контактный телефон банка, чтобы при необходимости оперативно связаться со службой поддержки для блокировки

6 Блокируй карту при утере/хищении



5 Не оставляй карту без присмотра

4 Не передавай банковскую карту другим людям

7 Осуществляй банковские операции с использованием банкоматов, установленных в безопасных местах

Когда рассчитываешься картой за товары или услуги через терминал

8 Убедись, что сумма, отображаемая на дисплее терминала, соответствует указанной на ценнике

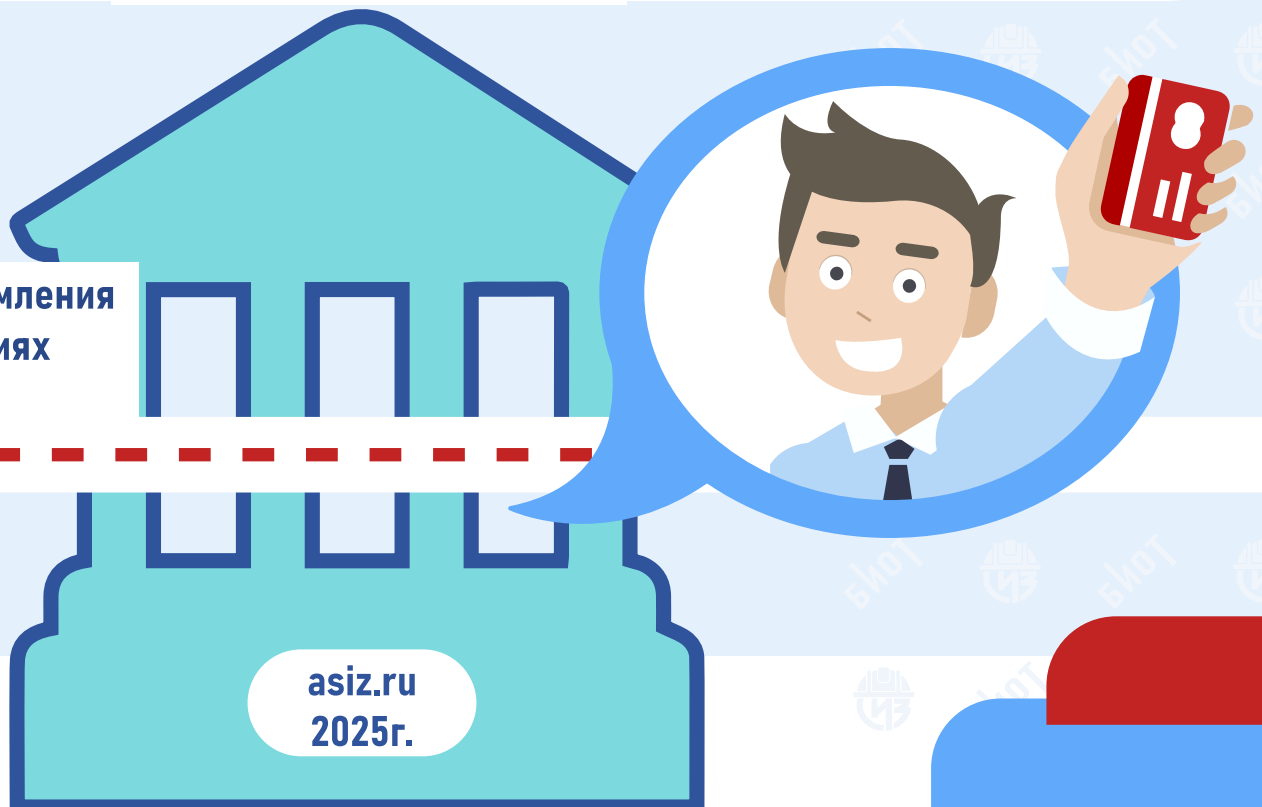
11 Не совершай покупки в интернете, подключившись к публичному Wi-Fi

Для того, чтобы данные случайно не попали в руки другого человек

10 Используй для покупок только свой компьютер, смартфон или планшет

9 Не используй карту на сомнительных сайтах и приложениях

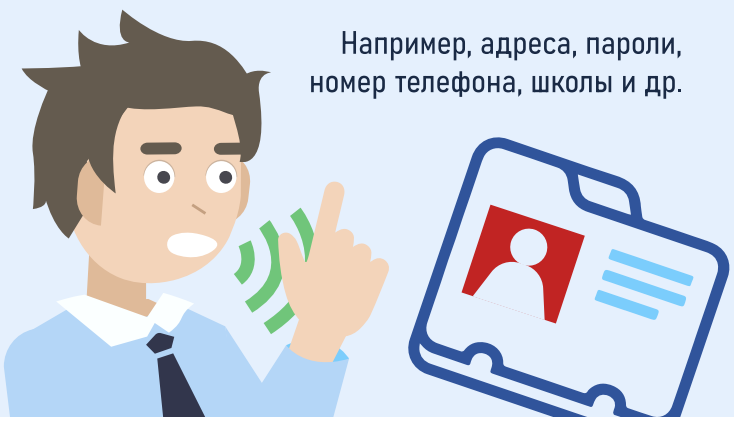
12 Подключи уведомления банка об операциях по твоей карте



asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Правила безопасности в интернете



1 Не сообщай личную информацию

Например, адреса, пароли, номер телефона, школы и др.

2 Используй сложные пароли

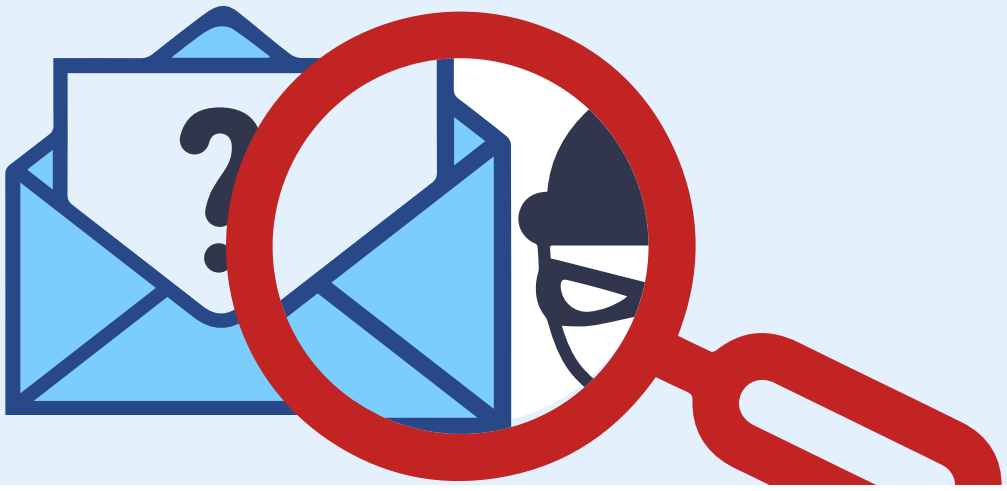
Сохраняй логины и пароли от своих страниц в надежном месте. Например, в записной книжке, которая хранится дома

4 Проверяй информацию. Не верь всему, что видишь или читаешь в интернете

От их лица могут действовать мошенники

3 Будь осторожен с незнакомцами

Не общайся и не встречайся в реальной жизни с людьми, которых знаешь только из интернета



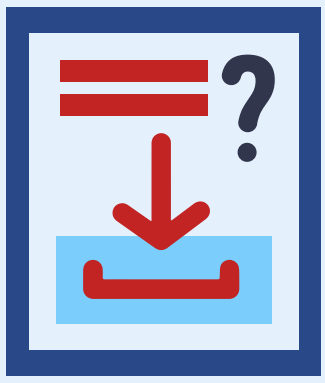
5 Не открывай подозрительные ссылки и файлы, даже если они пришли от знакомых людей

6 Уважай других пользователей

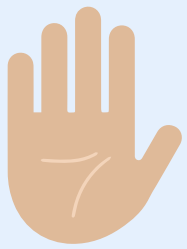
Не оскорбляй и не обижай других людей в сети. Помни, что за каждым аккаунтом стоит реальный человек

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Правила безопасности в интернете



Это может привести к вирусам и поломке компьютера



7 Не скачивай программы из непроверенных источников

8 Ничего не покупай без ведома взрослых

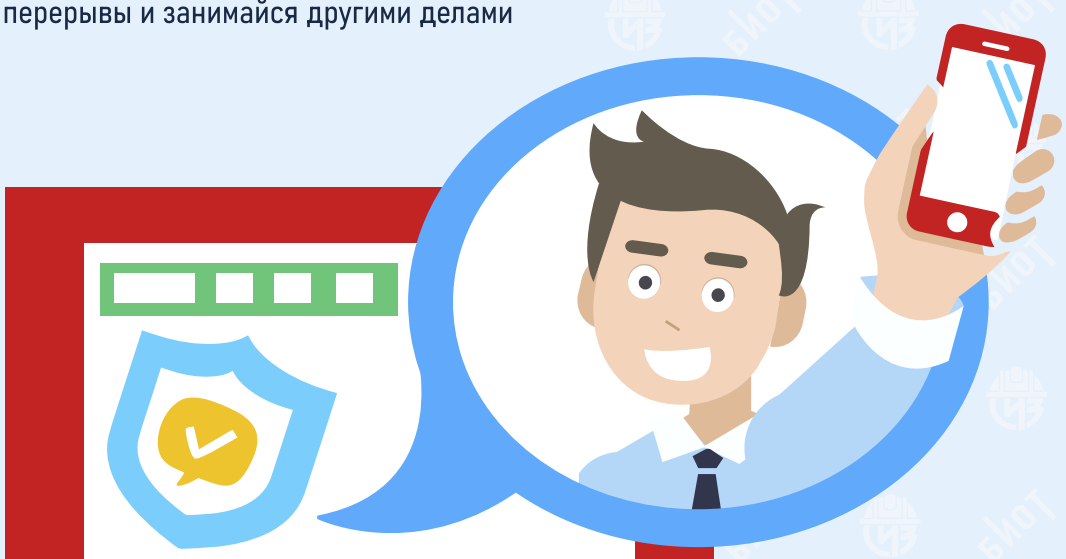
Если кто-то ведёт себя агрессивно и неуважительно, лучше покинь игру

11 Будь осторожен с играми

10 Публикуй только те посты и комментарии, за которые потом НЕ будет стыдно

9 Не используй веб-камеру для общения с незнакомыми людьми

Чтобы не уставать и сохранять здоровье, делай перерывы и занимайся другими делами

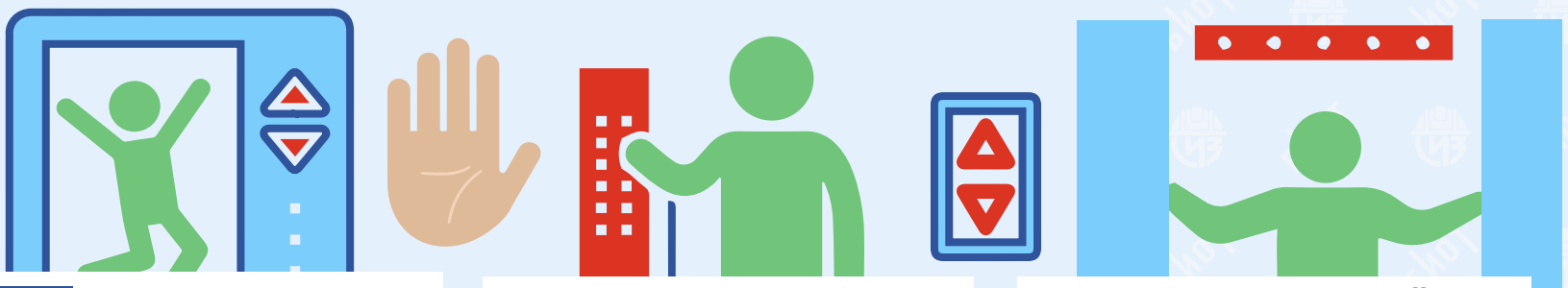


12 Ограничивай время в интернете

asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

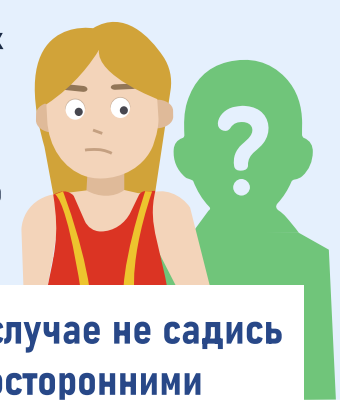
Правила безопасности в лифте



1 Не подпрыгивай и не шатай кабину

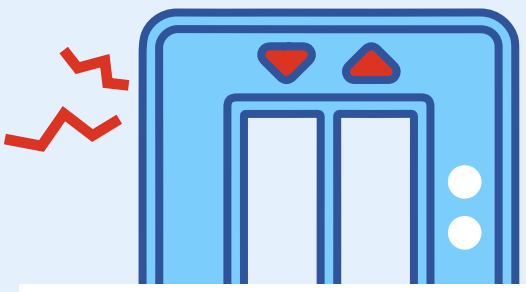
2 Не нажимай на все кнопки подряд

3 Не задерживай и не открывай двери



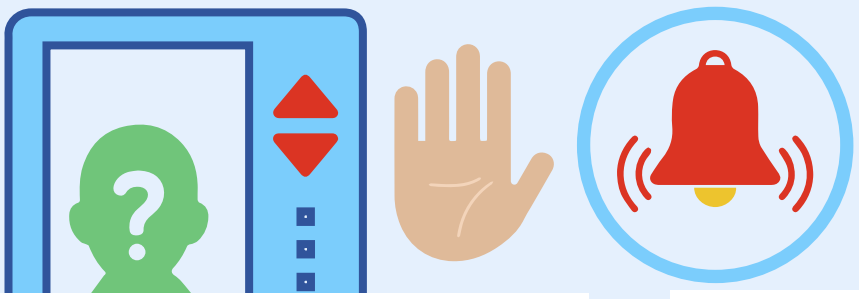
Желательно встать лицом к вошедшим, заняв место рядом с дверью, а лучше сразу выйти из кабины или нажать кнопку ближайшего этажа

5 Ни в коем случае не садись в лифт с посторонними



Например, неплотно закрываются или хлопают двери, погас свет, ощущается запах горения

4 Не заходи в кабину лифта, если наблюдается малейшая неисправность

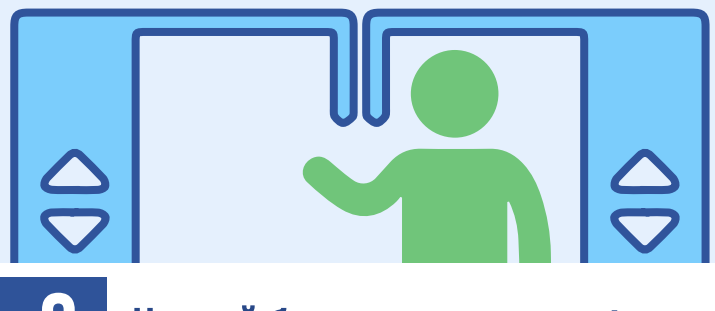


Сделай вид, что что-то забыл взять дома, оставил на улице, или ждёшь родителей

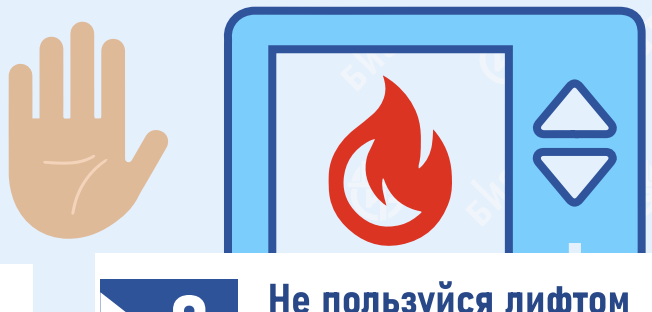
6 Если к подъехавшей кабине лифта подошли незнакомцы, откажись от поездки

Позвони родителям, если ловит телефон, и вызови диспетчера, нажав на кнопку. Если телефон и связь с диспетчером не работает, не бойся громко звать на помощь

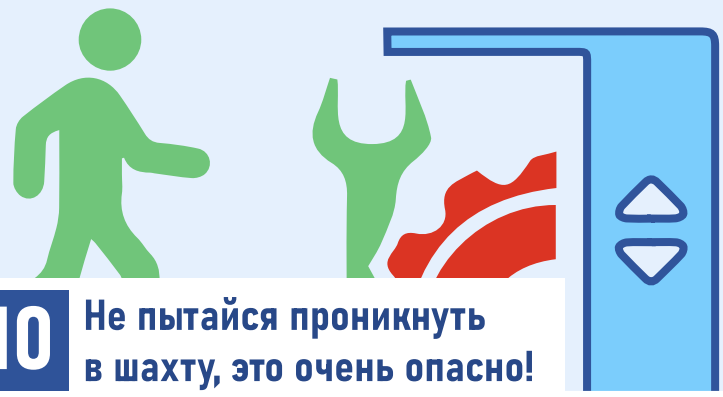
7 Если застрял в лифте, не паникуй



9 Не стой близко к дверям лифта



8 Не пользуйся лифтом при задымлении и пожаре

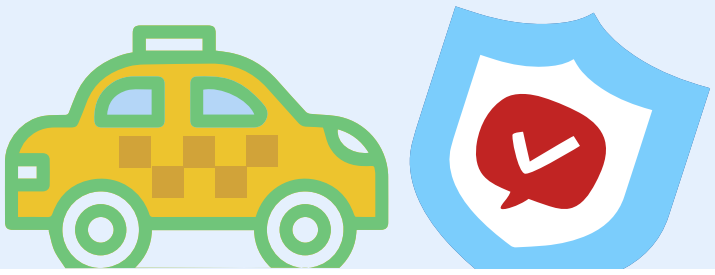


10 Не пытайся проникнуть в шахту, это очень опасно!

asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Правила безопасности в такси



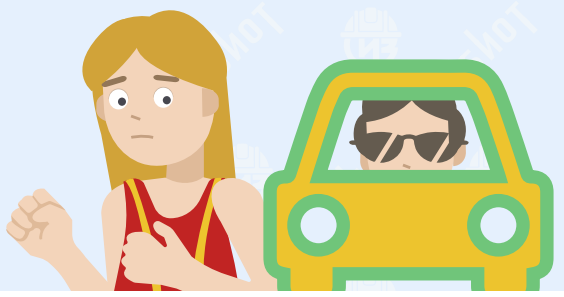
1 Вызывай надежные службы такси. Не пользуйся услугами частников

Постарайся проследить за его жестами: нет ли нервных подергиваний и каких-то других странностей в поведении

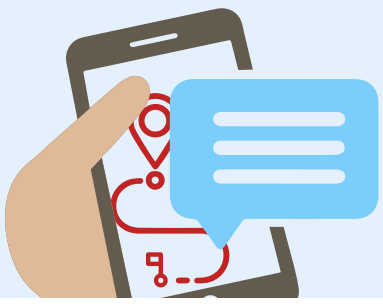
2 Оцени внешность таксиста

5 Соблюдай бдительность

4 Отслеживай маршрут



3 Если таксист неадекватен, постарайся покинуть машину



6 Сообщи данные поездки близкому человеку

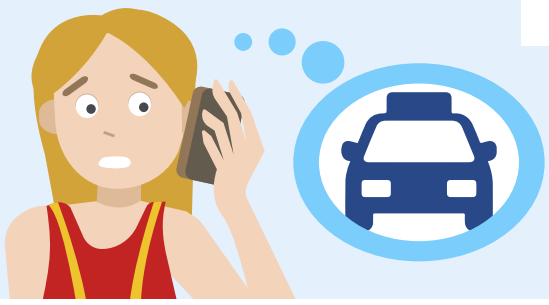
7 Садись на заднее сидение автомобиля

8 Не ешь и не пей то, что предлагает таксист

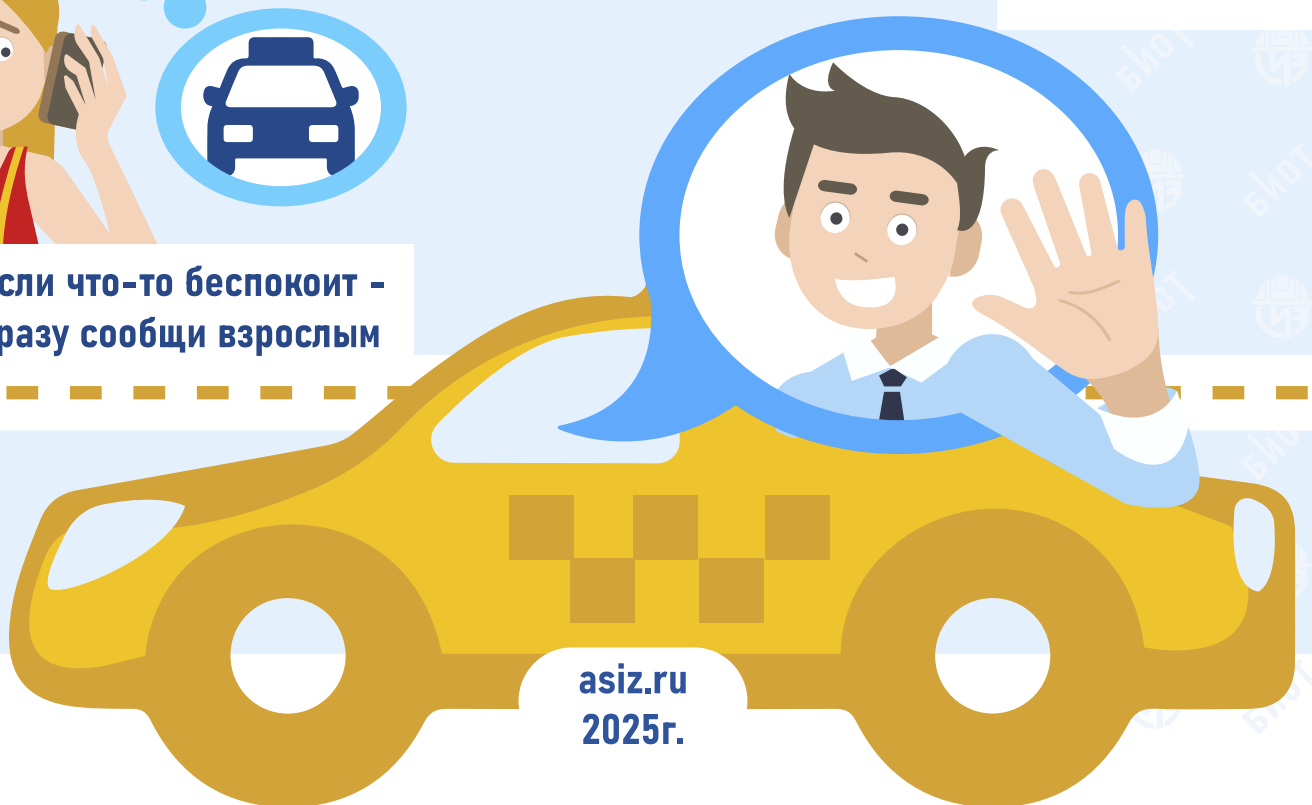
11 Не отвлекай водителя от дороги разговорами

10 Всегда используй ремни безопасности, даже если поездка займёт 10 минут

9 Не соглашайся взять еще одного пассажира или заехать куда-то по пути, если таксист об этом попросит



12 Если что-то беспокоит - сразу сообщи взрослым



asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

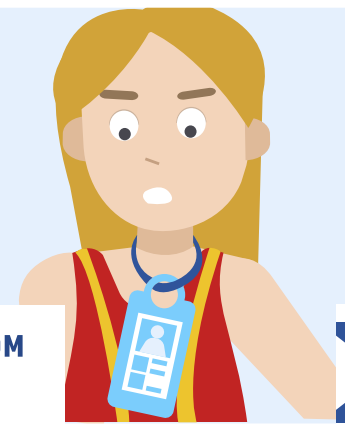
Правила безопасности в торговом центре

Если кто-то предлагает тебе что-то или пытается отвлечь тебя, обратись к сотруднику торгового центра

1 **Не разговаривай с незнакомыми людьми**

2 **Договорись со взрослыми/друзьями об условном месте встречи в торговом центре, если потеряетесь**

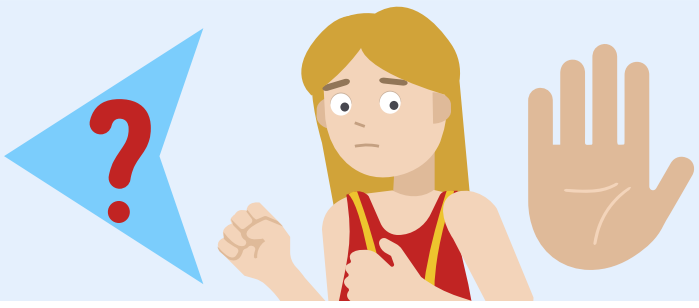
На нём содержится персональная информация – имя, школа и класс. Незнакомый человек сможет назвать тебя по имени и вызвать доверие



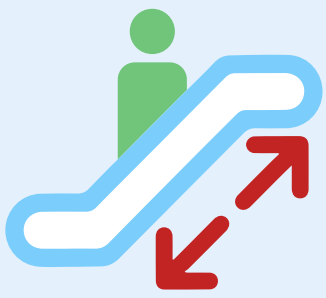
4 **Не носи на видном месте школьный пропуск**

Исключение – случаи экстренной эвакуации

3 **Не выходи из торгового центра самостоятельно или с незнакомыми людьми**



5 **Если в торговом центре началась эвакуация, не прячься и не убегай в укромное место**

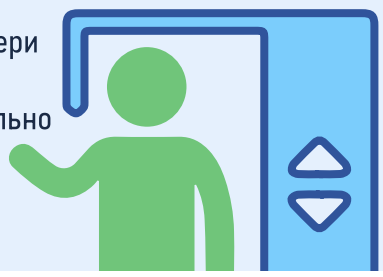


В этом месте играть и бегать запрещено, нужно стоять спокойно. Не ставь ноги слишком близко к боковому фартуку и вовремя сходи с движущейся лестницы

6 **Будь осторожен при подъёме или спуске с эскалатора**

9 **Не оставляй свои вещи без присмотра**

Не пытайся открыть двери лифта самостоятельно



8 **Не стой близко к дверям лифта**

Или обратись за помощью к сотруднику центра — охраннику, продавцу, кассиру

7 **Если потерялся, оставайся на месте**

Имя, фамилия, номер телефона

10 **Помни контактные данные родителей**

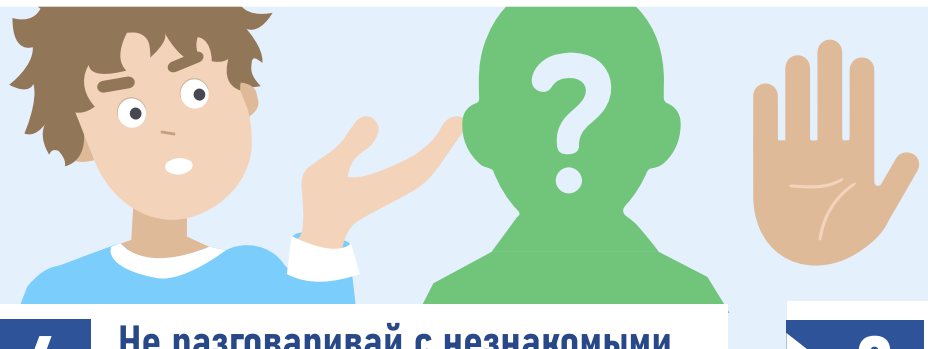
asiz.ru
2025г.

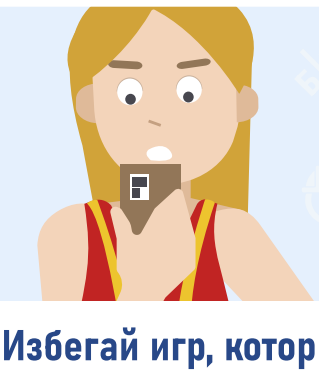
АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Правила безопасности в многолюдном месте

1 Не отходи далеко от взрослых, держи родителей за руку

2 Заранее договорись с родителями/ друзьями, где вы будете встречаться, если потеряетесь

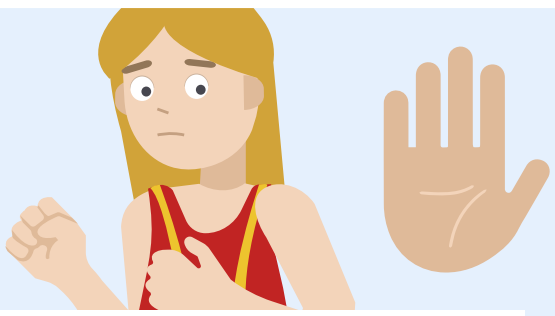


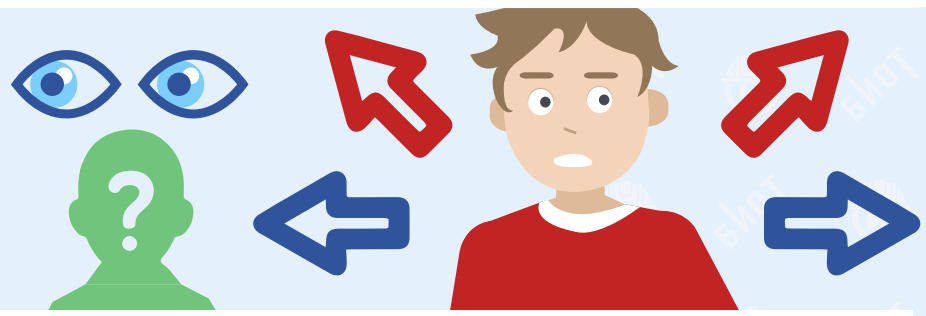


Например, не играй с телефоном или планшетом слишком долго, чтобы не упустить из виду взрослых

4 Не разговаривай с незнакомыми людьми и никуда не уходи с ними

3 Избегай игр, которые могут отвлечь тебя от окружающей обстановки





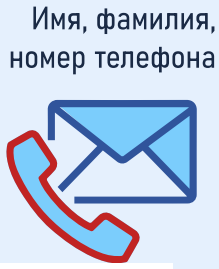
5 Если потерялся, оставайся на месте

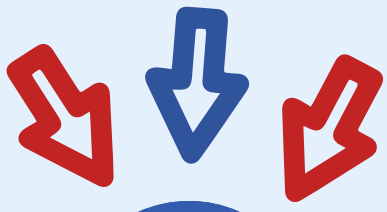
6 Следи за тем, что происходит вокруг, чтобы избежать толчков или падений

8 Если ты в толпе, не наклоняйся, чтобы подобрать упавшие вещи

7 Не бойся звать на помощь, если ты чувствуешь себя в опасности или потерялся

Имя, фамилия, номер телефона





10 Помни контактные данные родителей

asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

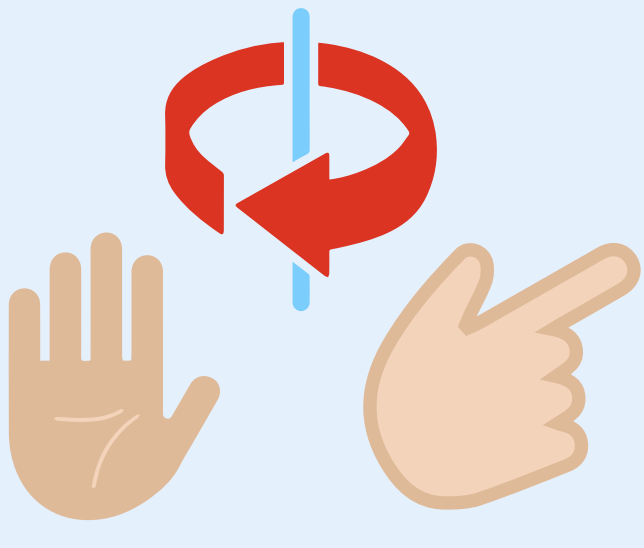
Правила безопасности дома

1 Не сиди на подоконнике открытого окна, не свешивайся с балкона

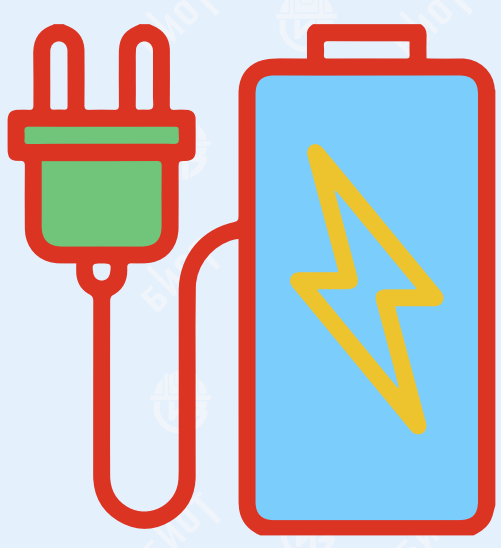
Особая опасность – оголенный провод!
Никогда к нему не прикасайся!

2 Не прикасайся к электрическим приборам, выключателю, розеткам мокрыми руками

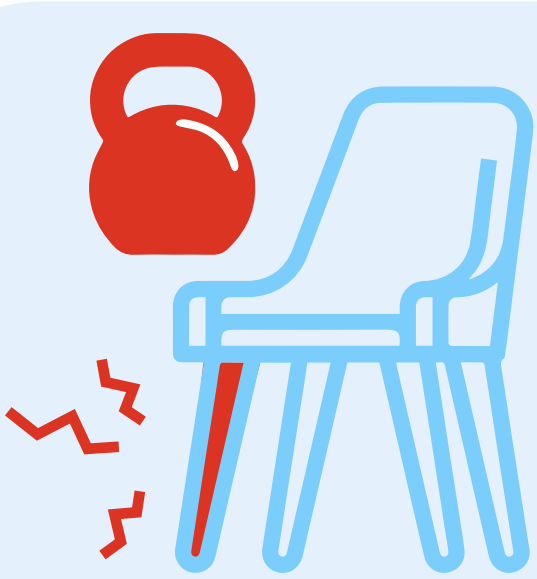
4 Не засовывай пальцы в домашнюю технику с крутящимися деталями: мясорубку, соковыжималку и т.д.



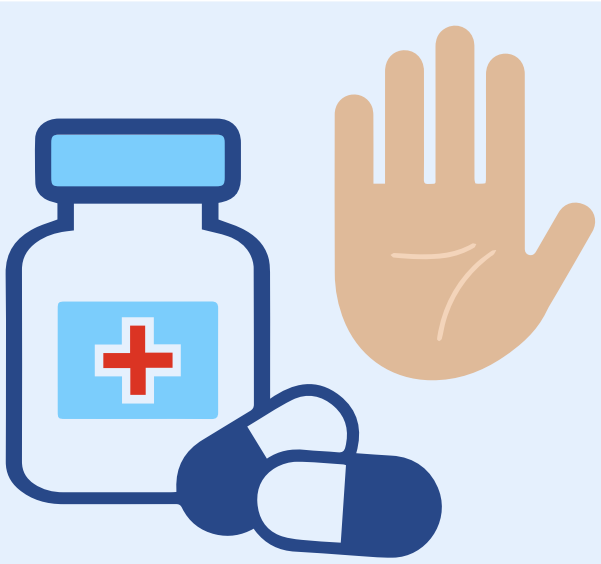
3 Включай и выключай бытовые приборы, держась за вилку, а не за шнур



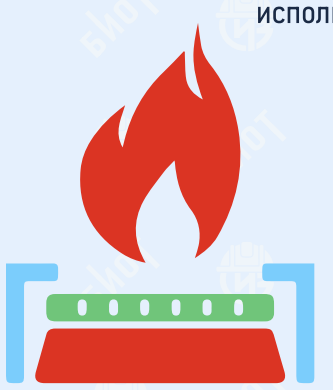
5 Если надо влезть на стул или табурет – убедись в его устойчивости



6 Не трогай и не глотай никаких лекарств из домашней аптечки без ведома взрослых



Не включай конфорки на максимум и не забывай выключить после использования



7 Пользуйся газовой плитой крайне осторожно

asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Правила безопасности дома

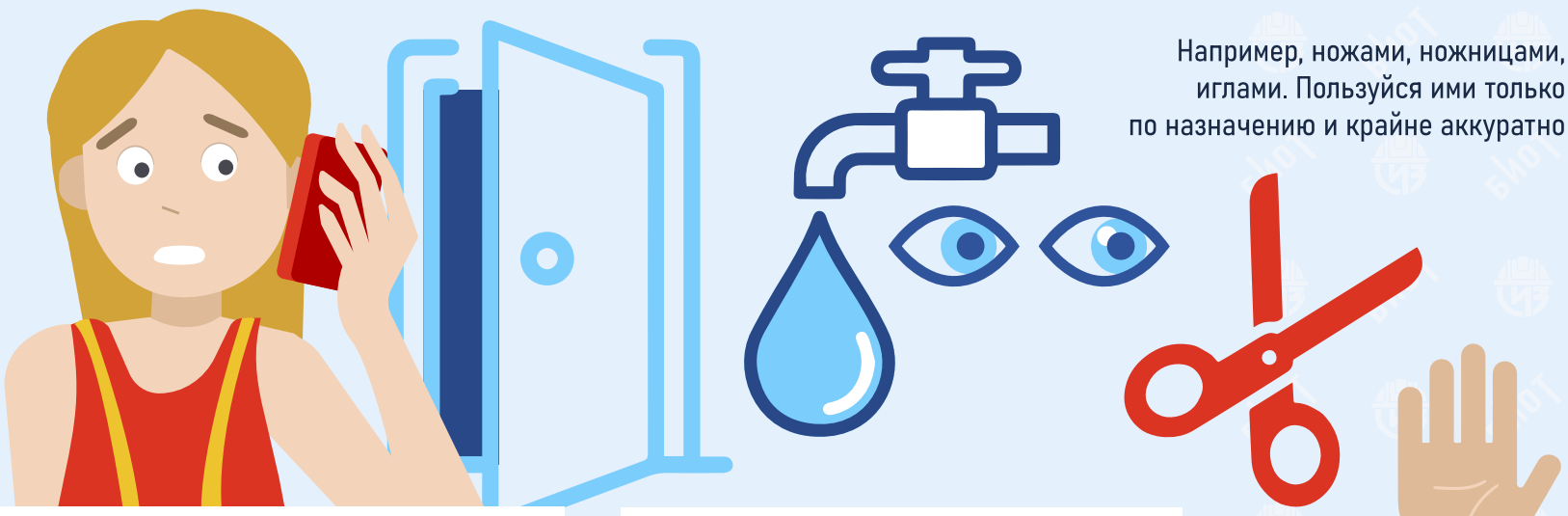
8 Кастрюли с плиты бери с помощью прихваток

9 Не играй со спичками и зажигалками!

10 Не оставляй без присмотра включенные электроприборы

12 Не открывай дверь незнакомым людям, что бы они ни говорили. Не вступай с ними в разговор

11 Не прикасайся к полотну утюга, включенного в сеть или еще горячего



Например, ножами, ножницами, иглами. Пользуйся ими только по назначению и крайне аккуратно

13 Если кто-то пытается сам открыть дверь, бьет ее ногой, ковыряет в замке – немедленно звони взрослым

14 Не забывай выключать воду. Не оставляй льющуюся воду без присмотра

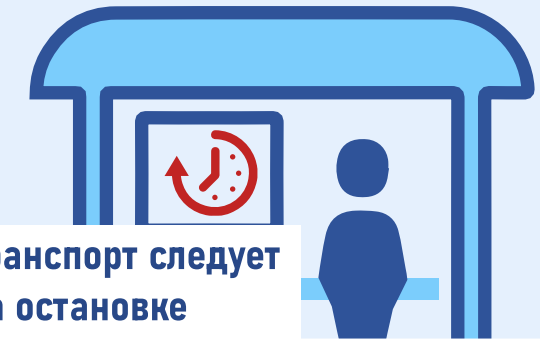
15 Не играй с острыми предметами

asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Правила безопасности на общественном транспорте

в автобусе



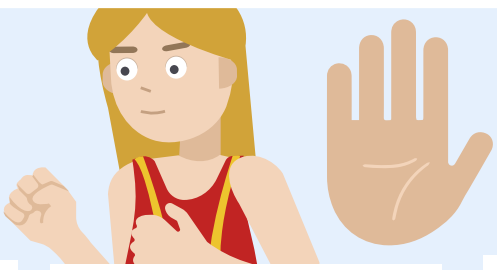
Не выходи на дорогу, что б посмотреть, едет ли автобус

1 Ждать транспорт следует только на остановке

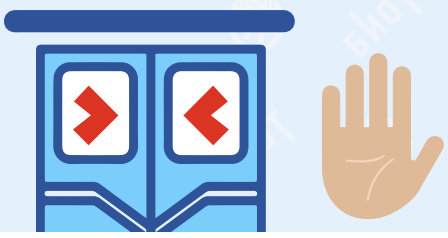
Не старайся забежать первым, помоги бабушке или дедушке зайти в салон

2 Подожди пока автобус полностью остановится, только потом подходи к дверям

5 Если свободного места нет, просто встань там, где удобно и держись за поручень



4 Не бегай по салону

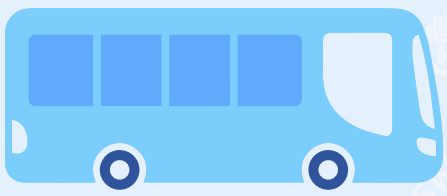


Следи, чтобы не прищемило дверью

3 Если водитель объявил, что двери закрываются, нужно прекратить посадку

Выходи только после полной остановки

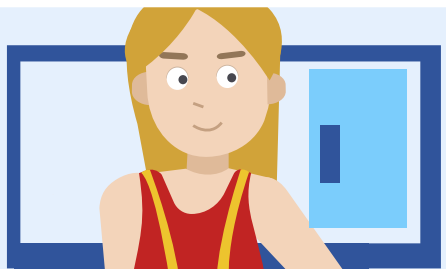
6 Готовься к выходу заранее



А лучше – дождись, когда он отъедет, и после этого переходи улицу по пешеходному переходу

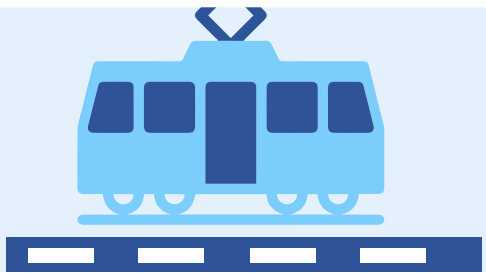
7 Обходи автобус только сзади

в трамвае

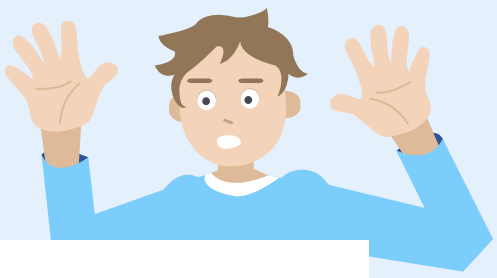


2 Не выглядывай в открытое окно

И только после этого иди к нему на посадку



1 Если трамвайные пути находятся по середине дороги, дождись пока трамвай остановится

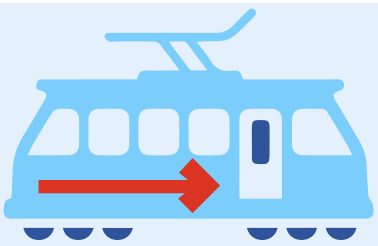


Это может привести к травмам как для тебя, так и для других пассажиров

3 Не толкайся и не бегай по салону

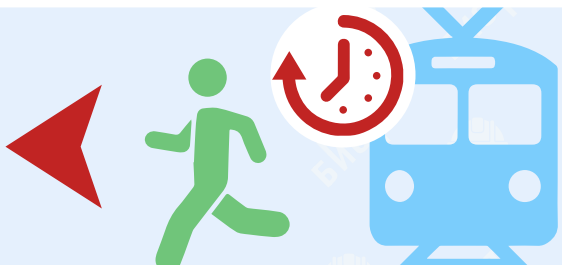
Не стой слишком близко к открывающимся дверям

4 Соблюдай дистанцию от дверей



А лучше – дождись, когда он отъедет, и после этого переходи улицу по пешеходному переходу

6 Обходи трамвай только спереди



5 Готовься к выходу заранее и выходи только после полной остановки

asiz.ru
2025г.

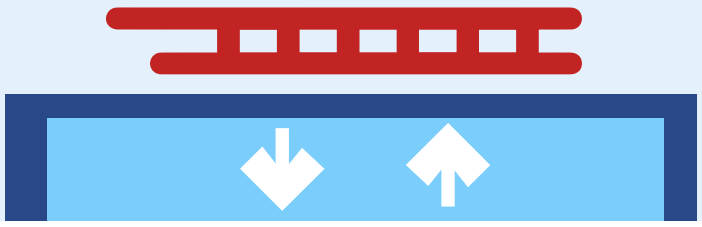
АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Правила безопасности на общественном транспорте

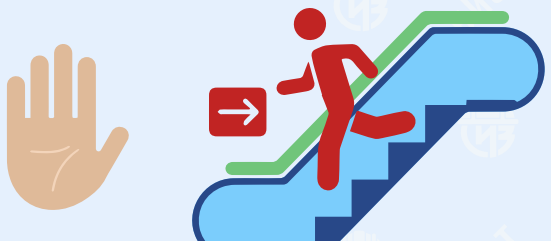
в метро

1 На эскалаторе стой всегда с правой стороны и обязательно держись за поручни

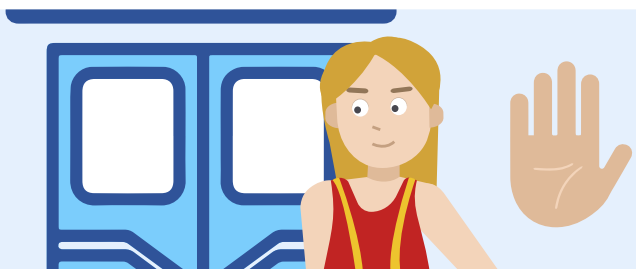
2 Не подсовывай пальцы под движущиеся поручни и не ставь на них свои вещи



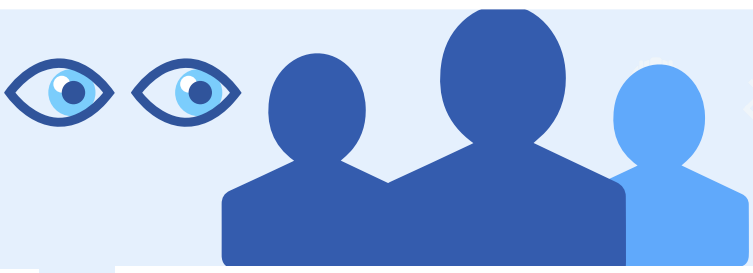
4 Ожидая прибытия поезда, не подходи к краю, стой за ограничительной линией



3 Не сиди на ступеньках эскалатора и не бегай по нему



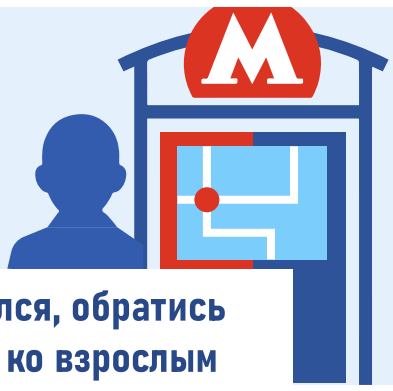
5 Не прислоняйся к автоматическим дверям вагонов



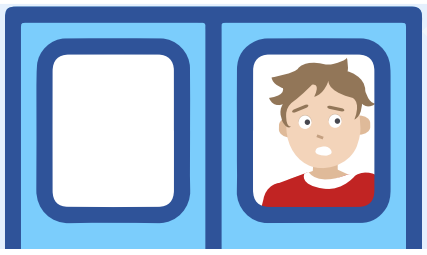
Будь осторожен: смотри под ноги, заранее готовься к выходу из вагона

6 В вагонах и подземных вестибюлях метрополитена много людей

Лучше обратись к дежурному по станции или подойди к специальным стойкам в метро, если видишь их

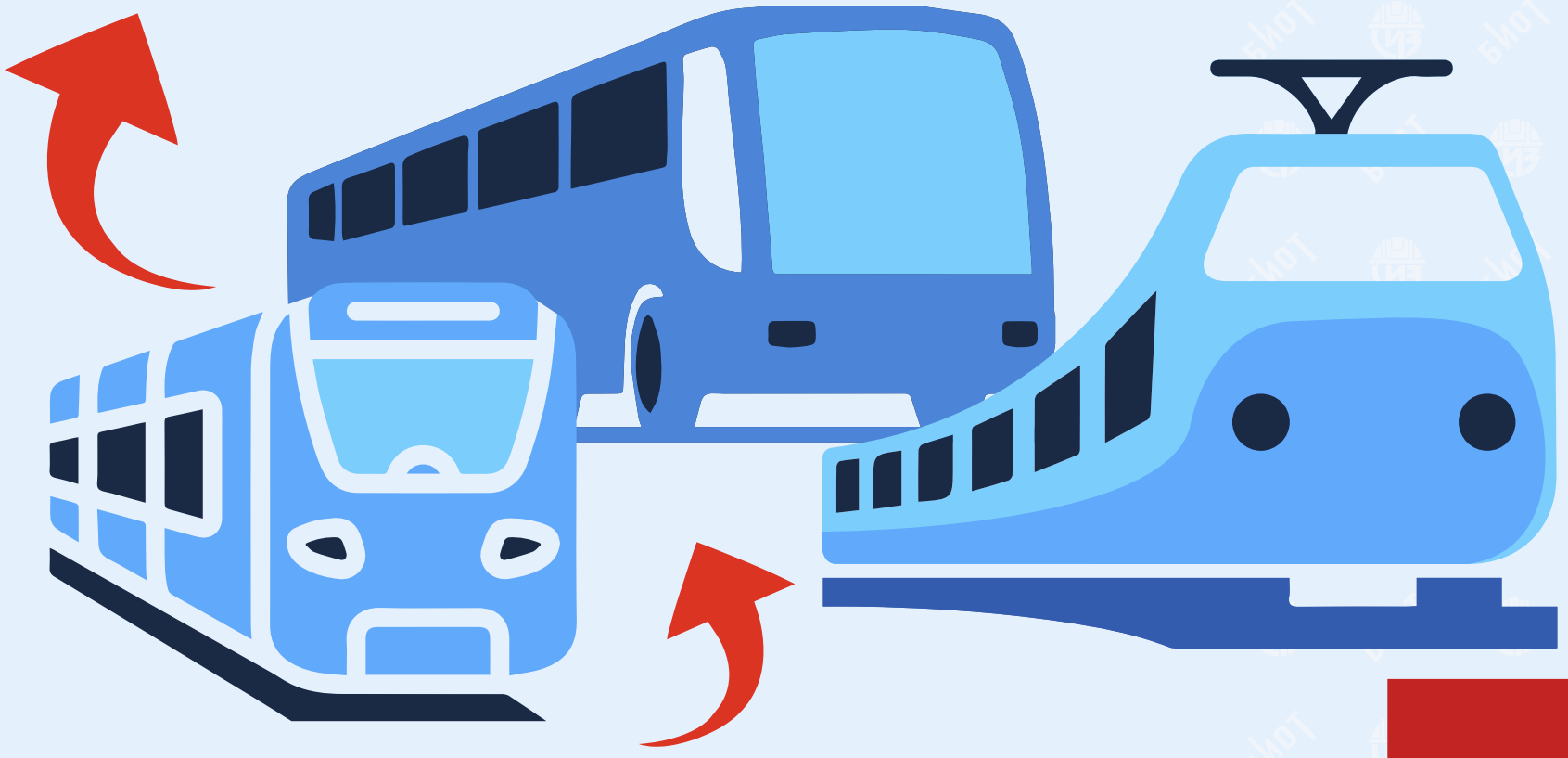


8 Если потерялся, обратись за помощью ко взрослым



Не садись в другой поезд, чтобы вернуться на станцию, где вы расстались. Стой на месте, напротив той же самой двери

7 Если не успел выйти на своей станции и поезд с родителями уехал, выйди на следующей станции

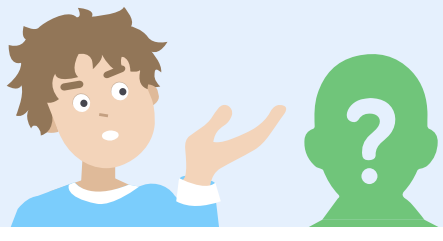


asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

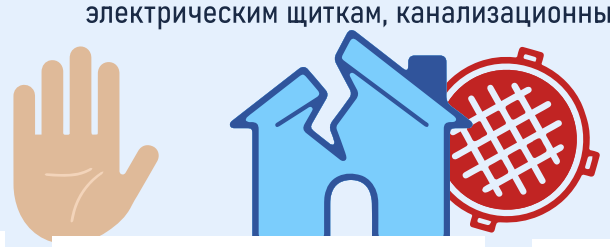
Правила безопасности на улице

Не принимай от них никаких подарков и тем более не уходи с ними куда-нибудь



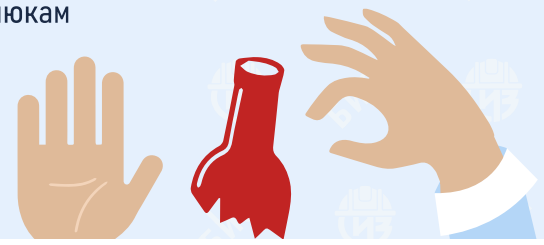
1 Не разговаривай с незнакомыми

Например, к заброшенным зданиям, подвалам, чердакам, стройкам, трансформаторным подстанциям, электрическим щиткам, канализационным люкам

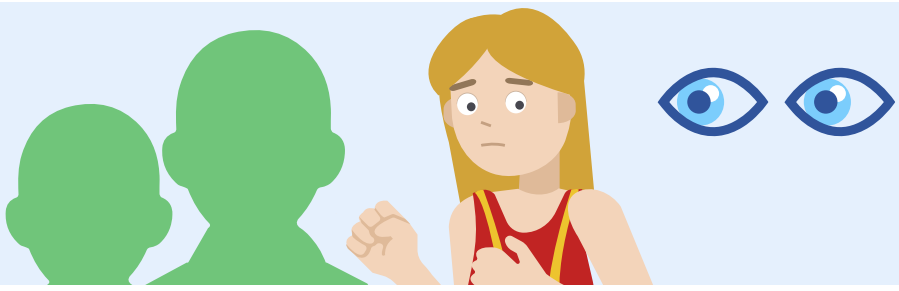


2 Не подходи к опасным сооружениям

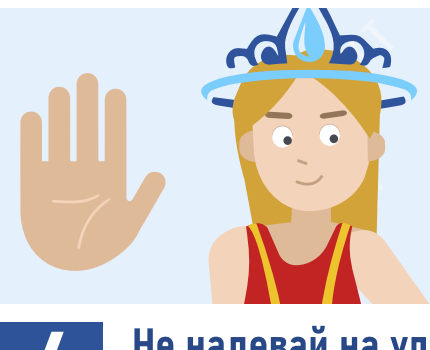
Например, ножи, стекло, шприцы



3 Не бери в руки и даже близко не подходи к предметам, представляющим опасность



5 Если показалось, что тебя преследуют, необходимо незамедлительно пройти в людное место и обратиться ко взрослому



Которые могут привлечь внимание уличных воров

4 Не надевай на улицу украшения и другие аксессуары

Не дразни их и не пытайся погладить

6 Не подходи к бродячим собакам и другим животным

7 Увидев впереди шумную компанию или пьяного – измени маршрут

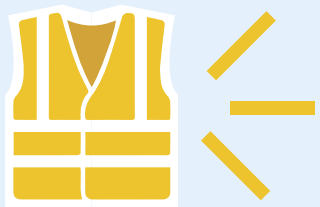
Не следует вступать в конфликты

8 Не носи с собой крупные деньги

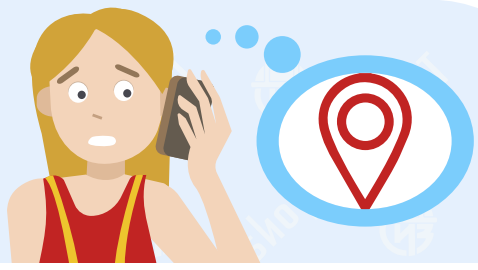
Даже для того, чтобы показать дорогу, магазин, аптеку. Не выполняй никакие просьбы водителя

11 Ни в коем случае не садись в чужую машину

Для того, чтобы быть более заметными для водителей на дороге



10 Носи на одежде светоотражающие элементы



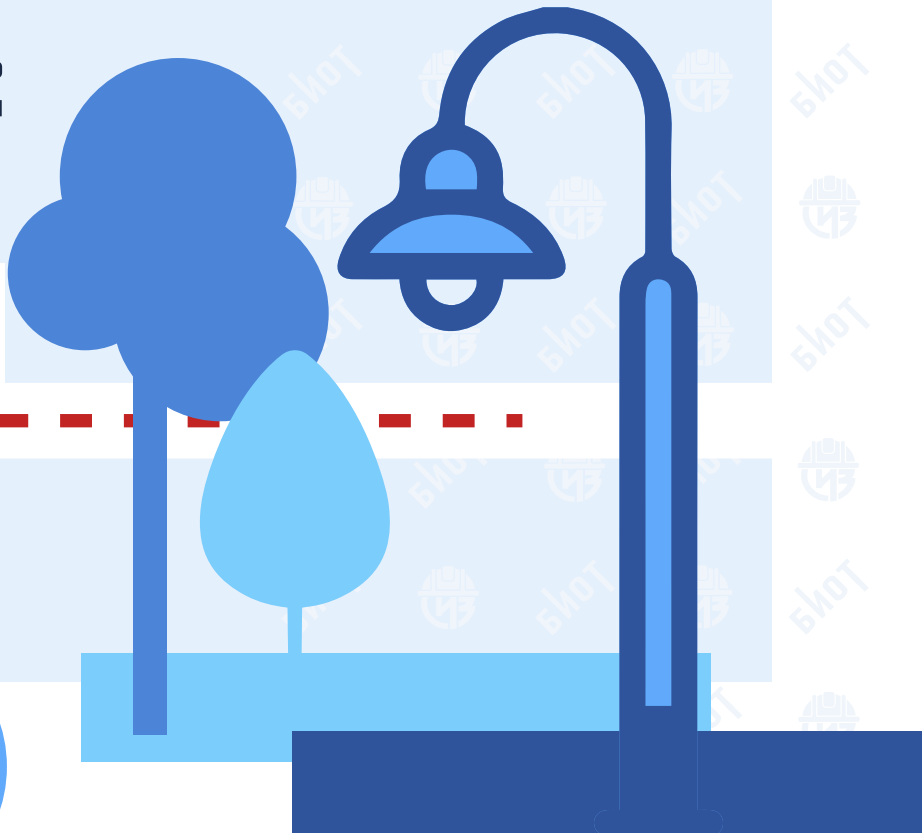
9 В случае задержки на улице, обязательно предупреди родителей и попроси их встретить

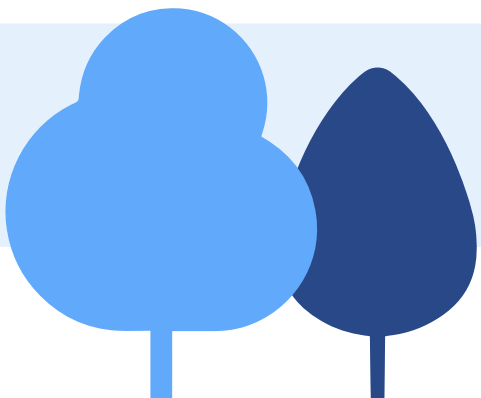
Затем обязательно расскажи об этом родителям

12 В случае опасности кричи, убегай, применяй доступные способы самозащиты

Не сообщай его посторонним

13 Выучи наизусть свой адрес





asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Правила безопасности при встрече с чужими собаками

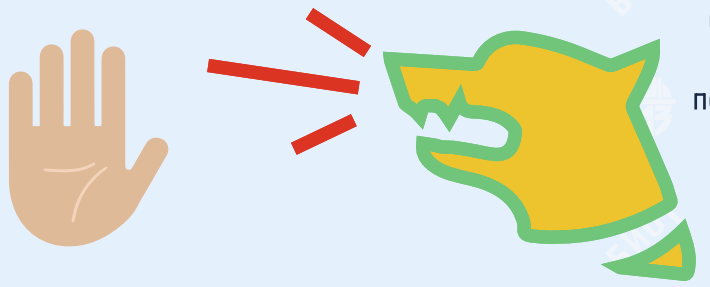
Стая бродячих собак

1 Не пугайся и не убегай. Если человек бежит, то собака хочет его догнать

Заговори с собакой уверенным спокойным голосом. Не пытайся кричать «Фу!», крик может их напугать и рассердить

2 Немедленно остановись

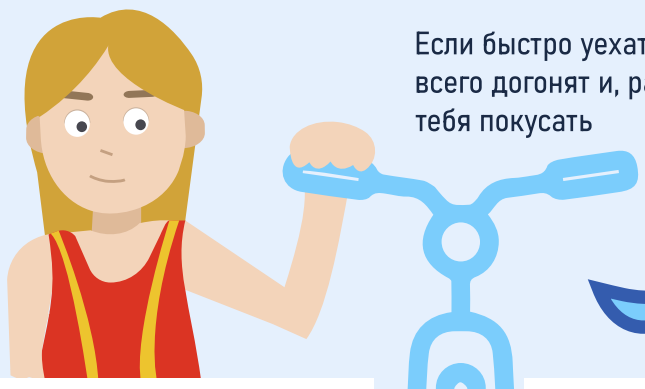
4 Не делай резких движений Не маши руками, не смотри им пристально в глаза



Очень медленно уходи туда, откуда пришел, постепенно удаляясь от собак, но не поворачиваясь к ним спиной

3 Подожди пока они немного успокоятся, и начинай спокойно уходить

Постой пока собаки немного успокоятся и потом немедленно покинь опасное место, веди велосипед за руль

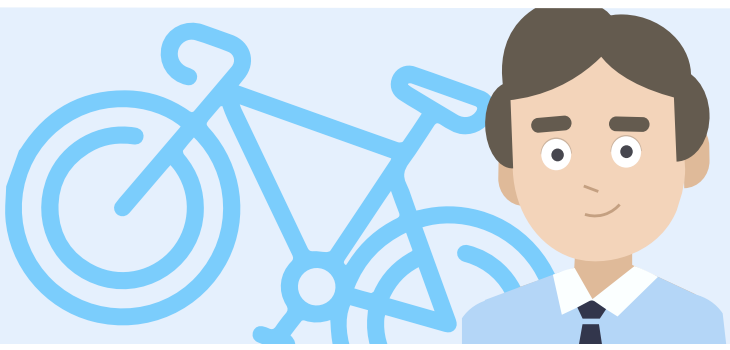


Если быстро уехать - они вероятнее всего догонят и, разозлившись могут тебя покусать

5 Если ты на велосипеде – слезь с него

6 Не пытайся скорее уехать

Попроси взрослых забрать велосипед позже



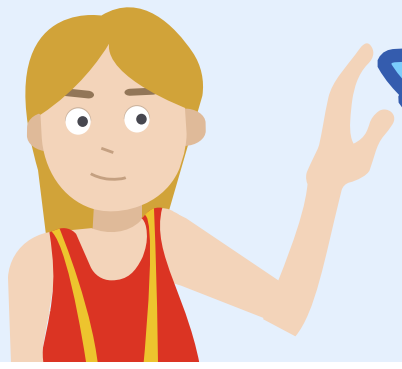
7 Если они не успокаиваются и бросаются на велосипед – оставь его

asiz.ru
2025г.

АССОЦИАЦИЯ СИЗ – ДЕТЯМ

Правила безопасности при встрече с чужими собаками

Домашние собаки бойцовских пород



Окликни ее хозяина и вежливо попроси отозвать собаку, чтобы ты прошел

Остановись и не двигайся, пока хозяин не уведет её

1 Не заигрывай и не протягивай руки

2 Не приближайся, если собака без поводка

3 Если кажется, что собака может напасть – НЕ БЕГИ!

Когда собака больная, даже маленький укус может быть опасным. Надо сразу обратиться ко врачу

Собака может решить, что ты на него нападаешь и укусить

5 Если тебя укусила незнакомая собака, даже совсем чуть-чуть, немедленно сообщи взрослым

4 Не кричи и не груби владельцу

Знакомая и обычно приветливая собака

Даже знакомая и приветливая собака может быть злой. Например, когда ест, или у нее родились щенки

1 Не приближайся к собаке, пока не убедишься, что она не против

2 Если собака прижимает уши, показывает зубы и рычит – немедленно отступи назад и оставь ее в покое

3 Если ты немного побаиваешься собак - попроси взрослых, чтоб они помогли тебе подружиться со знакомой собакой

asiz.ru
2025г.