

**«ОБЩИ ПРАВИЛА ЗА БЕЗОПАСНО И ЗДРАВЕ НА УЧЕНИЦИТЕ
ПРЕЗ ЛЯТНАТА ВАКАНЦИЯ»**

1. Безопасност на пътя

- Движете се по вътрешната част на тротоара, колкото се може по-далеч от платното за движение.
- Движете се плътно вляво по улици без тротоар и срещу движението на насрещните автомобили.
- Пресичайте улицата само на определените за целта места - пешеходна пътека или подлез.
- Преминвайте по пешеходната пътека с внимание, макар да имате предимство.
- Спазвайте сигналите на светофара.
- Пресичайте само на зелена светлина на светофара, като отново се огледате в двете посоки.
- Оглеждайте се внимателно преди да пресечете пътя, дори да бързате.
- Когато пресичате пътното платно, изберете мястото така, че да виждате целия път.
- Пресичайте само когато автомобилите са на безопасно разстояние и не се приближават с голяма скорост.
- Когато пресичате – първо се огледайте наляво, после надясно и по средата на улицата пак наляво.
- Никога не пресичайте улицата тичайки, между паркирани коли и пред спрял на спирка автобус.
- Не преминавайте пред и зад спряло превозно средство, защото нямате видимост.
- Ако все пак ви се наложи да преминете зад спряло превозно средство, внимавайте с насрещното движение.
- Като пътници в обществено превозно средство /ПС/:
 - изчаквайте ПС на тротоара в безопасната част, докато спре напълно;
 - изчаквайте вратите да се отворят без да се приближавате до тях;
 - не стойте срещу вратите, а настрани, за да не бъдете ударени от слизащите пътници;

-при пътуване, ако сте прави се дръжте здраво.

- Не играйте около спрели и паркирали автомобили.
- При игра на открито не изскачайте внезапно на пътя.
- Не играйте на пътното платно и по кръстовищата, а на определените за това места.
- Не излизайте на улицата с велосипед преди да сте сигурни, че е изправен (звънец, спирачки, фар отпред и светлоотразител отзад) и го управлявате отлично.
- Карайте велосипед на разрешените за това места.
- Винаги носете предпазна каска, когато карате велосипед.
- Не излизайте внезапно на уличното платно.
- Помнете, че на пътя има агресивни водачи на пътни превозни средства, които застрашават вашата сигурност.
- Не се качвайте в колата или на мотоциклета на неспособен водач, на водач с малко опит в управлението на съответното моторно превозно средство или на такъв употребил алкохол или друго упойващо вещество.
- Слагайте предпазен колан, винаги когато се возите в автомобил.
- Слизайте от кола само от страната на тротоара.
- Не се хранете и не използвайте мобилни телефони или други електронни устройства по време на движение по пътищата - това отклонява вниманието ви.

2. Къпане в открити водоеми

- Къпете се само в охраняеми открити водоеми в присъствието на родител или спасител.
- Ако плувате и изпаднете в критична ситуация не губете самоконтрол. Най-добре легнете по гръб, и с леки движения на ръцете и краката се придвижете към брега.
- Къпете се не по-рано от 2 часа след последното хранене.
- Не се препоръчва плуване в открити водоеми, в които температурата на водата е по-ниска от +15 C, поради опасността от температурен шок и загуба на съзнание (често, риска се увеличава от прегряването на организма преди влизането във водата).
- Особено опасно е гмуркането и скачането на непознати места - там могат да ви наранят потопени дървета, камъни, коренища.
- Скачането от лодки, катери или салове, които не са пригодени за това, също крие риск от нараняване и травми.
- Не се доверявайте на помощни средства - салове, водни колела, надуваеми дюшеци, и т.н. - те лесно се пукат, а и най-слабия порив на вятър лесно може да ви отведе

далеч от брега.

- В случай, че попаднете във водовъртеж или мъртво течение - не бива да се борите с него, а след като поемете дълбоко въздух и се гмурнете дълбоко, се опитайте рязко да излезете встрани от струята.

- Множество инциденти стават от глупаво чувство за хумор и неподходящи игри - не блъскайте приятелите си във водата, особено когато са с гръб към вас.

3. Игра на открито

- Не играйте в изоставени сгради или на запустели места.
- Не се катерете по предпазните решетки на прозорци, витрини и вратите на сградите.
- Не се качвайте по покриви, дървета и необезопасени конструкции.
- Не прескачайте огради.
- Не се катерете и не провисвайте по съоръженията на спортните площадки.
- Не хвърляйте бутилки и остри предмети на спортните площадки и не играйте там, ако има такива хвърлени от друг.
- Не хвърляйте и не ритайте топки по мазилките на сградите.
- Не пипайте висящи кабели.
- Избирайте сравнително сенчести места за игра и пийте достатъчно вода.
- Не палете огън.
- Не играйте в избуяла трева (може да има кърлежи и други опасни животни).

4. Помощ

- Ако нещо се случи - бързо извикайте помощ. Телефон 112 е телефон за спешни повиквания на територията на цялата страна. В системата 112 са включени: Полиция, Пожарна безопасност и защита на населението; Спешна медицинска помощ; Морска администрация „Морско спасяване” и Планинска спасителна служба