



**Городской экспертно-консультативный  
совет родительской общественности  
при Департаменте образования и науки  
города Москвы**

**Комиссия по профилактике негативных проявлений  
среди обучающихся**

**«Соблюдение правил безопасности при оставлении ребёнка одного дома»**

Галузина Ольга Алексеевна

Заместитель председателя Экспертно-консультативного совета родительской общественности при  
Департаменте образования и науки города Москвы

+7 (926) 595 42 32, GaluzinaOA@mail.ru



# Уважаемые родители!

В период самоизоляции не забудьте с детьми проговорить правила безопасного поведения во время вашего отсутствия дома. Это время повышенной опасности для здоровья и жизни детей. Расскажите и объясните им о необходимости соблюдения правил безопасного поведения.



## **ПОМНИТЕ!!**

**Родители несут полную ответственность за жизнь и здоровье своих детей (согласно ст.63, 65 Семейного кодекса РФ, ст.5.35 административного кодекса РФ)**



# Уважаемые родители!



- Родители несут полную ответственность за жизнь и здоровье своих детей (согласно ст.63, 65 Семейного кодекса РФ, ст.5.35 административного кодекса РФ)
- Несовершеннолетним в возрасте до 16 лет запрещено находиться без сопровождения взрослых в игорных организациях, кафе, ресторанах, барах, где продаётся на разлив алкогольная продукция;
- Несовершеннолетним после 22:00 запрещено находиться в интернет-клубах, дискотеках и других развлекательных заведениях;
- Несовершеннолетним запрещено курить, употреблять токсические и наркотические вещества, алкогольную и спиртосодержащую продукцию, пиво и напитки изготавливаемые на основе его;
- В случае нарушения подростками указанных требований, несовершеннолетние и их родители будут привлечены к уголовной и административной ответственности.

**Посещения подростками общественных мест регулируется федеральными законами нашей страны. А именно:**

Конституцией РФ;

Семейным Кодексом РФ;

Законом «Об основных гарантиях прав ребенка в РФ».

**Общими правилами является разрешение находится в ночное время на улице или в заведении:**

лицам младше 16 лет разрешено находиться вне дома до 22,00 часов;

лицам от 16-18 лет, позволено находиться на улице до 23,00 часов.

В обоих случаях выходить из дома разрешается правительством только с 6,00 утра. В иных ситуациях во время комендантского часа они имеют право находится где-либо вне стен дома только в присутствии родителей, либо вы присутствии лиц, которые имеют право брать на себя подобную ответственность.

**Всегда контролируйте, где и с кем находится ваш ребёнок!**



# Уважаемые родители!

- Вы всегда должны знать, где и с кем находится ваши дети;
- Выработайте привычку у детей всегда сообщать вам где и с кем он находится;
- Вы должны знать друзей своих детей телефоны их и их родителей;
- Всегда говорите детям куда и на какое время вы уходите;
- Перед уходом положить (повесить) на видное место памятку с номерами телефонов экстренных служб;
- После вашего ухода ребёнок обязательно должен закрыть за вами дверь и проверить надежность замков;
- Позаботьтесь о контролируемом досуге ваших детей;
- Постарайтесь уделить максимум времени детям и подросткам в период самоизоляции и карантинные дни;
- Напомните детям общие правила безопасного поведения:
  - «Один дома»;
  - «Интернет безопасность»
  - «Правила поведения в период самоизоляции и карантинные дни»
  - «Правила безопасного поведения на улице»»
  - «Дорожная безопасность»;
  - «Пожарная безопасность»;
  - «Правила электробезопасности».



**Безопасность детей – в ваших руках!**



# Правила безопасного поведения детей и подростков в период самоизоляции



# Правила личной безопасности в период самоизоляции

- Избегать мест массового скопления людей (фас фуды, кафе, рестораны, торговые центры, кинотеатры, центральные и привокзальные площади, парки, скверы, спортивные площадки и тд);
- Без особой необходимости не пользоваться общественным транспортом;
- В многолюдных местах носить респиратор (марлевую повязку);
- Смазывать губы, кончик носа (внутри) и руки детским кремом. Это увлажняет и затрудняет проникновение вирусов. Можно использовать для смазывания губ и носа внутри противовирусную мазь, например, «Зовиракс»;
- Ежедневно протирать антибактериальными, спиртосодержащими средствами (водкой, одеколоном, раствором уксуса) дверные ручки, выключатели, краны, пишущие ручки, телефоны, компьютерные клавиатуры;



# Правила личной безопасности в период самоизоляции

- Мыть руки с мылом несколько раз в день, полоскать рот и нос подсоленной водой с добавлением перекиси водорода;
- На улице и в транспорте носить перчатки, марлевую повязку;
- Не прикасаться перчатками и невымытыми руками к лицу, глазам;
- Избегать прямых контактов с людьми, у которых имеются признаки заболевания (частое чихание, кашель, слезотечение и т.д.) - не здороваться с ними за руку, не целоваться, не пить из общей посуды;
- Стараться придерживаться здорового питания, увеличив прием витаминов С, Е и антиоксидантов;
- Заниматься физкультурой, иметь полноценный сон;
- Не пить сырую воду; овощи и фрукты обливать кипятком;
- При уходе за больными членами семьи пользоваться респиратором и защитными кремами (руки, губы, ноздри);
- Избегайте рукопожатий, объятий и поцелуев при встречах;
- При малейших признаках заболевания надеть респиратор (чтобы не заразить близких), вызвать врача и сообщить родителям.



# МОЙ ДОМ – МОЯ КРЕПОСТЬ!

(Как вести себя, если тебя оставили дома одного)



## Охраняй жилье от посторонних!

Злоумышленники могут просить позвонить из квартиры или вынести лекарство. Не открывай дверь ни под каким предлогом!



## Береги свои вещи от огня!

Не играй со спичками, ведь в твоём доме много вещей, которые загорятся даже от маленькой искорки. Если начнется пожар, все твои любимые вещи будут испорчены, а ты можешь пострадать.



## Не играй с водой

Если сантехника вышла из строя, сломался кран или ты ошпарился кипятком, немедленно звони родителям и обращайся к соседям за помощью.



## Порезался – не паникуй!

Если во время игры или приготовления бутерброда поранился, промой травму водой. Дальше обработай перекисью водорода. Если порез глубокий, звони родителям, соседям и в скорую помощь.



## Не пробуй лекарства на вкус

После такой пробы легко отравиться и потерять сознание. Если все же наелся разных лекарств, набирай родителей и скорую помощь.



## Не играй на балконе

Через перила легко упасть, от высоты может закружиться голова. Так что поищи другое место для игр и развлечений.

- 101 – если начался пожар
- 102 – если посторонние хотят попасть в твой дом

- 103 – если порезался, сильно упал, отравился сам или плохо другим
- 104 – если слышишь ярко выраженный запах газа



# Интернет безопасность

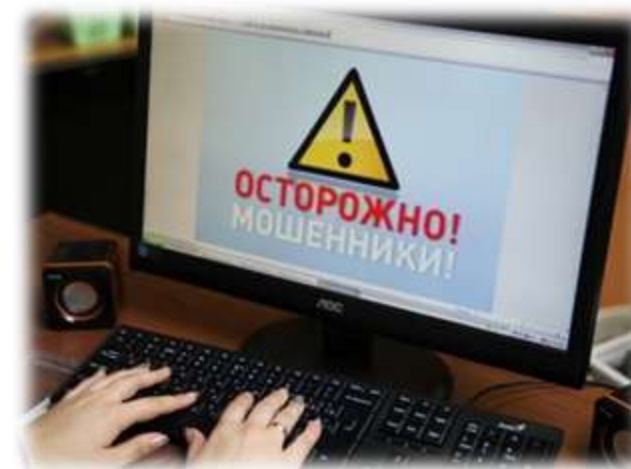
Интернет сегодня, это постоянно развивающийся «мега-инструмент», который не только содержит множество разнообразной информации, но также предоставляет возможность учиться, работать, развлекаться, общаться.



В период самоизоляции интернет становится одним из самых основных источников общения, обучения и информирования граждан. Будьте бдительны при общении в сети интернет. Так как в этот период повышается активность преступников и увеличивается число мошеннических действий.

# Сетевое хулиганство

- **Киберхулиган** – человек, который запугивает или унижает другого человека с помощью мобильного телефона, электронной почты, текстовых сообщений в социальных сетях, на форумах или в чатах. Как правило действует анонимно. Жертва не знает, агрессора!
- **Троллинг** – получение удовольствия от процесса провокации человека через сеть. Задача «тролля» – получить вашу эмоциональную реакцию.
- **Кибербуллинг** - намеренные оскорбления, угрозы, передача сообществу компрометирующих данных с помощью современных средств коммуникации. Жертва преследуется в течение продолжительного периода времени.



**Помните!**

**Мошенники могут просить:**

- Реальный номер телефона
- Пароль почты
- Домашний адрес
- Пинкод карты

# Методы борьбы с сетевыми хулиганами

Не молчите, сообщите об этом :

- родителям
- учителю
- полицию
- по номеру «телефона доверия»

- Не отвечай на провокации !!!!
- Заблокируй киберхулигана, тролля!!!
- Собери доказательства (скриншот переписки)

(Они помогут тебе доказать противоправные действия по отношению к тебе, помогут определить обидчика)



## Мошенничество – самое распространённое преступление в интернете

Нельзя:

- осуществлять попытки покупок услуг на незнакомых сайтах
- вводить личные данные, данные банковской карты, адрес, пароли на сайтах

Одним из признаков проверенных и надежных сайтов является замок в верхнем левом углу строки



**покупки в интернете, переводы денежных средств  
это вопрос доверия конкретному сайту**

# Интернет безопасность



- Не доверяйте никому свою личную информацию
- Не сообщайте пароли, номер телефона незнакомым людям
- Не сообщайте ваш адрес проживания
- Используйте надежные пароли
- Удаляйте нежелательную почту не открывая её
- Не посылай смс сообщения на подозрительные и незнакомые номера
- Не сохраняйте важные сведения на общедоступном компьютере
- Пользуйтесь фильтрами при получении СМС, они блокируют нежелательные номера
- Общась в сети, вы можете познакомиться с человеком, который может оказаться мошенником, похитителем, аферистом.



**С незнакомцами в интернете нужно общаться как с незнакомыми на улице!**

**Сообщить информацию о потенциально опасной ситуации – необходимо в полицию по номеру 102 и родителям!**

# Правила электробезопасности



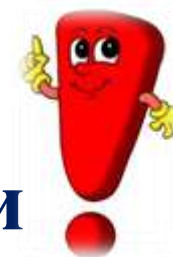
## Когда ты дома:

- Не тяни вилку из розетки за провод
- Не пользуйся неисправными электроприборами
- Не берись за провода бытовых приборов мокрыми руками
- Не ремонтируй и не разбирай электроприборы, включённые в сеть
- Не пользуйтесь электроприборами в ванной комнате
- Не засовывайте посторонние предметы в розетку



## Когда ты на улице:

- Не приближайтесь к оборванному проводу линии электропередачи на расстояние ближе 8 метров
- Не пытайтесь проникнуть и не бросайте мусор в трансформаторные будки и электроустановки
- Не играйте под линиями электропередачи
- Не залезай на опоры линии электропередачи



**Соблюдайте правила безопасности**



# Пожарная безопасность



## Правила безопасного поведения:

- Не паниковать;
- Вызвать пожарных и спасателей по телефону «101», «112»;
- Попытаться погасить огонь самостоятельно на начальной стадии горения: залить водой, засыпать песком или землей, накрыть плотной тканью, залить содержимым огнетушителя
- Сорвать горящие шторы, затоптать огонь ногами, залить водой или бросить в емкость с водой;
- Отключить электрические и газовые приборы.
- В случае возгорания телевизора его необходимо быстро отключить от электропитания, накрыть плотной тканью;
- Закрыть все окна и двери;

## Правила безопасного поведения:

- Не прятаться под кроватями, столами, шкафах и в туалетных комнатах;
- Помочь пожилым и пострадавшим;
- Взять с собой документы, деньги, ценные вещи;
- Быстро, без давки покинуть опасную зону пожара, по заранее изученному безопасному маршруту, используя запасные выходы, пожарные лестницы;
- Постоянно подавать звуковые сигналы;
- Не закрывать входную дверь на ключ;
- Не пользоваться лифтом.

## ПОМНИТЕ!

- Зажигать спички, зажигалки рядом с горющими веществами опасно для здоровья и жизни;
- Следите за исправностью электроприборов, степенью изношенности изоляции и проводов;
- Не включайте одновременно несколько электроприборов в сеть.

**Ваша безопасность – в ваших руках!**

**Соблюдайте правила пожарной безопасности!**



**ПРИ ПОЖАРЕ  
ЗВОНИТЬ**

**101**





# Обнаружив пожар, что необходимо делать

- Набрать номер «101» и сообщить следующие сведения
- Адрес, где обнаружено возгорание или пожар.
- Объект, где происходит пожар (двор, квартира, школа, склад и т.д.)
- Что конкретно горит( телевизор, мебель, автомобиль и т.д)
- Если диспетчер попросит, то уточнить (номер дома, подъезда, квартиры, на каком этаже горит, сколько этажей в здании, откуда удобнее подъехать, код входа в подъезд, есть ли опасность людей и т.д)
- Сообщить свои данные ФИО и телефон.



**НАУЧИТЕ ЭТИМ ПРАВИЛАМ ДЕТЕЙ!  
БЕРЕГИТЕ СВОИХ ДЕТЕЙ!**





# Незнакомец за дверью

- Если в дверь позвонили: посмотреть в глазок и поинтересоваться, кто он и для чего пришел.
- Разговаривать необходимо через дверь, открывать ее не следует.
- Если незнакомец пытается открыть дверь, сразу звони в полицию по телефону 102 и назови свой точный адрес и сразу же сообщи об этом родителям;
- Если незнакомец представляется сотрудником полиции или иным должностным лицом, он должен предъявить соответствующие документы.
- Если человек за дверью просит о помощи, надо предложить ему вызвать пожарных, полицию, скорую помощь или газовую службу.
- Ни в коем случае не надо говорить, что дома нет никого, и не стоит вести долгих бесед через дверь.
- Выходя из квартиры даже на минуту, нужно брать с собой ключ и запирать дверь на замок



**Не разговаривай и не открывай дверь незнакомым людям ни при каких обстоятельствах!!!**



# Как вести себя с незнакомым человеком на улице

- Если вас преследует незнакомец, постарайтесь выйти в многолюдное место: на шумную улицу, школьный двор, магазин. Сообщите об этом человеку в форме (полицейский) или охраннику в магазине.
- Не старайтесь забежать в подъезд или где-то спрятаться. Преступник может оказаться быстрее тебя, и ты окажешься в ловушке.
- Никогда не заходите в лифт с незнакомыми людьми, даже с женщинами;
- Не принимайте предложения незнакомцев, обещающих съёмки в кино, участие в конкурсе красоты, поездку куда – либо или что-либо другое. Именно такими уловками преступники заманивают свои жертвы. Будьте бдительны и осторожны.
- Не уходите не куда с незнакомцами, чтобы те не просили, обещая, например, заплатить за помощь.
- Даже если человек не кажется опасным, если он улыбается, доброжелательно разговаривает и совсем не выглядит подозрительным, помни: преступники могут притворяться.
- Помните! Преступники обычно не похожи на тех кровожадных людей, которых показывают в кино.





# Дорожная безопасность



- Выйдя из подъезда остановитесь и осмотритесь, не приближается ли транспорт;
  - Находясь на прогулке во дворах будьте внимательными и осторожными – есть движение транспорта;
  - Учись наблюдательности. Если у подъезда стоят транспортные средства или растут деревья, кусты, остановитесь, осмотритесь по сторонам и определите, нет ли опасности приближающегося транспорта;
  - При движении по тротуару держитесь правой стороны.
- Идя по тротуару, внимательно наблюдайте за движением транспорта из арок дворов и поворотами транспорта на перекрёстках.
- Переходите проезжую часть только по пешеходным переходам (наземный, подземный, надземный);
  - При переходе проезжей части дороги остановитесь и осмотритесь по сторонам: налево, направо и еще раз налево – убедитесь в безопасности своего перехода.
- Дойдя до разделительной линии, поверните голову направо. Если нет движения транспорта, продолжайте переход, не останавливаясь, а если есть — остановитесь на линии и пропустите транспорт.
  - Учитесь всматриваться вдаль, пропускать приближающийся транспорт;
  - Переходите улицу только на зелёный сигнал светофора;
  - Переходите дорогу спокойным размеренным шагом;
  - Не играйте вблизи проезжей части. Играть можно только на спортивных площадках, парках, футбольных коробках – там, где нет движения транспорта;
  - Ожидай общественный транспорт только на остановках;
  - Не обходи общественный транспорт ни спереди ни сзади, а подожди пока он отъедет от остановки. Найди знак «пешеходного перехода» и только в этом месте переходи проезжую часть;
  - Самые безопасные пешеходные переходы – надземные и подземные;
  - При движении по улице не пользоваться наушниками;
  - При переходе через проезжую часть снимать капюшоны и не пользоваться мобильными телефонами.



**Соблюдайте ПДД! Берегите себя и своих близких!**

# Дорожная безопасность

## ДОРОЖНЫЕ ЛОВУШКИ – СИТУАЦИЯ ОБМАНЧИВОЙ БЕЗОПАСНОСТИ



▪ **Главная опасность** - стоящий транспорт. Неожиданный выход на проезжую часть из-за стоящих автомобилей, деревьев, остановок – может привести к опасной ситуации.

**Остановка общественного транспорта** – одно из наиболее опасных мест. Не спешите на автобус, троллейбус, трамвай - будьте внимательны и бдительны при переходе проезжей части.

**Стоящий транспорт на остановках.** На остановках маршрутные транспортные средства закрывают собой довольно большой участок дороги, по которому в этот момент едут другие автомобили – выходить из-за него – опасно для жизни

**Пропустите транспортное** средство, которое не собирается останавливаться на пешеходном переходе.

▪ **Едущий автомобиль** нередко закрывает собой другой, движущиеся транспортное средство – будьте внимательны и не торопитесь при переходе проезжей части.

▪ **«Пустынная улица»** – транспортные средства появляются редко – не выбегайте на дорогу не посмотрев по сторонам.

▪ **«Осевая линия»** – дойдя до середины проезжей части и остановившись – стойте спокойно. Следите за транспортом движущимся с правой стороны и не забывайте забывают об опасности за спиной.

▪ **Переход дороги на зелёный сигнал светофора** – остановись и убедись в безопасности своего перехода. Убедись, что весь транспорт остановился. Помни, о том, что водители нарушают ПДД мчатся на высокой скорости, игнорируя сигналы светофора.

▪ **«Машина едет медленно, успею перебежать»** - медленно движущаяся машина может скрывать за собой другую, идущую на большой скорости машину, о чем многие пешеходы не подозревают. Будьте внимательны.

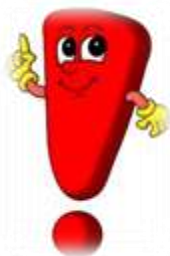
**Осматривайте дорогу при переходе «пустынных» улиц.**

**Соблюдайте правила безопасного поведения на проезжей части!**



# Профилактика респираторных заболеваний

- Всегда после улицы и посещения общественных мест мойте руки и лицо мылом;
- Без необходимости не выходите из дома;
- Разработайте свой личный режим дня дома и расскажите о нем родителям;
- Мойте руки не менее 20 секунд;
- Не касайтесь глаз, рта и носа не мытыми руками;
- Избегайте тесного контакта с людьми, которые кашляют и чихают;
- Избегайте контакты с бездомными животными;
- Не ешьте из чужой посуды и не пейте из чужих стаканов и кружек;
- Фрукты и овощи перед едой тщательно мыть мылом;
- Ешьте только термически обработанную пищу;
- Пить только бутилированную или термически обработанную воду;
- Ничего не подбирать на улице и не несите в дом – опасно для здоровья!



**При любом недомогании срочно сообщить родителям и обратиться к врачу по номеру 103!**

# Телефоны экстренных служб

<b>ТЕЛЕФОНЫ ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ</b>		
<b>ПОЖАРНАЯ (МЧС)</b>	<b>101</b>	<b>ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ</b>
<b>ПОЛИЦИЯ</b>	<b>102</b>	
<b>СКОРАЯ ПОМОЩЬ</b>	<b>103</b>	
<b>АВАРИЙНАЯ ГОРGAЗА</b>	<b>104</b>	
		<b>112</b>

# Ребёнок в опасности

В Следственном комитете Российской Федерации организована  
круглосуточная работа телефонной линии

## **«Ребенок в опасности»**

для незамедлительного реагирования на обращения граждан о  
совершенном или готовящемся преступлении в отношении  
несовершеннолетнего

**8 (800) 200-19-10**

# Горячая линия Дети России Онлайн 8 800 25 000 15



Дети России **Онлайн**

Сделаем интернет безопаснее вместе



**Анонимно, бесплатно,  
конфиденциально с  
9.00 до 18.00 по рабочим  
дням, время  
московское,  
[www.detionline.com](http://www.detionline.com)**



Горячая линия  
**8 800 25 000 15**

*Звонки по России бесплатны*



Напиши письмо на Линию  
помощи или  Пообщайся в  
чате



Посмотрите видео

*Узнайте больше о Линии  
помощи*



**ГОРОДСКОЙ ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ  
РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ  
ПРИ ДЕПАРТАМЕНТЕ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ г. МОСКВЫ**

[www.roditel.educum.ru](http://www.roditel.educum.ru)

**Председатель: Мясникова Людмила Александровна**  
[myasnikovalala@mos.ru](mailto:myasnikovalala@mos.ru)    [mjasnikowana@yandex.ru](mailto:mjasnikowana@yandex.ru)

**Заместитель председателя: Галузина Ольга Алексеевна**  
**+7 (926) 595-42-32**    [GaluzinaOA@mail.ru](mailto:GaluzinaOA@mail.ru)

**Контакты для обращения:**  
**+7 (963) 670 – 34 – 90**    **+7 (966) 198 – 95 – 56**  
[nebudzavisim@mail.ru](mailto:nebudzavisim@mail.ru)

