

Консультация для родителей

«МАМА ЗА РУЛЕМ»

Несколько советов, которые помогут мамам чувствовать себя за рулем увереннее.

1. Мамино настроение.

Позитивный настрой никогда не помешает. И в деле вождения автомобиля тоже. Просто знайте: немного практики, и поездки на машине облегчат вам жизнь и будут приносить удовольствие.

2. Комфорт

Одевайтесь комфортно. Длинные юбки, шлепанцы, шубы, шпильки – табу. Все это можно взять с собой и переобуться/переодеться в месте назначения. Волосы желательно собрать в хвост, с глаз можно убрать ободком или заколкой. Лучше, чтобы и заколка и ободок уже лежали в бардачке, и Вам не пришлось бы выходить из авто за ними специально (иногда может быть лень).

Перед выездом проверить наличие ДДТ (Документы Деньги Телефон)

3. Кое-что для малыша

Захватите что-то для развлечения ребенка в автомобиле: игрушки, сборник сказок или детских песенок. Если ребенок маленький, лучше, чтобы игрушки пристегивались к его одежде, ведь любимый слоник или куколка могут упасть на пол машины, а малыш не сможет их достать, тогда слез не избежать, а маме отвлекаться за рулем нельзя. Возьмите в дорогу что-то перекусить и попить.



4. Действуем по плану

Часто бывает так, что нужно отвезти ребенка в садик, а "по дороге" заправить автомобиль, заехать в аптеку за лекарством для бабушки плюс за продуктами. Определите сразу, в каком порядке Вы все будете делать, чтобы не метаться, как загнанная лань посреди перекрестка. Четкий план в голове - избавит Вас от долгих раздумий на тему: "А сейчас лучше в магазин или в аптеку"

Пусть Ваши мысли будут заняты только отслеживанием "дорожной обстановки" и своевременной реакцией на ее изменения.

5. Чем развлекать детей во время вождения

Это особая тема! И у каждой авто-мамы найдутся свои секреты "укрощения кричащих"!

- детям должно быть ни жарко, ни холодно - это первое что начинает их беспокоить; (если хотите включить кондиционер, им можно воспользоваться, только включите его не более чем

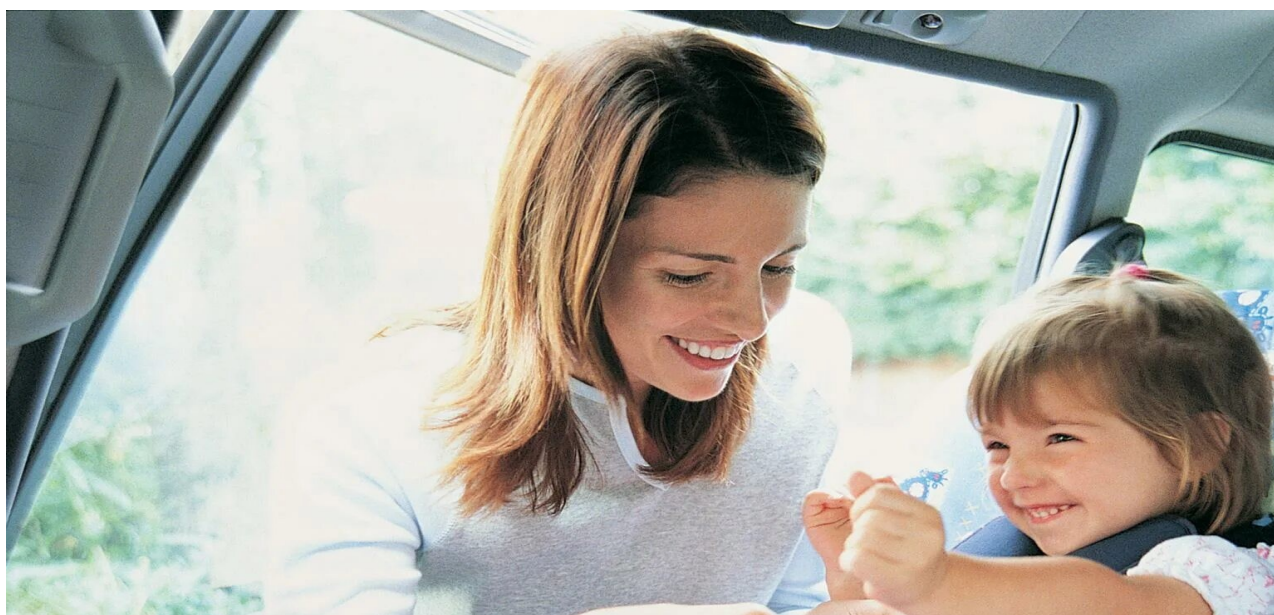


на 7 градусов ниже, чем температура за окном машины. Резкие перепады температуры могут негативно сказаться на здоровье малыша)

- в автомобиле должна быть вода для питья, стаканчик небьющийся, печенье;
- конфеты - табу! Иначе, потом салон не отмоешь, только, если в химчистку ехать;
- любимые игрушки ребенка способны

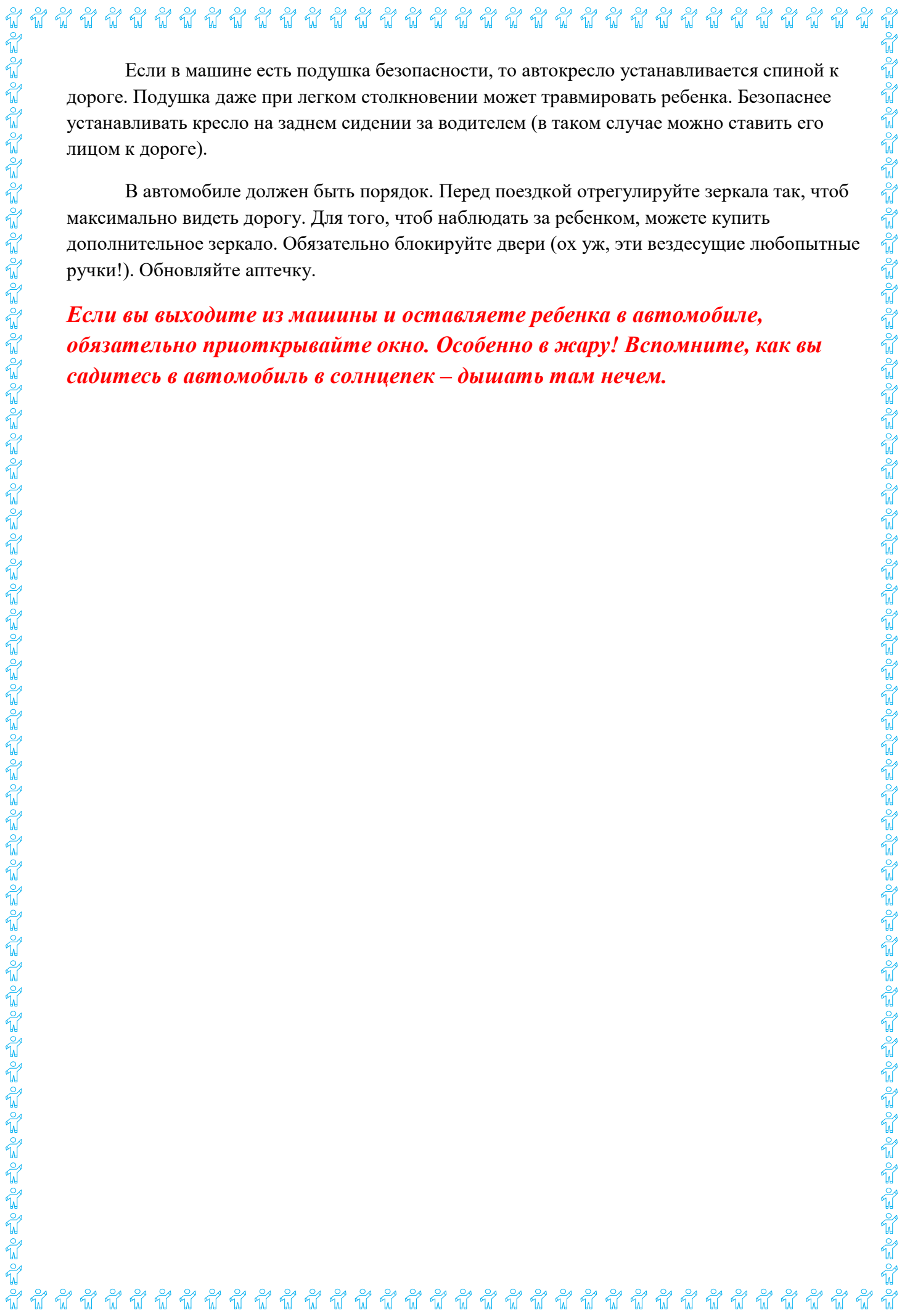
на некоторое время отвлечь его внимание;

- детские сказки или песни в CD-проигрывателе;
- громкий разговор с детьми в стиле "что делаю\вижу, о том и рассказываю";
- если особо повезет - ребенок может просто поспать во время поездки, но потом проблемно будить его в месте назначения;
- **ОСОБЫЙ СЛУЧАЙ** - непрекращающаяся истерика. **ВЫХОД** - включаем "аварийку" паркуемся у правой обочины.



6. Безопасность детей

Надеемся, что у вас уже есть автокресло. Выбирайте безопасное автокресло, основываясь на результатах краш-тестов. Автокресло должно «расти» вместе с вашим ребенком, вовремя меняйте кресло на другую группу, если малыш вырос из него. Обязательно четко следуйте инструкции, устанавливая автокресло в машине.



Если в машине есть подушка безопасности, то автокресло устанавливается спиной к дороге. Подушка даже при легком столкновении может травмировать ребенка. Безопаснее устанавливать кресло на заднем сидении за водителем (в таком случае можно ставить его лицом к дороге).

В автомобиле должен быть порядок. Перед поездкой отрегулируйте зеркала так, чтоб максимально видеть дорогу. Для того, чтоб наблюдать за ребенком, можете купить дополнительное зеркало. Обязательно блокируйте двери (ох уж, эти вездесущие любопытные ручки!). Обновляйте аптечку.

Если вы выходите из машины и оставляете ребенка в автомобиле, обязательно приоткрывайте окно. Особенно в жару! Помните, как вы садитесь в автомобиль в солнцепек – дышать там нечем.