

## **ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ: «МЫ ЕДЕМ ОТДЫХАТЬ!»**

Настало лето, заканчивается пора экзаменов и начинается время отдыха, интересных приключений, прогулок, поездок. Что и как нужно делать, чтобы получить только приятные впечатления, позитивные эмоции и провести каникулы комфортно, весело и без негативных последствий?

#институтвоспитания  
институтвоспитания.рф



ИНСТИТУТ  
ВОСПИТАНИЯ

## ВО ВРЕМЯ ОТДЫХА С РЕБЕНКОМ:

**1. позаботьтесь о защите  
кожи и всего организма  
от солнца и жары**

**2. избегайте контактов  
с животными**

во время экскурсий в природные  
парки, заповедники и другие места  
их обитания

**3. для проживания  
выберите гостиницы  
с централизованным  
водоснабжением  
и канализацией**

**4. следите  
за качеством  
пищи и воды**



## **5. отдыхайте на пляже правильно**

Обязательно пользуйтесь шезлонгами, лежаками, циновками.

Купание разрешено в специально отведённых местах.

## **6. держите руки в чистоте**

## **7. немедленно обращайтесь к врачу,**

если во время путешествия или по возвращении домой появились СИМПТОМЫ:

- повышенная температура тела,
- понос (особенно с кровью),
- тошнота, рвота,
- кашель с кровью,
- сыпь,
- зуд,
- припухлость (раздражение) на коже,
- непрекращающаяся потеря веса.

