



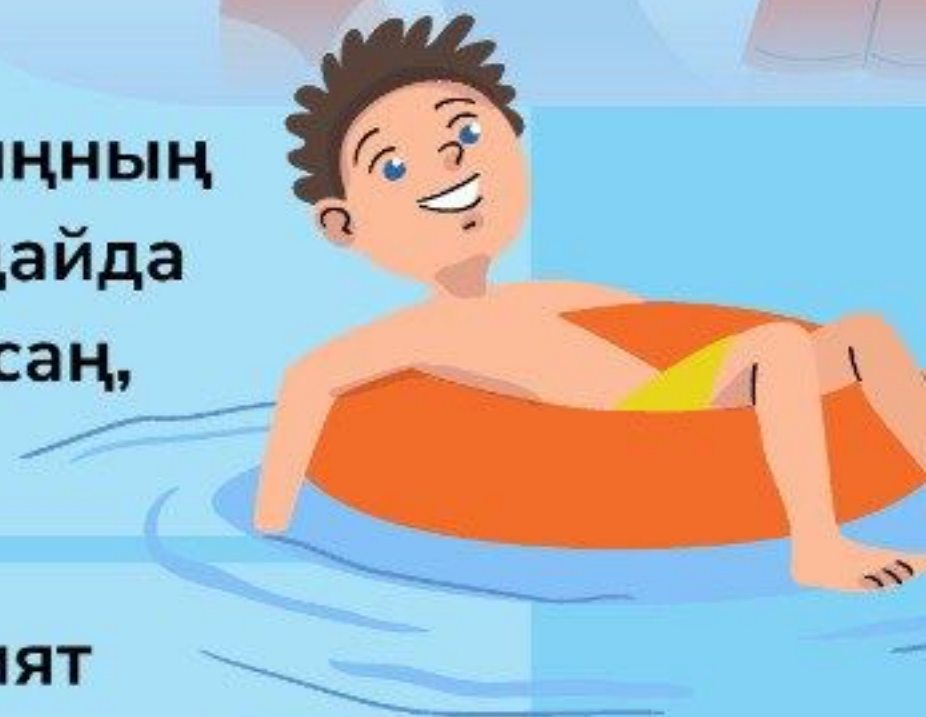
ЖАЗҒЫ ДЕМАЛЫС: ҚАУІПСІЗДІК ЕРЕЖЕЛЕРІ





СУДАҒЫ ТӘРТІП ЕРЕЖЕЛЕРІ

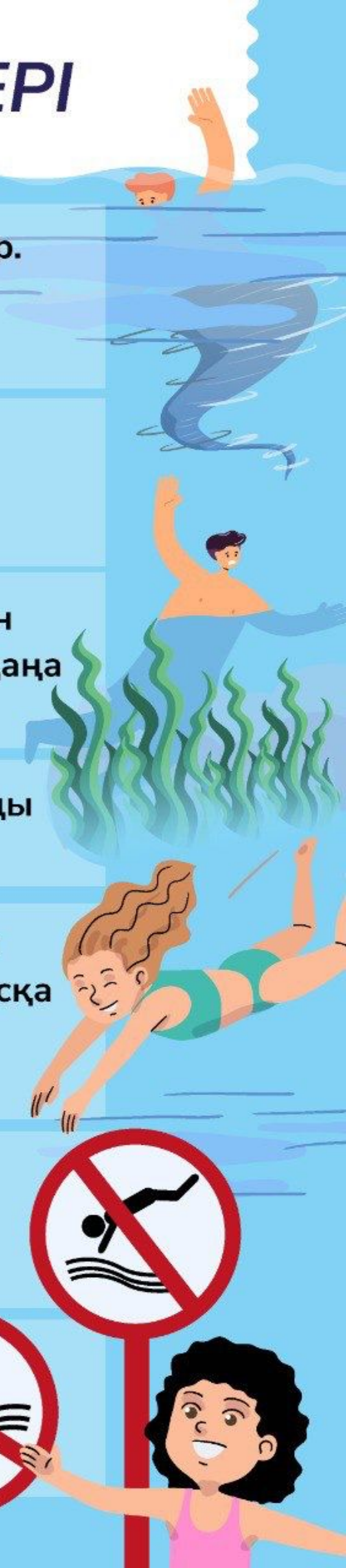
- ◆ Суда шомылу үшін, суы таза, түбі тегіс және құмды, терең емес, күшті ағыны мен иірімдері жоқ, су моторлы көліктер жүрмейтін жерлерді таңда.
- ◆ Есіңде болсын: шомылу маусымы ауаның температурасы +20-25°C, ал судың температурасы +17-19°C болғанда басталады.
- ◆ Суға абайлап түс, терең жерлерден аулақ бол.
- ◆ Суда 10-15 минут уақыт болу керек.
- ◆ Суда денеңнің тітіркеніп, тоңбауын мұқият қадағала – бұл денсаулыққа өте зиян. Суда қатты тоңғаннан аяқ-қолыңның сіңірі тартылып, құрысуы өмірге қауіп төндіреді. Бұл жағдайда арқаңа жатып, жүзу керек. Сасқалақтап, қимылдамай қалсаң, батып кетуің мүмкін.
- ◆ Егер судың бетінде толқындар болса, тыныс алуыңды мұқият қадағала:
тыныс алу толқындар арасындағы уақытта болуы керек.
- ◆ Қатты толқында суға түсу қауіпті!
- ◆ Қатты ағысқа түсіп қалсаң, бірте-бірте жағаға жақындап, ағыспен жүзгенің дұрыс.





СУДАҒЫ ТӘРТІП ЕРЕЖЕЛЕРІ

- ◆ Есіңде болсын: судағы ең үлкен қауіп – иірімдер мен шұңқырлар. Олар шомылушыны үлкен тереңдікке қатты күшпен тартатыны соншалық, тіпті тәжірибелі жүзгішке де одан жүзіп шығу қиын.
- ◆ Иірімге түсіп қалсаң, өкпеңе мүмкіндігінше көп ауа жинап, суға бат, содан кейін ағысқа қарай күшті серпіліс жасап, судың бетіне жүзіп шық.
- ◆ Балдырларға шырмалып қалсаң, қатты қимылдап, жұлқынудан аулақ бол, себебі өсімдіктің ілмектері одан әрі қатая түседі. Арқаңа жатып, баяу қимылмен шетке қарай жүзуге тырысқан дұрыс.
- ◆ Есіңде болсын: белгісіз тереңдікке сүңгу қауіпті, өйткені басыңды түбіне соғып алуың мүмкін.
- ◆ Қайықтардан, катерлерден, өткелдерден, табиғи түзілімдерден (жартастар, құздар, қойтастар, парпеттер, қоршаулар және басқа да объектілер), сондай-ақ бейімделмеген құрылыстардан суға секіру қауіпті.
- ◆ Тексерілмеген және жабдықталмаған жерлерде суға сүңгуге болмайды. Жүзуге арналмаған заттармен жүзуге тыйым салынады.
- ◆ Есіңде болсын: «Шомылуға тыйым салынады!» белгілері орнатылған жерлерде ешқашан шомылуға болмайды!





ОРМАНДА ӨЗІҢДІ ҰСТАУ ЕРЕЖЕЛЕРІ

◆ Орманда ересек адамдармен ғана серуендеуге болады.



◆ Жаңбырлы күні немесе ауа-райы бұлтты болса, серуендеуден бас тартқан жөн.



◆ Қозғалыс бағытын анықтау үшін компасты қолдан.



◆ Орманға бару үшін саған резеңке аяқ киім (етік дұрыс болады), шалбар немесе спорттық киім қажет (аяғыңды жылан мен жәндіктердің шағуынан қорғау үшін балағын аяқ киімге салып қой).



◆ Кенелер жабыспас үшін, міндетті түрде бас киім ки, мойның мен қолдарыңды жауып жүр.



◆ Бұталар мен қалың ағаштан өткенде, өте абай бол, бұтақтарды қолмен ақырын сырғытып ашып, баяу босат.

◆ Есіңде болсын: орманда өрт қаупін болдырмау үшін ашық от көздерін пайдалануға, от жағуға, қоқыс тастауға қатаң тыйым салынады. Орманда темекі шегуге тыйым салынады. Орман өрті – өте қауіпті, апатты табиғи құбылыс: температура өте жоғары болады, жанып жатқан ағаштар құлайды.





ӨРТ КЕЗІНДЕГІ ТӘРТІП ЕРЕЖЕЛЕРІ

101



Өрттің алғашқы белгілері пайда болған кезде дереу 101 нөміріне қоңырау шал.

Шұғыл түрде бөлмеден шық – өрт шыққан кезде жасырынудың пайдасы жоқ!

Түтін ішінде қабырғаға сүйеніп, еңкейіп, бетіңді қолы шүберекпен жауып алып қозғал.

ЛИФТІНІ ҚОЛДАНУҒА БОЛМАЙДЫ!

Егер үйден шығу мүмкін болмаса, балконға шығып, есігін жауып, қатты айқайлап көмекке шақыр.





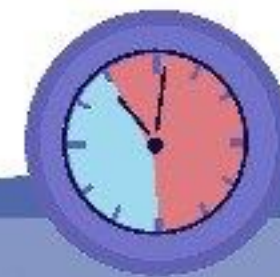
ҚАУІПСІЗ ТЕРЕЗЕЛЕР

- ◆ Балалар әрқашан ересектердің бақылауында болуы керек.
- ◆ Бала үйде болғанда, барлық терезелер жақсы жабылуы қажет.
- ◆ Жиһазды терезелерден алыстау қойыңыз: балалар көбінесе терезенің алдына шығуға тырысады.
- ◆ Терезені жоғарғы жағынан ашыңыз – бұл ыңғайлы және қауіпсіз.
- ◆ Шыбын-шіркейден қорғайтын тор терезеден құлаудан қорғамайды, олар тек жәндіктерге қарсы тосқауыл.
- ◆ Терезелерге арнайы бекіткіштер орнатыңыз: сонда бала терезені аздап қана аша алады.
- ◆ Терезені ашылып кетуден қорғау үшін, бұғаттаушы құрылғыны немесе терезенің кілті бар құлыпты тұтқасын пайдаланыңыз.
- ◆ Балкон мен бөлмеаралық есіктердің алдында балалар үшін жарақат алу қаупі бар.
- ◆ Терезенің жанында немесе балконда тұрғанда балаңызды мықтап ұстаңыз.
- ◆ Бала балконға тек қана ересек адаммен шығуы тиіс.
- ◆ Балалардың терезелер мен есіктердің жанында ойнауына тыйым салыңыз.





ДАЛАДАҒЫ ТӘРТІП ЕРЕЖЕЛЕРІ



✦ Есіңізде болсын: кәмелетке толмаған баланың атаанасының немесе олардың заңды өкілдерінің еріп жүруінсіз сағат 23-тен 6-ға дейін тұрғын үйден тыс жерде болуына тыйым салынады. Үйден шыққан кезде ата-анаңа немесе отбасының басқа мүшелеріне қайда барып, қайда болатыныңды және қашан қайтатыныңды ескерт.

✦ Егер үйіңе кеш қайтсаң, үйдегілерден өзіңді қарсы алуды сұра.



✦ Бейтаныс адамдармен сөйлесу, олардың сұрақтарына жауап беру, қайда бара жатқаныңды, қайда тұратыныңды және т. б. туралы айту – қауіпті.

✦ Егер далада тәуліктің қараңғы мезгілінде болсаң, адам көп жерде жүруге тырыс.



✦ Алыс, ешкім тұрмайтын жерлерден, құрылыс алаңдарынан, қараусыз қалған үйлер жақтан аулақ бол.



✦ Егер біреу артыңнан ұзақ уақыт жүріп, аңдып келе жатқан сияқты көрінсе, бірден адамдар көп жиналған жерге барып, ересектерден көмек сұра.

✦ Алдыңнан шулы немесе ішімдік ішіп алған адамдар тобын көрсең, көшенің басқа жағына шық немесе бірден бағытыңды өзгерт.

✦ Далада жүргенде түрлі жанжал, ұрыс-керістен, балағаттаудан аулақ бол.

