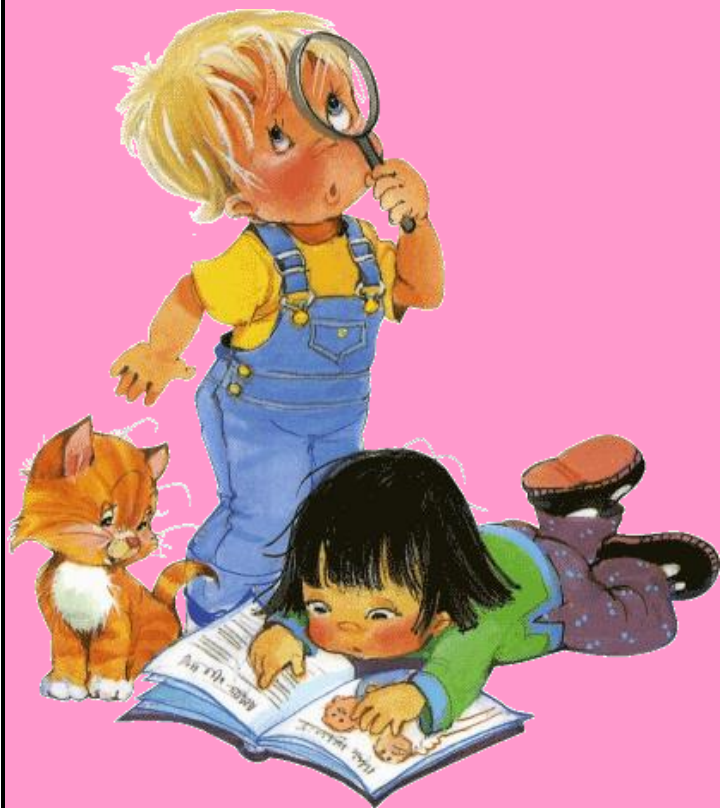


БЕРЕГИ СЕБЯ САМ



Береги свои
глаза, при
чтении
держи
книгу на
расстоянии
35-40 см от
глаз.

Длительность просмотра
телевизора и работы с
компьютером не более 30-45
минут. Необходим перерыв.



**ВОДЫ НЕ БОЙСЯ - ЕЖЕДНЕВНО
МОЙСЯ!**

Руки надо мыть с мылом:

- перед едой;
- после прикосновения к животным;
- после посещения туалета;
- после всякого загрязнения.

Это уберезет вас от болезней.



НАУЧИСЬ ОКАЗЫВАТЬ

первую медицинскую помощь себе и друзьям, останавливать кровотечение, обрабатывать рану



ЗАНОЗА! Удали и смажь!
УШИБ! Холодную примочку!
Посоветуйся с врачом.



ОСТОРОЖНО ДОРОГА!



На улице строго выполняй правила дорожного движения!

Переходи дорогу только на зеленый свет!

Не играй на проезжей части!

Не соглашайся идти с незнакомыми людьми, если тебе предлагают, например, посмотреть котят, классный мультик или встретить родителей!

Береги себя!

ОСТОРОЖНО, ЯДЫ!



Лекарства принимай только по назначению врача!



Осторожно с аэрозолем. Опасно для здоровья!



Чистящие и моющие средства используй только по назначению!

Собирай грибы и ягоды только те, о которых ты точно знаешь, что они съедобные. Будь внимателен!

Ядовитые грибы: мухоморы, бледные поганки, строчки и др.

Ядовитые растения: вороний глаз, волчье лыко, ягоды ландыша и др.

