

# ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

## Безопасность ребёнка в саду и дома: правила, которые спасают жизнь

Безопасность — это не «не бегай, упадёшь». Это система привычек и доверия между вами и ребёнком. Ребёнок должен знать правила, но не бояться мира.

### 1. Как говорить с ребёнком о безопасности (без страха)

#### Главные принципы разговора:

- **✗** Не запугивать: «Придёт чужой дядя и заберёт тебя».
- **☑** Объяснять на правилах: «Есть люди, которых мы знаем (мама, папа, воспитатель). Есть незнакомые. С незнакомыми мы не уходим, даже если они предлагают конфету или котёнка».

#### 3 правила, которые ребёнок должен знать наизусть:

Ситуация	Что делать
<b>Незнакомый человек зовёт с собой</b>	Громко крикнуть: «Я ВАС НЕ ЗНАЮ! ОТОЙДИТЕ!» — и бежать к знакомому взрослому (воспитатель, охранник, мама с коляской)
<b>Кто-то пытается взять за руку или увести</b>	Упасть на землю, бить ногами, кричать «ПОМОГИТЕ! ЭТО НЕ МОЯ МАМА!»
<b>Потерялся в магазине / на улице</b>	Стоять на месте и громко звать маму. Никуда не уходить. Если рядом касса — попросить кассира вызвать маму по громкой связи

#### Кодовое слово семьи

Придумайте **секретное слово**, которое знаете только вы и ребёнок (например, «мандаринка», «ёжик спит»). Если за ребёнком придёт знакомый (друг семьи, сосед), он должен назвать это слово. Если не назвал — ребёнок никуда не идёт.

## 2. Безопасность в детском саду (что контролируют родители)

**Что должно быть в саду (проверьте при выборе сада или на собрании):**

- Закрытая территория, высокий забор, калитка с домофоном/замком
- Охранник или вахтёр на входе
- Воспитатели не отпускают ребёнка ни с кем, кроме родителей (или по письменному заявлению)
- Аптечка в каждой группе, сотрудники обучены первой помощи
- Детская мебель без острых углов, розетки закрыты заглушками
- Окна с замками или ограничителями (ребёнок не может открыть сам)

**Что должны знать и делать вы как родитель:**

- **Всегда предупреждать**, кто заберёт ребёнка (даже если это бабушка — напишите заявление или позвоните воспитателю утром)
- **Проверять карманы** после сада — ребёнок мог незаметно положить мелкую деталь игрушки, бусинку, горошину
- **Рассказать ребёнку**, что в саду нельзя: толкаться на лестнице, бегать во время еды, засовывать мелкие предметы в нос или уши
- **Сообщать воспитателю о аллергиях** (даже на мёд или цитрусовые — это может быть в полдник)

**Если ребёнок говорит: «Меня обижают в саду»**

1. Выслушайте спокойно, не перебивая.
2. Не делайте выводов с одного рассказа — дети могут фантазировать или преувеличивать.
3. Поговорите с воспитателем: «Наш ребёнок говорит, что... Как вы это видите?»
4. Если подтверждается — подключайте заведующую, психолога.
5. Если ребёнок боится идти в сад неделями и жалуется на одного и того же ребёнка — это повод для серьёзного разговора, вплоть до перевода в другую группу.

## 3. Безопасность дома и на улице (быстрый чек-лист)

**Прямо сегодня проверьте дома:**

Опасность	Что сделать
-----------	-------------

Лекарства, бытовая химия	Убрать в верхний шкаф с замком или на ключ
Острые предметы (ножи, ножницы)	Хранить не в доступном месте
Розетки	Заглушки на всех, до которых достаёт ребёнок
Окна	Ручки с замками или ограничители (москитные сетки не держат вес ребёнка!)
Мелкие батарейки (от часов, игрушек, пультов)	Если проглотит — срочно в больницу (опасно для жизни)
Спички, зажигалки	Недоступное место
Горячая еда, чайник	Не оставлять на краю стола, провод от чайника — не в зоне доступа
Столы со скатертью	Ребёнок может дёрнуть и опрокинуть всё на себя

## На улице:

- **Дорогу переходить только за руку, даже если зелёный свет**
- **Во дворе — держаться за поручни, не высовываться из коляски**
- **Светоотражающие элементы на одежде** (особенно осенью и зимой)
- **Не заходить в лифт с незнакомым человеком** (даже с соседом, если он не в списке доверенных)
- **Не подходить к чужим машинам** (даже если зовут посмотреть щенка)

## Карманные деньги безопасности:

Когда ребёнок начнёт выходить один во двор (после 6–7 лет), положите ему в карман:

- Листок с вашим телефоном и домашним адресом
- Монетку на таксофон (мало где есть, но может пригодиться)
- И научите звонить **112** — работает без сим-карты и при нулевом балансе

## **Чрезвычайная ситуация: инструкция для родителей**

### Если ребёнок потерялся в магазине / парке / транспорте:

1. **Не паникуйте.** Паника отключает логику.
2. **Начинайте поиск сразу.** Попросите охрану объявить по громкой связи.
3. **Ищите в последнем месте, где видели** — маленькие дети часто кружат на месте.
4. **Проверьте туалеты, примерочные, игровые зоны.**




5. **Через 10–15 минут** вызывайте полицию (не стесняйтесь — лучше перебдеть).
6. **Имейте свежее фото ребёнка** (обновляйте раз в 3 месяца).

### Что должен знать ваш ребёнок наизусть:

- Своё Имя и Фамилию
- Имя мамы и папы
- Хотя бы один номер телефона родителя (можно разбить на части: «89...»)

### КОГДА РЕБЁНОК МОЖЕТ СКАЗАТЬ «НЕТ» (даже взрослому)

Разрешите ребёнку **отказываться** взрослым в определённых ситуациях. Это снижает риск насилия:

-  «Нет, я не пойду с тобой, даже если ты обещаешь конфету»
-  «Нет, не трогай меня, я не хочу обниматься»
-  «Нет, не раздевайся здесь — позови маму или папу»

Объясните: «Твоё тело принадлежит только тебе. Даже если взрослый говорит "это игра" или "так надо" — ты имеешь право отказаться и позвать на помощь».

### Куда звонить в экстренном случае

Ситуация	Номер
Пожар	101 (с мобильного) / 01 (со стационарного)
Ребёнок проглотил инородное тело, потерял сознание — скорая	103 / 03
Полиция (потерялся, угроза, насилие)	102 / 02
Единая служба спасения (если не знаете, что делать)	112

**Сохраните номера в быстрый набор.** Секунды могут иметь значение.

### Последний совет: доверие важнее запретов

Самый надёжный способ уберечь ребёнка — это **открытое общение**.

- Если ребёнок знает, что вы не будете кричать, когда он признается в ошибке, — он расскажет правду.
- Если ребёнок знает, что вы поверите ему, когда скажет «меня обижают», — он не будет молчать.

- Если ребёнок знает, что может позвонить вам в любую минуту, — он позвонит.

**Регулярно (раз в 2–3 месяца) повторяйте правила безопасности. Без паники, в игре, с картинками и шутками. Это не воспитание труса — это воспитание осторожного и уверенного человека.**