

Областное государственное бюджетное учреждение социального обслуживания
«Социально - реабилитационный центр для несовершеннолетних Заларинского
муниципального округа»



Согревая сердца

*Безопасное лето — забота
общая: предупредить —
значит спасти*



Оглавление

Мамочка и судьба.....3стр

Родительская бдительность: главный урок любви

Народные традиции.....5стр

Мудрость предков: как берегли детей в старину

Ваш юрист.....7стр

Правовой навигатор: ответственность и защита

В копилку приемного родителя.....9стр

*Особое доверие: безопасность для тех, кто в ответе
дважды*

Психолог и Я.....11стр

*Страх и контроль: как говорить о безопасности без
тревоги*

**Мудрые мысли, цитаты, изречения, информация,
сказки13стр**

Ларец премудростей: безопасность в деталях

Наши новости.....17стр

Хроники добрых дел: вместе к безопасному лету

Мамочка и судьба

Рубрика: «Родительская бдительность: главный урок любви»



Лето — время, когда дети больше времени проводят вне школы и вне родительского контроля. Статистика неумолима: в летний период детский травматизм возрастает на 20%. Падения с высоты, утопления, дорожные происшествия, солнечные удары — всё это можно предотвратить. Главный секрет безопасности — не запреты, а доверительный разговор и личный пример.

Вода ошибок не прощает

Утопление — одна из главных причин гибели детей летом. В 50% случаев страдают дети 10–13 лет, часто из-за неумения плавать или переоценки своих сил. Маленький ребёнок может утонуть менее чем за 2 минуты даже в небольшом объёме воды.

Правила, которые спасают жизнь:

- Не оставляйте детей у воды без присмотра ни на секунду. Дети тонут тихо и быстро.
- Купайтесь только в оборудованных местах, где есть спасатели.
- Надувные круги — не гарантия безопасности, используйте спасательные жилеты.
- Не разрешайте нырять в незнакомых местах и заплывать за буйки

Дорога — не место для игр

Более 25% всех смертельных случаев среди детей связаны с дорожными происшествиями. Напоминайте детям: переходить дорогу можно только по пешеходному переходу на зелёный сигнал светофора, убедившись, что все машины остановились. На велосипеде или самокате до 14 лет — только по тротуару, а переходить проезжую часть нужно пешком, ведя транспорт рядом. Используйте светоотражающие элементы на одежде и рюкзаках.

Солнце — друг, но осторожный

Детская кожа в пять раз тоньше взрослой, она очень ранима. Солнечный удар и ожоги — частые спутники беззаботного лета.

Простые правила:

- Головной убор обязателен на прогулке.
- Солнцезащитный крем с SPF 30–50 наносите каждые 2 часа.
- С 12:00 до 16:00 старайтесь находиться в тени.
- Всегда берите с собой бутылку воды — обезвоживание опасно.

Незнакомец — всегда чужой

Ребёнок должен твёрдо усвоить: не брать ничего у незнакомцев, не садиться в чужую машину, не заходить с незнакомым человеком в подъезд или лифт. Если кто-то пытается схватить — кричать, вырываться, убегать, привлекать внимание прохожих



Безопасность летом — это не набор запретов, а система привычек и доверия. Ваш спокойный, но внимательный подход — лучшая защита для ребёнка. Помните: ребёнок берёт пример с вас. Если вы переходите дорогу на красный или не надеваете шлем на велосипед — он будет делать так же. Сначала научите себя — потом учите ребёнка.

Народные традиции

Рубрика: «Мудрость предков: как берегли детей в старину»



У наших предков не было спасательных жилетов, солнцезащитных кремов и телефонов доверия. Но была народная мудрость, передаваемая из поколения в поколение, которая помогала сохранять детей. Вглядимся в эти старые правила — многие из них удивительно актуальны и сегодня.

У воды — ни на миг без глаза

В деревнях говорили: «Река не прощает беспечности». Детей с малолетства учили не подходить к воде без взрослых, не хватать друг друга за ноги и не нырять, не зная дна. Купались только в проверенных местах — там, где вода чистая, дно пологое, нет коряг и водорослей. Современный вариант: только оборудованные пляжи с дежурными спасателями.

В лес с добрым словом и с полной сумой

В старину, собираясь в лес по ягоды или грибы, строго наказывали детям: не отходить от взрослых, не пробовать незнакомые ягоды и грибы, не дразнить диких животных. Одевались в светлую одежду — чтобы издали было видно и не спутать со зверем. Сегодня это правило трансформировалось: для похода в лес нужна закрытая одежда, защита от клещей, репелленты и бутылка воды.

Солнце — ласковое, но жгучее

Крестьянские дети знали: в полдень на солнце не выходят, надевают панамки, в жару пьют квас или сыворотку. Бабушки приговаривали: «Голову береги — в ней ум живёт». Сегодня врачи говорят то же самое: с 12 до 16 часов — в тени, головной убор обязателен, солнцезащитный крем — каждые 2 часа.

Дорога — не место для игр

Раньше детей учили: «Где ездят — там не бегают». Переходить дорогу — только там, где видно далеко и нет повозок. Сегодня к этому добавились светофоры и переходы, но суть та же: внимание, осторожность, остановка перед проезжей частью .

Практический инструмент рубрики:

«Бабушкин ритуал» — введите в семье правило: перед выходом из дома каждый член семьи говорит вслух одно правило безопасности на сегодня.

Например: «Я сегодня перехожу дорогу только на зелёный», «Я сегодня на пляже не заплываю за буйки». Это простое действие создаёт привычку думать о безопасности без страха и нравоучений.



Народная мудрость не устарела — она просто обрела новые формы. «Не ходи к воде без взрослых» превратилось в «купайся только там, где есть спасатель». «Надевай панамку» дополнилось «наноси крем от солнца». Главное осталось неизменным: внимание, уважение к опасности и забота друг о друге.

Ваш юрист

Рубрика: «Правовой навигатор: ответственность и защита»



Лето — время не только отдыха, но и повышенной юридической ответственности. Родители несут ответственность за жизнь и здоровье детей, а подростки с определённого возраста отвечают за свои поступки по закону. Знание правовых аспектов поможет избежать серьёзных последствий.

Ответственность родителей

За правонарушения детей до 14 лет ответственность несут родители. Это значит:

- Если ребёнок нарушил правила дорожного движения — штраф платят родители.
- Если ребёнок причинил вред имуществу — возмещают родители.
- Если ребёнок находится на улице после 22:00 без сопровождения взрослых — это нарушение закона.

Ответственность подростков

С 14 лет наступает административная ответственность, с 16 лет — уголовная (за тяжкие преступления — с 14 лет)

- Нецензурная брань в общественном месте влечёт административную ответственность.
- Оскорбления в интернете и СМС-переписке также наказуемы.
- Кража, употребление спиртных напитков, электронных сигарет, наркотических веществ строго запрещены

Нахождение на улице в ночное время

В большинстве регионов действует «комендантский час» для несовершеннолетних: с 22:00 до 06:00 дети и подростки не могут находиться в общественных местах без сопровождения родителей. Это закон, а не рекомендация. Штрафы за нарушение накладываются на родителей.

Что делать, если ребёнок потерялся или попал в беду

Если ребёнок не вернулся домой вовремя — не ждите. Звоните в полицию сразу. Чем быстрее начаты поиски, тем выше шансы найти ребёнка целым и невредимым.

Экстренные номера:

- Единая служба спасения: **112** (звонить с любого телефона, даже без сим-карты)
- Полиция: **102**
- Скорая помощь: **103**

Практический инструмент рубрики:

Памятка для подростка: твои права и обязанности летом

1. Ты имеешь право на отдых, безопасность и защиту.
2. Ты обязан соблюдать правила дорожного движения.
3. Тебе запрещено находиться на улице после 22:00 без взрослых .
4. Тебе запрещено употреблять алкоголь, курить и употреблять наркотики .
5. Ты не имеешь права нарушать общественный порядок.
6. Если ты видишь, что кому-то нужна помощь — позвони в экстренные службы или скажи взрослым.



Закон — это не только ограничения, но и защита. Объясните детям, что правила существуют не для того, чтобы «испортить лето», а чтобы каждый остался жив и здоров. Помните: ваша юридическая грамотность — это страховка для всей семьи.

В копилку приемного родителя

Рубрика: «Особое доверие: безопасность для тех, кто в ответе дважды»



Для приёмных родителей лето — это не только радость, но и дополнительная тревога.

Особенности адаптации, не до конца сформированное доверие, прошлый травматический опыт — всё это требует особого подхода к вопросам безопасности. Но есть и хорошая новость: именно лето даёт уникальную возможность укрепить связь с ребёнком через общие занятия и заботу.

Снятие тревожности через подготовку

Летние каникулы — время радости, но для замещающей семьи - это ещё и зона повышенной ответственности. Мы снимаем тревожность, обмениваемся реальными историями и вместе ищем решения, которые работают в обычной жизни. Когда опекун видит, что его опасения знакомы другим, появляется уверенность и спокойствие.

Обсуждайте правила безопасности в семье открыто. Не делайте из этого «лекцию» — сделайте диалогом. Спросите ребёнка: «Как ты думаешь, что опасно в этом месте?». Дети, которые сами находят ответы, лучше запоминают правила.

Правило «трёх доверий»

Для приёмных детей, которые пережили предательство или потерю, доверие к взрослому — это не данность, а результат многократного подтверждения.

Как укрепить доверие через безопасность:

1. **Договоритесь о маршрутах.** Ребёнок должен знать, что вы всегда знаете, где он. Но не для контроля — для спокойствия обеих сторон.
2. **Оговорите «код помощи».** Придумайте слово, которое ребёнок может сказать по телефону, если ему нужна помощь, но он не может говорить об этом вслух. Например: «Ты не забыл про Свету?» — значит, «я в опасности, заberi меня».
3. **Всегда выполняйте обещания.** Если сказали, что заберёте в 18:00 — будьте в 18:00. Это строит доверие сильнее любых слов.

Безопасность без страха

Часто мы запугиваем детей вместо того, чтобы учить их безопасности. Для приёмных детей с травматическим прошлым такие запугивания могут быть особенно болезненными. Говорите не «ты погибнешь», а «давай научимся, как быть в безопасности».

Алгоритм безопасного разговора:

1. Назовите опасность: «Вода может быть опасной, если не знать правил».
2. Объясните правило: «Мы купаемся только там, где есть спасатели, и не заплываем за буйки».
3. Дайте инструмент: «Вот твой спасательный жилет, он тебя держит на воде».
4. Закрепите доверием: «Я буду рядом, ты не один».

Лето — время совместных ритуалов

Именно совместные занятия создают ту самую привязанность, которая так важна для приёмных детей. Заведите летние ритуалы, которые одновременно учат безопасности и сближают:

- «Среда — день велосипеда»: вместе проверяете велосипеды, надеваете шлемы и катаетесь.
- «Суббота — день воды»: вместе собираетесь на разрешённый пляж, наносите крем, проверяете жилеты.
- «Воскресный вечер»: обсуждаете, что было хорошего и что было небезопасного за неделю.



Приёмный родитель несёт двойную ответственность: за безопасность ребёнка и за его доверие. Лето — это возможность укрепить и то, и другое. Через совместные действия, через открытые разговоры, через ваше постоянное присутствие. Безопасность — это не про страх. Это про заботу. И забота — это язык, который понимают все дети.

Психолог и Я

Рубрика: «Страх и контроль: как говорить о безопасности без тревоги»



Как сказать ребёнку о правилах безопасности, чтобы он услышал, а не испугался? Как не превратить разговор в запугивание и не передать свою тревогу? Родительская тревога зарательна — но так же зарательны спокойствие и уверенность. Учитесь говорить о безопасности без страха в голосе.

От «не делай» к «делай правильно»

Когда мы говорим ребёнку «не бегай по дороге», он слышит только «бегай». Мозг не воспринимает частицу «не» в стрессовой ситуации. Лучше сказать: «Переходи дорогу только на зелёный свет, держа меня за руку».

Золотое правило: формулируйте правила позитивно. Вместо «не ныряй» — «ныряй только там, где я разрешу». Вместо «не разговаривай с незнакомцами» — «если к тебе подошёл незнакомый человек, сразу подойди ко мне».

Тревога родителей передаётся детям

Если вы сами боитесь воды, вы передадите этот страх ребёнку — даже если не говорите об этом вслух. Дети считывают напряжение через голос, мимику, жесты. Прежде чем учить ребёнка, разберитесь со своими страхами.

Вопросы для честного ответа себе:

- Боюсь ли я воды? Боюсь ли я, что ребёнок утонет?
- Боюсь ли я отпускать ребёнка гулять без меня?
- Боюсь ли я высоты, насекомых, собак?

Если да — вам стоит проработать эти страхи с психологом или хотя бы признать их себе. Спокойный родитель — лучшая защита для ребёнка.

Игра как лучший способ обучения

Дети лучше запоминают правила, когда они встроены в игру. Вместо скучной лекции о ПДД поиграйте в «светофор»: вы показываете цвета, ребёнок называет действие (красный — стоп, жёлтый — приготовиться, зелёный — идти). Про безопасность на воде можно играть «в спасателей»: кто быстрее и правильнее назовёт правила поведения на пляже.

Правила — это не запреты, а забота

Важно, чтобы ребёнок понимал: правила безопасности — это не наказание, не недоверие. Это про любовь. «Я говорю тебе об этом, потому что я тебя люблю и хочу, чтобы ты был в безопасности». Когда ребёнок чувствует любовь, а не контроль, он легче принимает правила.

Практическая фраза:

«Я не разрешаю тебе купаться без меня не потому, что я злая. А потому что я очень тебя люблю и хочу, чтобы ты всегда был рядом со мной».

Практический инструмент рубрики:

Упражнение «Мой безопасный день»

Предложите ребёнку нарисовать свой идеальный безопасный день. Что он делает? Где он? Кто с ним рядом? Какие правила он соблюдает? Это не только творческое задание, но и диагностика: вы увидите, что ребёнок знает о безопасности, а о чём ещё стоит поговорить. И главное — вы поговорите о безопасности через игру, без страха и нравоучений.



Страх не защищает — он парализует. Уверенность и спокойствие защищают. Говорите о безопасности спокойно, честно и с любовью. Ваш ребёнок запомнит не слова, а ваше состояние. Если вы спокойны — он спокоен. Если вы уверены — он уверен. Безопасность начинается с вашего внутреннего мира.

Мудрые мысли, цитаты, изречения, информация, сказки

*Рубрика: «Ларец премудростей: безопасность в
деталях»*

Цитаты с комментарием

«Предупредить опасность проще, чем справляться с последствиями» — народная мудрость.

Каждое лето сотни детей попадают в больницы с травмами, которых можно было избежать. Не ждите происшествия — предотвратите его. Разговор о безопасности сегодня может спасти жизнь завтра.

«Дети не слушают нас — они смотрят на нас» — Януш Корчак.

Если вы переходите дорогу на красный свет, не надеваете шлем на велосипед или не используете ремни безопасности в машине — ваш ребёнок будет делать то же самое. Ваш пример — главный урок безопасности. Будьте тем, на кого стоит равняться.

«Лучше десять раз поправить, чем один раз сломать» — народная мудрость.

Повторяйте правила безопасности. Надоедливо? Может быть. Но повторение — мать учения. И мать безопасности. Одно напоминание может предотвратить трагедию.

Народные изречения о безопасности

«Бережёного Бог бережёт».

Предусмотрительность и внимание — лучшее, что мы можем дать детям. Не надейтесь на «авось». Проявите заботу сегодня — и завтра вам не о чем будет жалеть.

«Не зная броду, не суйся в воду».

Это правило должно стать законом для любого купания. Незнакомый водоём — это всегда риск. Неизвестное дно, сильное течение, водоросли — опасность может скрываться там, где вода кажется спокойной. Купайтесь только в проверенных, разрешённых местах .

«Глаза боятся, а руки делают».

Страх не должен останавливать вас от действий. Если вы боитесь, что ваш ребёнок может попасть в опасную ситуацию — действуйте. Говорите, предупреждайте, объясняйте, показывайте пример. Лучше перестраховаться, чем потом корить себя.

Конкретные правила безопасности

Для родителей: 5 главных правил

1. **Никогда не оставляйте детей у воды без присмотра.** Даже на секунду. Дети тонут тихо и быстро
2. **Закрывайте окна.** Москитная сетка не спасёт от падения. Установите на окна блокираторы или специальные ручки
3. **Используйте защитную экипировку.** Шлем, наколенники, налокотники для велосипеда, роликов, самоката — это не роскошь, это необходимость
4. **Солнцезащитный крем и головной убор — обязательно.** С 12 до 16 часов старайтесь находиться в тени
5. **Повторяйте правила ПДД.** Ребёнок должен твёрдо знать: дорогу переходить только на зелёный сигнал и только по пешеходному переходу, убедившись в безопасности

Для подростков: что нужно знать и помнить

1. **Находиться на улице без взрослых можно до 22:00.** После этого времени — только с родителями
2. **Не употребляй алкоголь, не кури и не пробуй наркотики.** За это наступает уголовная и административная ответственность
3. **Не публикуй личную информацию в интернете.** Не доверяй незнакомцам в сети
4. **Не играй на проезжей части и не переходи дорогу в наушниках.** Ты можешь не услышать машину
5. **Не трогай бездомных животных.** Они могут быть агрессивны или больны

Что должно быть в летней аптечке

- Солнцезащитный крем (SPF 30–50).
- Средство от ожогов (Пантенол).
- Антигистаминные (от аллергии).
- Антисептик, пластырь.
- Средство от укусов насекомых (Фенистил-гель или аналоги).
- Регидрон (при тепловом ударе и обезвоживании).

СКАЗКА НА НОЧЬ

«Как Медвежонок нашёл безопасную тропинку»

В одном лесу жил маленький Медвежонок. Он был любопытным и очень любил гулять. Но однажды мама-Медведица сказала ему:

— Лето наступило, сынок. Ты уже большой, и я разрешаю тебе гулять одному — но только по безопасным тропинкам.

— А как узнать, какая тропинка безопасная? — спросил Медвежонок.

Мама взяла его за лапу и повела в лес. «Смотри, — сказала она. — Вот здесь, у реки, вода глубокая. Нырять туда нельзя. А вот здесь, рядом с камнями — вода тихая, и здесь мы купаемся вместе. Помни: купаться только там, где есть я или другие взрослые медведи».

«А как же дорога?» — спросил Медвежонок.

«Переходить тропинку, где ездят машины, только там, где есть мостик, — ответила мама. — И обязательно смотреть по сторонам. И никогда не играть на дороге».

«А солнце?» — спросил Медвежонок.

«В самую жару, с полудня до четырёх часов, мы отдыхаем в тени, — сказала мама. — И обязательно носим панамку, чтобы голова не перегрелась. И пьём много воды».

«А как же незнакомые звери?»

«Если ты встретил незнакомого зверя — не подходи к нему. Сразу иди ко мне или к другим взрослым. И никогда не бери угощение от чужих».

Медвежонок запомнил всё. И всё лето он гулял только по безопасным тропинкам. Он купался там, где разрешала мама. Он носил панамку. Он переходил дорогу только по мостику. И он всегда звал на помощь, если что-то было не так.

Однажды он увидел, как маленький Зайчонок бежал по дороге за мячом. Медвежонок закричал: «Стой! На дороге опасно!». Зайчонок остановился. «Спасибо, — сказал он. — Ты меня спас».

Медвежонок улыбнулся. Он знал: безопасность — это не трусость. Это забота о себе и о других.

Правила безопасности существуют не для того, чтобы испортить лето, а чтобы оно было весёлым и без происшествий. И если ты знаешь правила — ты можешь не только защитить себя, но и помочь другим.

Календарь безопасности на июнь 2026

1 июня — День защиты детей. Главный день, чтобы напомнить: каждый ребёнок имеет право на безопасное детство. Скажите детям о безопасности — и обнимите их.

7 июня — День рождения светофора (неофициально). Повторите с детьми ПДД в игре: нарисуйте светофор, проговорите, что означает каждый цвет.

14 июня — Всемирный день донора крови. Напомните подросткам: помогать другим — важно. Но и о собственной безопасности забывать нельзя.

21 июня — День летнего солнцестояния. Самый длинный день в году. Напомните детям о солнцезащитном креме и панамке — солнце особенно активно.

25 июня — День дружбы и единения славян. Вспомните старые народные игры — многие из них, например «Ручеёк», безопасны и весёлые.

29 июня — День поиска новых друзей (неофициально). Напомните подросткам: заводить новых друзей — здорово, но осторожность в общении с незнакомыми людьми никогда не помешает.



Каждая дата — это повод ещё раз поговорить о безопасности. Не лекцией, а в игре, в разговоре, в совместном действии. Чем чаще и естественнее вы говорите о правилах, тем лучше они усваиваются. Безопасность — это привычка. И лето — лучшее время её выработать.

Наши новости

Рубрика: «Хроники добрых дел: вместе к безопасному лету»

Июнь стал для замещающих семей Заларинского муниципального округа месяцем ярких событий, полезных знаний и настоящего семейного тепла.

Три значимых мероприятия — «Большие семейные выходные», XII региональный Форум приемных родителей и празднование Дня защиты детей — показали: когда мы вместе, мы сильнее, счастливее и безопаснее.

Делимся самыми тёплыми моментами!

Большие семейные выходные» — играем вместе!

В рамках всероссийской акции «Большие семейные выходные» специалисты ОГБУ СО «СРЦН Заларинского муниципального округа» организовали настольные игры для многодетной замещающей семьи из села Мойган.

Семья освоила новую для них игру «Найди пару». Родители активно включились в процесс: мама, участница районных шашечных турниров, показала детям стратегическое мышление, папа продемонстрировал вовлечённость и поддержку. За чашкой чая обсудили впечатления — дети с гордостью рассказывали о своих победах, родители отметили пользу игр для внимания и командного духа.



Простая настольная игра стала эффективным инструментом укрепления семьи. Она объединила, создала атмосферу доверия и подарила незабываемые воспоминания.

Форум приёмных родителей — знания без границ

Во Всемирный день семьи в рамках XII регионального Форума приёмных родителей Иркутской области состоялась онлайн-встреча замещающих семей Заларинского МО. Родители собрались в актовом зале Центра, те, кто не смог прийти, подключились дистанционно.

Главные темы: воспитание подростков и их безопасность. Специалисты делились опытом, родители активно обсуждали, задавали вопросы и обменивались мнениями. За экранами мониторов кипела жизнь — участники чувствовали поддержку и единство.



Даже дистанционный формат не помешал объединить родителей из разных уголков области. Главное — желание учиться, поддерживать друг друга и укреплять семьи.

День защиты детей — праздник безопасности и радости

В преддверии Международного дня защиты детей в посёлке прошли «Большие семейные выходные». Специалисты Центра организовали для замещающих семей насыщенную программу.

Фестиваль безопасности «Безопасность детей — наше общее дело!»

С представителями МВД, МЧС, медицины и ДСШ ребята повторили правила безопасного поведения, участвовали в играх, конкурсах и мастер-классах.

