

День защиты детей — заботимся о здоровье, безопасности и счастливом детстве

1 июня — Международный день защиты детей. Это не только праздник радости, улыбок и летних каникул, но и серьёзный повод напомнить обществу о правах ребёнка и о нашей ответственности за их здоровье и безопасность.

Почему это важно

Дети — самая уязвимая часть населения. Их физическое и психическое здоровье зависит от условий в семье, в учреждении образования и в общественной среде. Взрослые обязаны защищать детей от насилия, эксплуатации, пренебрежения, а также создавать условия

для безопасного и активного отдыха.

Ключевые направления деятельности

- Профилактика инфекционных и неинфекционных заболеваний: прививки, режим питания, гигиена рук, своевременные медосмотры.
- Безопасность во время отдыха: правила поведения у воды, на дорогах, при использовании транспорта и на детских площадках.
- Психологическая поддержка: внимание к эмоциональному состоянию, профилактика буллинга, доступ к консультациям психолога при необходимости.
- Противодействие вредным привычкам: информирование о вреде табака, алкоголя и вейпинга среди подростков.

Практические рекомендации для родителей

- Перед выходом на прогулку проверьте погодные условия, возьмите головной убор, воду и аптечку первой помощи.
- На воде: выбирайте официально оборудованные пляжи, не оставляйте детей без присмотра; используйте спасательные жилеты для маленьких.
- Дорожная безопасность: объясните ребёнку правила перехода проезжей части; используйте детские кресла и удерживающие устройства в автомобиле.
- Солнце и жара: солнцезащитный крем, одежда из лёгких материалов, регулярные перерывы в тени.
- Эмоциональное здоровье: говорите с ребёнком, интересуйтесь его переживаниями, не игнорируйте сигналы тревоги.

Рекомендации для школ и организаторов мероприятий

- Планируйте активности заранее, согласовывайте маршруты и места отдыха, готовьте запасные варианты при плохой погоде.

- Обеспечьте присутствие взрослых, медицины и средств связи; проверяйте состояние оборудования и площадок.
- Проводите инструктаж по безопасности до начала мероприятий; составьте список контактных телефонов родителей.

- Организуйте спортивные занятия, квесты по безопасности, мастер-классы по первой помощи и правильному питанию.

День защиты детей — напоминание о том, что внимание и забота взрослых формируют безопасное и счастливое детство.



Вкладывая в здоровье и безопасность детей сегодня, мы инвестируем в сильное будущее общества.

Чек-лист для родителей

Перед выходом:

- Погода и прогноз — проверены.
- Аптечка — в сумке.
- Запас воды и лёгкие закуски.
- Головной убор и солнцезащитный крем.
- Телефон и контакты экстренных служб.
- Инструктаж ребёнка: где можно играть, как вести себя у дороги и у воды.

На воде:

- Выбирайте официальные пляжи.
- Не оставляйте детей без присмотра.
- Маленькие дети — в спасательных жилетах.
- Не купайтесь после приёма пищи в течение 30–40 минут (ограничение для маленьких детей).

В дороге:

- Ребёнок в детском кресле/на защитном устройстве.
- Пешеход: переходите по переходам, используйте светоотражающие элементы в сумерках.

Эмоционально:

- Говорите с ребёнком о его чувствах.
- Следите за признаками усталости и стресса.
- При необходимости обратитесь к школьному психологу.

Статью подготовил:

Помощник врача-гигиениста

В.В.Хмелевская