

## Ваш путеводитель к безопасности и веселью!

Здравствуйтесь, ребята! Осенние каникулы — это отличное время для приключений и отдыха! Чтобы ваши каникулы прошли беззаботно и радостно, мы подготовили для вас несколько рекомендаций. Давайте сделаем эти дни яркими и безопасными!

### 1. Будь осторожен на улице!

- ✓ *Светофор — твой друг!* Всегда переходи дорогу на зеленый свет и смотри по сторонам.
- ✓ *Играй в безопасных местах.* Держись подальше от проезжей части и выбирай парки или дворы для игр.
- ✓ *Не общайся с незнакомыми.* Если кто-то попросит тебя о чем-то, лучше держись на расстоянии и расскажи об этом взрослым.

### 2. Общайся с друзьями правильно

- ✓ *Вежливость — это важно!* Улыбайся, говори «спасибо» и «пожалуйста». Это делает общение приятнее для всех.
- ✓ *Слушай и уважай мнения других.* Каждый имеет право на свое мнение, и важно уметь его слышать.
- ✓ *Решай конфликты мирно.* Если возникли разногласия, постарайтесь обсудить их и найти компромисс.

### 3. Здоровый образ жизни — залог счастья!

- ✓ *Двигайся и играй!* Занимайся спортом, гуляй на свежем воздухе, катайся на велосипеде или играй с друзьями.
- ✓ *Питайся правильно.* Ешь больше фруктов и овощей, пей воду, избегай слишком много сладостей.
- ✓ *Соблюдай режим.* Ложись спать вовремя, чтобы быть полным сил для новых приключений.

### 4. Время с семьей — это важно!

- ✓ *Проводите время вместе!* Устраивайте семейные вечера, готовьте вместе или просто гуляйте.

- ✓ *Помогай дома.* Участвуй в домашних делах — это не только полезно, но и весело!
- ✓ *Делитесь впечатлениями.* Рассказывайте родным о своих днях, делитесь тем, что вам интересно.

□ 5. Будь безопасен в интернете

- ✓ *Осторожно с незнакомцами!* Не общайся с людьми, которых ты не знаешь, не делись личной информацией.
- ✓ *Выбирай качественный контент.* Смотри только то, что подходит тебе по возрасту.
- ✓ *Обсуждай с родителями.* Если увидел что-то странное или неприятное, не стесняйся рассказать об этом взрослым.

Осенние каникулы — это время для радости, открытий и новых впечатлений! Следуя этим простым правилам, ты сможешь сделать свои каникулы безопасными и незабываемыми. Счастливых каникул! □ ✦ ✧