



Знание правил безопасного поведения спасет Вас от травматизма!

Овладейте навыками оказания **первой доврачебной помощи пострадавшему.**



Помните и соблюдайте **Правила дорожного движения.**

Используйте **защитные средства**, в том числе, велосипедный шлем, мотошлем, наколенники и другие при езде на велосипеде, мопеде, мотоцикле, мотороллере, скейтборде, роликах и других средствах передвижения.



Соблюдайте **технику безопасности** при эксплуатации электро- и газовых приборов, легковоспламеняющихся жидкостей и веществ.



Соблюдайте **правила безопасного поведения** в местах с высоким риском падений (открытые окна, балконы, тонкий неокрепший лед, строящиеся мосты, высотные здания).



Проверяйте перед употреблением **срок годности** продуктов питания, лекарственных средств.



Будьте осторожны при использовании **лекарств, средств бытовой химии.**



Соблюдайте правила безопасного поведения на воде: купайтесь только в **разрешенных местах**, где есть спасательные средства (жилет, круг).



Никогда не подвергай себя опасности!



Қазақстан Республикасының Денсаулық сақтау және әлеуметтік даму министрлігі
Салауатты өмір салтын қалыптастыру проблемалары ұлттық орталығы
Травматология және ортопедия ғылыми-зерттеу институты

Қауіпсіздік ережелерін білу, жарақаттанудан сақтайды!

Зардап шеккен адамға алғашқы дәрігералды көмек көрсету дағдыларын меңгеріңіз.



Жол қозғалысы ережесін есіңізде сақтаңыз және ұстаныңыз.

Велосипед, мопед, мотоцикл, мотороллер, скейтборд, ролик және басқа қозғалыс құралдарымен жүргенде қорғаныс заттарын, соның ішінде велосипед пен мотоцикл **дулығын, тізеқап және т.б.** қолданыңыз.



Электр және газ құралдарын, тез жанатын сұйықтықтар мен заттектерді пайдаланғанда **қауіпсіздік техникасын сақтаңыз.**



Құлап кету қаупі жоғары орындарда (ашық терезе, балкон, жұқа қатпаған мұз, салынып жатқан көпір, биік ғимараттарда) **қауіпсіздік ережелерін сақтаңыз.**



Азық-түліктерді, дәрі-дәрмектерді тұтынар алдында **пайдалану мерзімін тексеріңіз.**



Дәрі-дәрмектерді, тұрмыстық химия құралдарын қолданғанда сақ болыңыз.



Суда қауіпсіздік ережесін сақтаңыз: құтқару құралдары (жилет, құтқару шеңбері) бар, **рұқсат етілген жерде ғана шомылыңыз.**



Қауіп-қатерге бас тікпе!

Тегін таратылады

<http://www.hls.kz/>

Салауатты өмір салтын ұстан!