|  |
| --- |
| * **Более надёжное средство обеззараживания воды – «вымораживание». Поставь кастрюльку с водой в морозильную камеру холодильника, через некоторое время, когда вода начнёт замерзать, сними верхнюю корочку льда. Когда же вода наполовину замерзнет, слей оставшуюся жидкость. Лёд растает, и у тебя появится не только чистая, но и полезная вода;** |
| * **Перед едой мой руки с мылом тёплой водой;** |
| * **Не собирай грибы, ягоды, овощи, фрукты, лечебные травы вблизи свалок, заводов, автомагистралей;** |
| * **Не ешь продукты, у которых истёк срок хранения;** |
| * **Разводи комнатные растения, которые очищают воздух; деревья, кустарники и цветы очищают воздух;** |
| * **Не занимайся физкультурой и спортом вблизи автомобилей – во время пробежки ты будешь вдыхать большое количество вредных газов;** |
| * **Очищай воду в домашних условиях с помощью специальных бытовых фильтров. Если в доме их нет, отстаивай воду в открытой ёмкости в течении суток, полезно положить на дно серебряную ложку или монету;** |
| * **Перед едой мой фрукты и овощи в тёплой кипячёной воде;** |
| * **Нельзя купаться возле промышленных стоков;** |
| * **Не оставайся в закрытом помещении (гараже) во время работы двигателя автомашины – ты можешь потерять сознание, а при сильном отравлении вредными газами даже умереть;** |
| * **Попроси взрослых не курить в квартире;** |
| * **Пей только кипячёную воду.** |