

## Как использовать гаджеты безопасно

- 1** Не носить устройства мобильной связи на шее, поясе, в карманах одежды, чтобы снизить негативное влияние электромагнитных волн на здоровье.
- 2** Максимально сократить время контакта с устройствами мобильной связи.
- 3** Отдалять устройства мобильной связи на максимальное расстояние от головы в момент соединения и разговора. Например, применять громкую связь или гарнитуру.
- 4** Максимально ограничить звонки в условиях неустойчивого приема сигнала сотовой связи, например, в автобусе, метро, поезде, автомобиле.
- 5** Перед сном размещать устройство мобильной связи на расстоянии более 2 метров от головы.

## ИСПОЛЬЗУЙ ГАДЖЕТ ПРАВИЛЬНО!

### МОЖНО

- 1 Приносить устройство в школу, если оно в беззвучном режиме и без вибрации.
- 2 Использовать устройство по прямому назначению – чтобы связаться с родителями.
- 3 Использовать гаджет на уроке, когда об этом просит учитель.
- 4 Вызывать экстренные службы, если об этом попросил учитель или другой работник школы

### НЕЛЬЗЯ

- 1 Использовать устройство со звуком. Слушать музыку или смотреть видео без указания учителя.  
Мелодии, вибрации отвлекают учеников от занятий и мешают учителям. Включай звук на устройстве, только когда об этом просит учитель.
- 2 Играть в игры, просматривать соцсети даже на перемене.  
Перемена нужна, чтобы организм отдохнул от урока. Лучше обсуди с ребятами новый фильм или книгу. Пройдись по рекреации, прогуляйся вокруг школы – разомни мышцы.
- 3 Не снимай видео и не фотографируй людей без их согласия.  
Так ты нарушишь законодательство о персональных данных. Запечатлеть человека на фото и видео, выложить его в соцсети можно, только если он на это согласен.
- 4 Не приноси дорогие устройства в школу.  
Это может спровоцировать кражу. Даже если тебя решат разыграть и просто спрячут телефон, представь, как неприятно будет осознать, что он пропал и об этом надо рассказать родителям

## ИСПОЛЬЗУЙ ГАДЖЕТ БЕЗОПАСНО!

1. Не носи его на шее, поясе, в карманах одежды, чтобы снизить негативное влияние электромагнитных волн на здоровье.
2. Максимально сократи время контакта с гаджетом.
3. Отдаляй гаджет на максимальное расстояние от головы в момент соединения и разговора. Например, применяй громкую связь или гарнитуру.
4. Максимально ограничь звонки в условиях неустойчивого приема сигнала сотовой связи, например, в автобусе, метро, поезде, автомобиле.
5. Перед сном размещай гаджет на расстоянии более 2 метров от головы.