**«Лайки»? Или ЗДОРОВЬЕ и ЖИЗНЬ?**

Сегодня селфи популярно среди населения практически всех возрастов, но больше всего – среди подростков. В погоне за «лайками» многие стремятся сделать привлекающие и захватывающие у пользователей социальных сетей дух кадры, зачастую не думая о собственной безопасности. Стоят ли здоровье и жизнь всеобщего одобрения в виде «сердечек» и «классов»?

Травмоопасные случаи создания селфи – неоправданный риск. Ведь когда человек пытается сфотографировать сам себя, у него рассеяно внимание, теряется равновесие, он не смотрит по сторонам и не чувствует опасности. Селфи на крышах зданий, на фоне приближающегося поезда, , на подоконнике у открытого окна или перилах балкона … Сегодня **«**близким другом**»** многих является интернет с его модными тенденциями. И **«**расплата**»** за такую дружбу может быть высока.

Изучите следующие правила, усвойте их и научитесь делать безопасные селфи!

- убедитесь, что ваше положение в пространстве устойчиво и вы находитесь на твердой поверхности, сохраняете равновесие, защищены от возможности упасть, опираетесь на объекты и конструкции, которые надежно закреплены;

- остановитесь, не занимайтесь другими делами. Параллельно с фотографированием нельзя заниматься экстремальными видами спорта или выполнять опасные виды работ;

- не держите в руках объекты, представляющие опасность: острые предметы, работающие электроприборы и строительные инструменты, источники открытого огня;

- крайне опасно лезть на крыши, опасные строения, обрывы, холмы без специального снаряжения и профессиональной подготовки! Если такое занятие – не ваша работа, которой вы обучены, то вы идете на огромные риски;

- не делайте селфи на проезжей части и на железной дороге! Эти зоны не просто так называются местами повышенной опасности. Пока вы делаете селфи, ваше внимание фиксируется как раз на этом процессе. И вы можете не заметить транспорт, который приближается на огромной скорости.

ПОМНИТЕ! В социальных сетях существует множество фотоконкурсов селфи, где требуется не смертельный риск, а веселый, жизнерадостный эмоциональный настрой. И ваши селфи будут лучшими, если они будут безопасными. И, сберагая здоровье и жизнь, вы сможете набирать тысячи «лайков»!