

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Безопасность жизни детей на водоемах
во многих случаях зависит
ТОЛЬКО ОТ ВАС!

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой:

- провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.



Категорически запрещено купание:

- детей без надзора взрослых;
- в незнакомых местах;
- на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых).



Необходимо соблюдать следующие правила:

- Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов или разных предметов.
- Продолжительность купания
 - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.
- При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.



Лето — чудесное время года. Можно ходить в лес, устраивать пикники на природе, поехать отдохнуть на дачу. От летней жары особенно приятно прятаться в тени деревьев на берегу речки или под зонтиком на морском пляже.

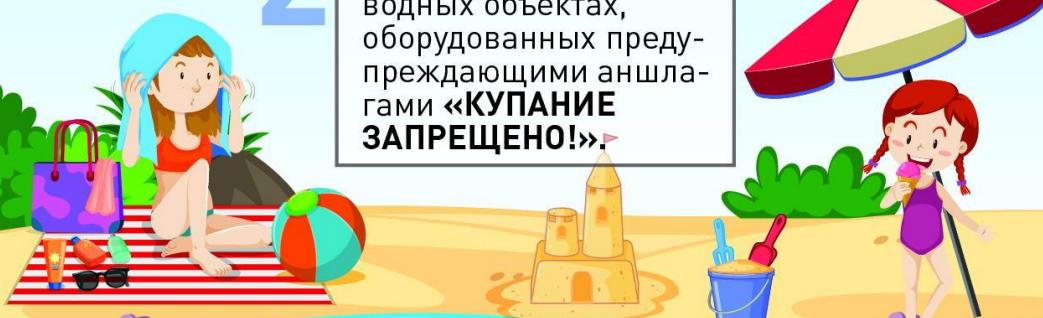
1

Не оставляйте детей без присмотра! Во время купания ребенок должен находиться исключительно в пределах вашей видимости. Вы также должны хорошо его слышать, периодически окликайте его!

Долгожданный отдых может закончиться совсем не так, как нам хочется. Чтобы избежать трагедии, мы хотим напомнить **ПРОСТИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ВОЗЛЕ ВОДЫ:**

2

Категорически запрещается купание на водных объектах, оборудованных предупреждающими аншлагами «**КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!**».



3

Не рассчитывайте на надувные нарукавники, круги, матрасы — это предметы для игр в воде под присмотром взрослых, но не для спасения!

4

Не оставляйте более старшего ребёнка присматривать за младшим! Старший тоже может отвлечься, младший может его не слушаться, они вместе могут придумать что-то небезопасное и так далее.

5

Не пейте алкоголь, когда отдыхаете с детьми на воде. Алкоголь ухудшает чувство равновесия, координацию движений и самоконтроль!

6

Запрещено играть в опасные игры!

7

Следите, чтобы дети не переохлаждались и не перегревались!

8

И, конечно, учите ребёнка плавать, рассказывайте детям постарше про опасность воды (про сильное течение, водовороты, глубину, баловство и соревнования) и обсуждайте, как бороться с паникой!

