



## ПАМЯТКА

### Для детей и родителей «БЕЗОПАСНОЕ КУПАНИЕ»

Наступает лето. Летний период несет в себе не только радость каникул, возможность загорать и купаться, но и высокие риски для детей. Обеспечить безопасность детей летом в первую очередь задача родителей. Купание ребенка в открытом водоёме считается опасным. Но это вовсе не значит, что нужно лишать малыша такого удовольствия. Риск прямо связан со здравомыслием взрослых.

#### ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ В ОТКРЫТЫХ ВОДОЁМАХ

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ** купаться в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждающими и запрещающими знаками и надписями

- Купаться следует только в специально оборудованных местах, где есть спасатель и медицинский пункт.
- Нельзя заниматься плаванием сразу после еды.
- Не купайтесь в воде, температура которой ниже плюс 18 градусов, а также находиться в воде рекомендуется не более 20 минут.
- Для плавания используйте лишь круги и жилеты, предназначенные для применения в открытых водоемах, у них должны быть толще стенки и, желательно, несколько автономных камер, чтобы ребенок не утонул при проколе одной из них.
- Следите за играми детей даже на мелководье.
- Не оставляйте малышей одних возле воды. Всегда будьте возле малыша. Всегда будьте возле ребенка, который в воде. Не отводите от него взгляда. Дошкольник может за секунду уйти под воду и захлебнуться.
- Старайтесь не брать дошкольников кататься на лодках, водных велосипедах и других плавательных средствах, это может быть опасно. Но даже если и берете малыша, всегда надевайте на него ещё на берегу спасательный жилет.
- Не разрешайте детям заплывать далеко от берега и нырять на мелких местах или там, где незнакомое дно.
- Не разрешайте детям и не устраивайте сами во время купания шумные игры на воде – это опасно! Не допускайте грубых игр на воде: нельзя подныривать под плывущего человека, «топить» его. Нельзя подавать ложные сигналы о помощи.
- Если у ребёнка появился озноб, ему необходимо сразу выйти из воды и согреться.
- Нельзя прыгать или бросаться в воду после длительного пребывания на солнце/пёке или после большой физической нагрузки. В воду надо входить постепенно.

Самое главное – большинство несчастных случаев случается именно в тот момент, когда взрослые на «секунду» отвлеклись.

**ПОМНИТЕ**, что жизнь и безопасность детей зависит, прежде всего, от нас, взрослых.

При возникновении чрезвычайных ситуаций, следует **НЕМЕДЛЕННО** обратиться на спасательные посты, расположенные на пляже, либо по телефону 101, с сотового тел. 112.