

## Уважаемые родители!

Информируем вас о необходимости усиления родительского контроля по обеспечению безопасности детей в летний период. Обратите особое внимание на недопустимость нахождения детей без вашего сопровождения на водоемах!

Вода – опасная для людей стихия. Даже спокойная водная гладь, несмотря на кажущуюся безопасность, таит в себе угрозы. Неприятности обычно случаются не с теми детьми, которые не умеют плавать, поскольку они обычно не заходят в воду глубже, чем по пояс, а с теми, кто считают себя отличными пловцами. Ребёнок всегда должен купаться под присмотром взрослых и только в отведенных для купания местах. Многие несчастные случаи происходят именно из-за купания в запрещённых местах.

Чтобы избежать гибели детей на водоемах в летний период убедительно просим вас, уважаемые родители: не допускайте самостоятельного посещения детьми водоемов!

Разъясните детям правила поведения на природных и искусственных водоемах, последствия их нарушения.

Прежде, чем взять ребенка на водоем, необходимо тщательно изучить с ним все основные правила безопасности на воде.

1. Детям категорически запрещено купаться без присмотра взрослых. Родителям нельзя отвлекаться, когда ребенок находится в воде!

2. Родители! Не разрешайте вашим детям плавать на каких-либо подручных средствах, например, на надувных игрушках, надувных матрацах. Помните, что они могут лопнуть и ваш испуганный ребенок окажется в воде.

3. Не разрешайте детям нырять в незнакомых местах и не делайте этого сами. Под водой могут быть камни или деревья и тогда такой отдых закончится, в лучшем случае, травмой.

4. Мама и папа! Следите, во что играют ваши дети, когда находятся в воде. Расскажите им, что в воде нельзя, даже играючи, топить своих друзей или прятаться под водой.

Родители, помните: вместе с ребёнком в воде обязательно должен находиться взрослый.

Не разрешается купаться натошак и раньше чем через 1 – 1,5 часа после еды. В воде дети должны находиться в движении и при появлении озноба немедленно выйти из воды. Нельзя разгорячённым окунаться в прохладную воду.

Учиться плавать дети могут только под контролем взрослых.

## Дорогие ребята!

Вода – опасная для людей стихия. Даже спокойная водная гладь, несмотря на кажущуюся безопасность, таит в себе угрозы.

Помните, опасно:

- \*находиться у водоема без сопровождения родителей;
- \*купаться в незнакомых местах, специально не оборудованных для этой цели, имеющих знак «купаться запрещено»;
- \*нырять и долго находиться под водой;
- \*прыгать в воду в незнакомых местах, с причалов и др. сооружений, не приспособленных для этих целей.

Если вы оказались свидетелем несчастного случая на водных объектах, то не теряйтесь, не убегайте домой, а громко зовите на помощь. Взрослые услышат и помогут выручить из беды. А также незамедлительно позвоните спасателям по телефону 101 или 112.



### ГРАЖДАНЕ

Будьте благодарными и осторожными по отношению к природе!  
Не подвергайте свою жизнь опасности!



## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ЛЮДЕЙ НА ВОДОЕМАХ

### РЕКОМЕНДУЕТСЯ:

- 1 Купаться в специально оборудованных плавках, оснащенных спасательными средствами
- 2 Находиться в воде не более 20 минут
- 3 Купаться утром с 6 до 10 или вечером с 17 до 19 (нет опасности перегрева)
- 4 Купаться при температуре воды не ниже 17°C

### ЗАПРЕЩЕНО:

- 1 Оставлять детей без присмотра
- 2 Заплывать далеко от берега на надувных средствах (матрацах, кругах, жилетах)
- 3 Входить в воду после употребления алкоголя или в состоянии измененного сознания
- 4 нырять без предварительного смачивания всего тела водой и в незнакомых, мелких местах
- 5 нырять с мостов, причалов, пристаней
- 6 Заплывать далеко от берега без предварительной разминки всех мышц тела, а также через небольшой промежуток времени после приема пищи (менее двух часов)
- 7 Заплывать за буйки
- 8 Купаться в одиночку в вечернее и ночное время суток
- 9 Подплывать к близко идущим судам, катерам или лодкам и нырять под них

### КАК ДЕЙСТВОВАТЬ в ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ НА ВОДЕ;

#### Почувствовали, что свело руку или ногу (судороги)

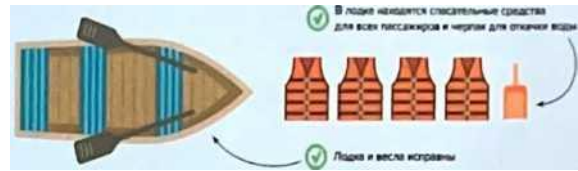
- Не впадайте в панику
- Старайтесь удержаться на поверхности воды, дышать на спине
- Энергично разминайте

#### Занутились и выдохся

- Не делайте резких движений и рыскало
- Лягте на спину и спокойными движениями выдыхайте в ту сторону, откуда пришли
- Если это не поможет, подтяните ноги к животу и осторожно освободитесь

## Меры безопасности при пользовании лодками

0 Необходимо убедиться, что



0 Нельзя Д Не рекомендуется

