



## Уважаемые родители!

*Безопасность жизни детей на водоёмах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС! В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоёмах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой: провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоёмах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра!*

### Помните:

- Лучшее время для принятия водных процедур с 9 -11 часов утра и 17-19 вечера.
- Не стоит купаться, если вы только что приняли пищу, должен пройти час.
- После длительного нахождения на жаре в воду заходить надо медленно
- Продолжительность нахождения в воде зависит от возраста ребенка, но она должна быть гораздо меньше, чем для взрослых 15-20 минут.
- Если ребёнок не умеет плавать, не следует заходить в воду выше пояса и без сопровождения взрослого.
- Если на берегу водоёма вы обнаружили табличку, что купание в этом месте запрещено, то не стоит рисковать своим здоровьем, лучше отправиться на другой пляж.
- Если в воде у вас ногу свела судорога, то необходимо позвать на помощь.

### Запрещается:

- Оставлять детей без присмотра;
- Купаться в незнакомых местах;
- Купаться на надувных матрацах, кругах, надувных игрушках (они небезопасны);
- Нырять при недостаточной глубине водоёма, при необследованном дне (особенно головой вниз), при нахождении вблизи других пловцов;
- Купаться во время грозы;
- Отплывать от берега, если на море разыгрались волны.
- Заплывать за буйки;
- Купаться в местах передвижения судов, катеров и лодок;
- Кричать в шутку «Помогите! Спасите»!
- Хватать друг друга за руки и ноги. Устраивать опасные игры в воде.

**Телефон экстренных служб: 112**

**Скорая помощь: 103**



ЭКСПЕРТНО-  
КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ  
СОВЕТ  
РОДИТЕЛЬСКОЙ  
ОБЩЕСТВЕННОСТИ