

# ПАМЯТКА для родителей о мерах безопасности во время нахождения детей на водоёмах

## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

**1.** Не оставляйте детей без присмотра вблизи водоёмов – это опасно!

**2.** Никогда не купайтесь в незнакомых местах!

**3.** Не купайтесь в загрязнённых водоёмах!

**4.** Не купайтесь в водоёмах, в которых есть ямы и бьют ключи!

**5.** Не разрешайте детям и не устраивайте сами во время купания шумные игры на воде – это опасно!

**6.** Если во время отдыха или купания Вы увидели, что человек тонет или ему требуется Ваша помощь, помогите ему, используя спасательный круг!

**7.** Находясь на солнце, применяйте меры предосторожности от перегрева и теплового удара!



## Меры безопасности при купании

**1.** Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но еще нет опасности перегрева

**2.** Температура воды должна быть не ниже 17-19 градусов, находиться в воде рекомендуется не более 20 минут.

**3.** Не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, т.к. при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что привлечет остановку сердца

**4.** В ходе купания не заплывайте далеко.

**5.** В водоемах с водорослями надо плыть у поверхности воды.

6. Опасно плавать на надувных матрацах, игрушках или автомобильных шинах, т.к. ветром или течением их может отнести от берега, из них может выйти воздух, и человек, не умеющий плавать, может пострадать.



7. Не разрешайте нырять с мостов, причалов.

8. Нельзя подплывать к лодкам, катерами судам.

9. Следует помнить, что ограничительные знаки на воде указывают на конец акватории с проверенным дном. Пренебрежение этими правилами может привести к получению травмы или гибели.

## **Меры безопасности детей на воде**

- Купаться только в специально отведенных местах
- Не заплывать за знаки ограждения мест купания
- Не допускать нарушения мер безопасности на воде
- Не плавать на надувных матрацах, камерах
- Не купаться в воде, температура которой ниже плюс 18 градусов

## **Оказание помощи утопающему**

Последовательность действий при спасении тонущего:

- Войти в воду
- Подплыть к тонущему
- При необходимости освободиться от захвата
- Транспортировать пострадавшего к берегу, держа его голову над водой
  - Оказать доврачебную медицинскую помощь и отправить его в медпункт (больницу)

**Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.**

# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



Не стойте и не играйте  
в тех местах,  
откуда можно упасть в воду.



Нельзя заплывать за буйки,  
обозначающие границы плавания



Не нужно допускать  
шалостей на воде: подныривать  
под купающихся, хватать  
их за ноги, «топить»



Не заплывайте далеко  
от берега на надувном круге.



Нельзя подавать крики  
ложной тревоги.

