

## **Памятка для родителей: Безопасность детей на воде**

Лето — время отдыха у водоемов, но вода таит в себе серьезную опасность. Чтобы отдых не обернулся трагедией, родители должны помнить о правилах безопасности и строго контролировать поведение ребенка.

### **1. Главное правило — постоянный контроль**

\* Никогда не оставляйте ребенка одного у воды, даже если он умеет плавать. Дети часто переоценивают свои силы и могут попасть в беду за считанные секунды.

\* Маленькие дети (дошкольники) должны находиться в пределах прямой видимости и на расстоянии вытянутой руки. Надувные круги и нарукавники не являются гарантией безопасности.

### **2. Выбор места для купания**

\* Купаться следует только в специально оборудованных местах (пляжи, бассейны), где есть спасательные посты.

\* Избегайте «диких» пляжей, мест с неизвестным рельефом дна, сильным течением или водоворотами.

\* Перед тем как разрешить ребенку войти в воду, сами проверьте дно на наличие коряг, стекла, острых камней и убедитесь в достаточной глубине.

### **3. Правила поведения во время купания**

\* Не позволяйте детям нырять в незнакомых местах. Это может привести к тяжелым травмам головы и шеи.

\* Объясните ребенку, что игры на воде, связанные с захватом друг друга под водой, перетягиванием и удержанием под водой, очень опасны.

\* После еды должно пройти не менее 1–1,5 часов перед купанием.

\* При первых признаках переохлаждения («гусиная кожа», озноб, посинение губ) немедленно выведите ребенка из воды.

### **4. Использование спасательных средств**

\* Для детей, которые плохо плавают или совсем не умеют, обязательно использование спасательного жилета, соответствующего весу и размеру ребенка.

\* Наручники, круги и матрасы — это лишь игрушки. Они могут сдуться или соскользнуть в самый неподходящий момент.

### **5. Что делать в экстренной ситуации?**

Если вы видите тонущего человека:

1. Немедленно зовите на помощь спасателей и других людей.

2. Не рискуйте собственной жизнью. Если вы не являетесь профессиональным спасателем, не бросайтесь в воду без подручных средств.

3. Бросьте тонущему любой предмет, который поможет ему держаться на воде (доску, пустую пластиковую бутылку, веревку).

4. Если вы вытащили ребенка из воды и он не дышит, немедленно вызовите скорую помощь (103 или 112) и до приезда медиков начните оказывать первую помощь (очистить рот от песка и ила, приступить к сердечно-легочной реанимации).

**Помните: безопасность вашего ребенка зависит прежде всего от вас.  
Будьте бдительны!**