

Лето — самое короткое и долгожданное время года для детей и их родителей. Пока есть возможность, хочется успеть всё: вволю погулять, искупаться, покататься на велосипеде, и заняться другими увлекательными делами, на которые зимой никогда не хватает времени. А чтобы каникулы не омрачились травмами и болезнями — достаточно соблюдать правила безопасности летом для детей: и взрослым, и, конечно, самим детям.

Уважаемые родители, не забывайте, что вашим детям нужна помощь и внимание, особенно летом



Вспомним базовые правила обеспечения безопасности детей на воде.

Уважаемые родители! Безопасность жизни детей на водных объектах во многих случаях зависит только от ВАС!

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водных объектах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра. Самый безопасный детский отдых на воде — под присмотром взрослых. Но сопровождать ребёнка повсюду не всегда получается, особенно если он уже не малыш, поэтому обязательно расскажите сыну или дочери о безопасном поведении на пруду или другом водоёме.



Областное государственное бюджетное учреждение социального обслуживания «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних Заларинского района»



Отделение сопровождения замещающих семей

**Здравствуй
лето красное,
лето безопасное!**



рп Залари

Основные правила

- Нельзя заплывать за буйки, а если таковых не имеется – плавать далеко от берегов.
- Запрещено купаться возле кораблей, лодок, катеров, пароходов и пр.
- Запрещено совершать прыжки в воду в местах, если это место незнакомо или глубина небольшая.
- Прыгать в воду можно только со специально оборудованных площадок.
- Нельзя после долгого и интенсивного теплового воздействия с разбега прыгать в холодную воду, поскольку это чревато остановкой сердца или потерей сознания. Для предотвращения таких последствий следует ополоснуться до купания.
- Запрещено купаться во время сильного волнения или в шторм.
- Нельзя купаться в водоёмах, на берегах которых находятся в большом количестве крупные камни или железобетонные плиты, со временем они обрастают мхом, и войти в воду или выходить из воды по ним бывает довольно сложно и небезопасно.



Соблюдение мер безопасности – это не трудность, а рациональная осторожность. Если кто-то их игнорирует, это не повод совершать такую же глупость. Будьте мудрыми и научите этой мудрости своих детей. Тогда от семейного отдыха у водоёмов вы будете получать только удовольствие, о последствиях не беспокоясь.

Профилактика несчастных случаев на воде: советы родителям

- Водные процедуры можно проводить не ранее полутора часов после приёма пищи.
- Не рекомендуется плавать в воде, если её температура ниже 16 градусов, поскольку это может закончиться потерей сознания и возникновением судорог.
- Если воздух прогрелся до 25 градусов, в то время как температура воды находится на уровне около 18 градусов, максимальное время нахождения в воде может быть не более 15 минут.
- Купаться можно только в специально отведённых для этого местах (обычно они огорожены буйками). Но если захотелось поплавать в водоёме, где таких мест нет, к выбору зоны для купания нужно подойти серьёзно – глубина не более 2 метров, ровное дно, а скорость течения не должна превышать более полуметра в секунду, водоём ни в коем случае не заболочен.

Взрослым необходимо тщательно проверить дно и постоянно контролировать процесс купания детей, которые должны находиться близко к берегу.



Знай, что самое жаркое время дня с 12:00 до 15:00. В это время лучше не гулять.



Выходя на улицу, надевай головной убор.

- Время нахождения в воде следует ограничивать в зависимости от температуры обеих стихий – воды и воздуха.
- Специальные надувные круги и матрацы не предназначены для плавания на далёкие расстояния от берега.
- Ни в коем случае нельзя играть в игры, когда требуется захватывать или удерживать соперника в воде — это опасно для жизни.



Пей больше минеральной воды. Знай, что газировка жажду не утоляет.



Не ешь много мороженого и не пей ледяные напитки, чтобы не заболеть.