Памятка для родителей: безопасность жизни детей на водоемах зависит от вас

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит

ТОЛЬКО ОТ ВАС!

 В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период ГИМС ГУ МЧС России по Московской области обращается 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.

**Категорически запрещено купание:**

 - детей без надзора взрослых;

 - в незнакомых местах;

 - на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых);

**Необходимо соблюдать следующие правила:**

 - прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.

 - постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).

 - не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.

 - продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.

 - при купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.

 - во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.

 - не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.