

## Памятка родителям о мерах безопасности детей на водоемах от МЧС

### Уважаемые родители!

- ❖ Не игнорируйте правила поведения на воде и не разрешайте делать это детям.
- ❖ Не купайтесь с ними в местах, где это запрещено.
- ❖ Старайтесь держать ребенка в поле своего зрения, когда он находится в воде.
- ❖ Не заплывайте за буйки, не прыгайте в воду со скал или в местах с неизвестной глубиной.
- ❖ Не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что может повлечь остановку сердца.
- ❖ Строго контролируйте нахождения ребенка в воде, чтобы избежать переохлаждения.
- ❖ Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но еще нет опасности перегрева.
- ❖ Для детей, которые плохо плавают, применяйте специальные средства безопасности, надувные нарукавники или жилеты.
- ❖ Объясните детям, что опасно плавать на надувных матрацах, игрушках или автомобильных шинах.
- ❖ Не разрешайте нырять с мостов, причалов.
- ❖ Нельзя подплывать к лодкам, катерам и судам.
- ❖ Если достаточно взрослые школьники самостоятельно идут купаться, то старайтесь чтобы они ходили в безопасные места, где есть пост спасателя и медсестра.
- ❖ Не проходите мимо случаев появления детей у воды без сопровождения взрослых.
- ❖ Обучите детей не только плаванию, но и правилам поведения в критических ситуациях, объясните опасность водоворотов, судорог, больших волн, сильных течений и т.д.
- ❖ Научите азам техники спасения утопающих, если вы не можете сделать это сами, то сходите к инструктору по плаванию.

### Оказание помощи утопающему

- ❖ Если на ваших глазах тонет человек, оглянитесь, нет ли поблизости спасательных средств (ими может быть все, что увеличит плавучесть человека и что вы в состоянии до него добросить).
- ❖ Если решили добираться до тонущего вплавь, учитывайте течение воды, ветер, препятствия и расстояние.
- ❖ Приблизившись к человеку, постарайтесь успокоить его. Если он может контролировать свои действия, то должен держаться за ваши плечи. В противном случае поднырните под тонущего, захватите (проще всего - за волосы) и буксируйте к берегу.
- ❖ Вытащив пострадавшего, осмотрите его, освободите верхние дыхательные пути от воды и инородных тел.
- ❖ В случае отсутствия дыхания и сердечной деятельности немедленно приступите к оказанию доврачебной медицинской помощи и отправьте пострадавшего в медпункт (больницу).