***КАК СОХРАНИТЬ ЖИЗНЬ ДЕТЕЙ?***

***Рекомендации для***  ***родителей:***

***Будьте бдительны! Обеспечьте постоянное наблюдение за детьми!***

***Летом***

* Учите детей плавать как можно раньше. Ни на мгновение не теряйте детей из виду, когда вы рядом с водой или в бассейне.
* Не позволяйте детям плавать в одиночку и на расстоянии далее вытянутой руки.
* Надевайте на ребенка индивидуальное спасательное средство на пляже, озере, в лодке, рядом с мелким водоемом или бассейном до тех пор, пока не убедитесь, что ребенок научился хорошо плавать. Держите его под постоянным контролем!
* Не разрешайте ребенку прыгать в воду, если глубина водоема меньше полутора метров, а также в отсутствии взрослого человека.
* Не подпускайте детей к прудам и другим водоемам во время грозы.
* Обучайте детей элементам само- и взаимопомощи для предупреждения утопления.

***Зимой***

* Существует риск утопления детей в зимнее время. Предупредите детей и других лиц об опасности ходьбы или катания по тонкому льду.
* Держитесь подальше от замерзших водоемов и озер, пока лед не будет признан безопасным для катания на коньках.
* Не разрешайте детям кататься на санках около воды.
* Следует знать: родники и водные резервуары должны иметь прочное ограждение.

***В ванной***

* Не оставляйте ни на мгновенье ребенка одного в ванной - ребенок может утонуть даже в малом количестве воды.

***В бассейне***

* Домашний бассейн должен быть обнесен оградой со всех сторон. Ограда должна быть не менее двух с половиной метров в высоту с замком на воротах. Ворота должны автоматически закрываться, а замок — автоматически защелкиваться, расстояние между планками ворот не должно превышать 12 см.

***Соблюдайте правила купания!***

* купание должно происходить  только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах;
* не купайтесь у крутых обрывистых берегов с сильным течением, в заболоченных и заросших растительностью местах;
* категорически запрещается купание в состоянии алкогольного опьянения;
* температура воды должна быть не ниже 19 градусов, находиться в ней  рекомендуется не более 20 мин., причем время пребывания в воде должно увеличиваться постепенно на 3-5 мин.;
* лучше купаться несколько раз по 15-20 минут, так как  при охлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания и потеря сознания;
* не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, приводящее к остановке сердца;
* не разрешается нырять с мостов, причалов, пристаней, подплывать к близко проходящим лодкам, катерам, судам;
* нельзя  отплывать далеко  от берега на надувных матрасах и кругах, если вы не умеете плавать;
* находясь на лодках, **опасно** пересаживаться, садиться на борта, перегружать лодку сверх установленной нормы, кататься возле шлюзов, плотин и  посреди фарватера реки;
* важно  знать, что ограничительные знаки на воде указывают на конец акватории с проверенным дном;

 ***Помните! Безопасность детей - забота взрослых!***