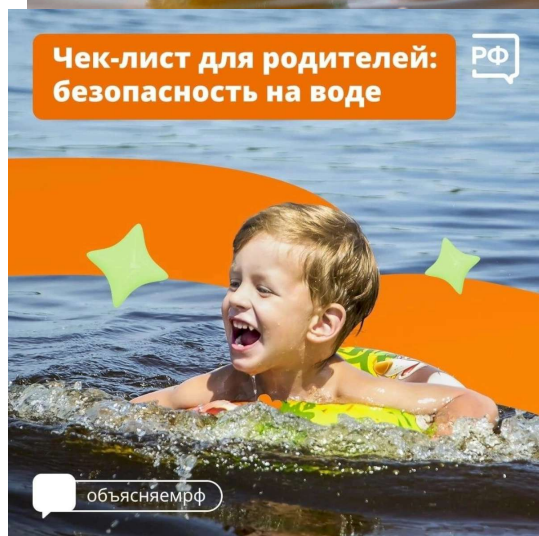




Собрались на отдых с детьми у водоема или в бассейне? Первым делом обсудите с ним правила безопасности при купании.

Позаботьтесь о жизни и здоровье вашего ребёнка! Донесите до него информацию, которую мы собрали вместе с МЧС.



## Купаться можно только со взрослыми!



**Нельзя заходить в море в шторм.** Следует опасаться больших волн, водоворотов и течений — не заплывайте далеко.

Сильное течение бывает и в реках. Если чувствуете, что вас уносит, не сопротивляйтесь — **плывите по течению и постепенно приближайтесь к берегу.**

Если вы **замёрзли, выходите из воды.** От переохлаждения у человека могут начаться судороги — и он не сможет плавать.



## Другие правила



**Нельзя нырять с мостов и причалов:** под водой могут оказаться камни.

**Нельзя подплывать к лодкам, катерам и судам:** вас может затянуть под них.

Нарукавники, круги и надувные матрасы **не гарантируют безопасность на воде.** Нельзя плавать с ними там, где ребёнок уже не достаёт ногами до дна.



## Где и когда купаться?



Купаться можно только на **оборудованном пляже:** там дежурят спасатели, а на дне нет острых камней и опасных предметов.

Лучше плавать до полудня или после обеда, ближе к вечеру, когда солнце уже печёт **не так сильно**, а вода достаточно прогрета.

