|  |
| --- |
| **В связи с жаркой погодой, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период обращаемся к Вам** |
| **УВАЖАЕМЫЕ ВЗРОСЛЫЕ!** 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 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. **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. •    Во избежание перегревания отдыхайте на берегу в головном уборе. •    Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде  C:\Users\User\Desktop\f977fba6d38e7bd6bcdd79371a594fc9cd.jpg |