

2024
ГОД СЕМЬИ



Безопасный отдых на воде:

чек-лист для всей семьи

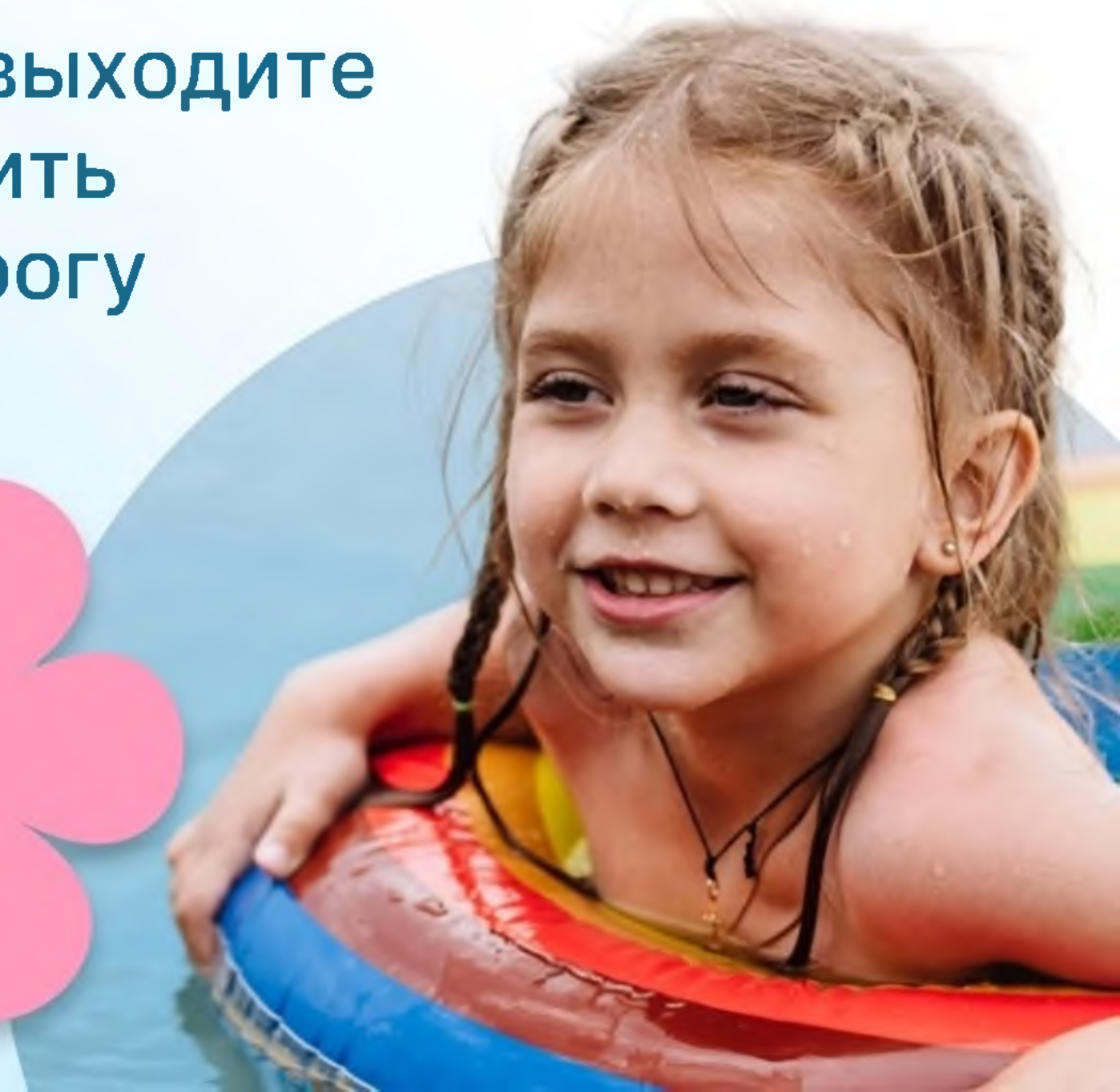
1. Всегда купайтесь вместе с детьми, чтобы они были под наблюдением

2. Не заходите в воду в грозу и шторм

3. Не подплывайте близко к течениям и водоворотам

4. Не заплывайте слишком далеко, чтобы всегда иметь возможность быстро выбраться на берег

5. Если замерзли, сразу выходите из воды, чтобы не получить переохлаждение и судорогу



6. Купайтесь только на специально оборудованных официальных пляжах, где дежурят спасатели

7. Помните, что самое безопасное время для купания — до полудня либо ближе к вечеру после обеда: вода уже прогрета, а солнце не печет

8. В жаркую погоду проследите, чтобы дети купались в кепках или панамах, чтобы точно не напечь голову и не получить солнечный удар

9. Не ныряйте с мостов и причалов, чтобы не удариться о подводные камни

10. Не разрешайте детям плавать с надувными игрушками и матрасами там, где ноги не достают до дна, — это небезопасно

