

## Опасность у воды

Что нужно знать родителям про безопасность детей на воде:

- Купаться надо часа через полтора после еды;
- Если температура воды менее +16 °С, то купаться вообще не рекомендуется, так как от холода могут начаться судороги или может произойти потеря сознания;
- При температуре воды от +17°С и температуре воздуха около 25 °С, в воде не следует находиться более 10-15 минут;
- После длительного пребывания на солнце входите в воду медленно. Резкое погружение может привести к остановке дыхания.
- Наблюдайте при купании за детьми - особенно, если на пляже много людей.
- Умейте отличить на берегу и в воде своих детей от чужих - на самом деле это не так быстро можно сделать, как кажется.
- купание детей должно проходить под присмотром взрослых, которые хорошо умеют плавать. Не оставляйте малышей одних возле воды, следите за играми детей даже на мелководье.
- купаться следует только в специально оборудованных местах;
- на природе за городом место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное дно, нет сильного течения.