

Вода и дети: 5 правил безопасности



Летом дети проводят много времени у воды, что может быть опасно. Большинство несчастных случаев происходит не во время долгого купания, а в те несколько минут, когда ребенок остался без присмотра.

О чем нужно помнить:

- не оставляйте ребенка у воды одного даже ненадолго: надувные круги и нарукавники не заменяют контроля взрослых;
- заранее объясните ребенку простые правила: не толкаться, не нырять в незнакомых местах, не заходить глубоко без взрослых;
- не разрешайте детям играть у кромки воды без присмотра, особенно на скользких и крутых берегах;
- дома и на участке контролируйте доступ к бассейнам, ваннам и большим емкостям с водой (закрывайте, ограждайте).

Не стоит забывать и о гигиене:

- купайтесь только в официально разрешенных местах;
- старайтесь, чтобы ребенок не заглатывал воду;
- после купания необходимо принять душ, промыть глаза и нос;
- при признаках инфекции, высокой температуре или плохом самочувствии купание отложите;
- не плавайте в непроверенных местах после сильного дождя или при запахе/изменении цвета воды.

БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ НА МОРЕ



На пляже и в бассейне

- Только под присмотром взрослых
- Не полагаться на надувной круг и матрас
- Не оставлять играть на берегу одних



На солнце

- Избегать периода с 11 до 16 часов
- Всегда использовать солнцезащитное средство
- Надевать головной убор, солнцезащитную одежду
- Находиться в тени



Защита от инфекций

- Мыть руки с мылом
- Не глотать воду во время купания
- Есть термически обработанные продукты
- Тщательно мыть фрукты и овощи



Защита от обезвоживания

- Всегда носить с собой бутылку питьевой воды
- Пить чуть больше, чем в холодное время года

Источник изображения: cgon.rospotrebnadzor.ru/