

# 8 СОВЕТОВ ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ

Лето уже почти наступило! Теплые дни и яркое солнце означают больше времени, проведенного на открытом воздухе и у воды\*. Важно, чтобы каждый, независимо от возраста, знал основные правила безопасности на воде. Утопление является основной причиной смерти детей в возрасте от 1 до 4 лет и второй по распространенности причиной смерти от непреднамеренных травм в возрасте от 5 до 14 лет. Ниже мы приводим несколько советов, которые помогут вам и вашей семье оставаться в безопасности!



Научите детей всегда спрашивать разрешения перед тем, как подойти к воде.



Следите за детьми возле воды и рядом с ней, даже если на территории есть спасатель, а также знайте признаки тонущего человека.



Никогда не плавайте в одиночку.



Следите за флагами, знаками или плакатами, предупреждающими о небезопасных для купания условиях. Научитесь распознавать распространенные типы опасности на воде.



Молодые или неопытные пловцы должны носить хорошо подогнанный спасательный жилет в воде и рядом с ней.



Находясь в лодке или во время плавания в любом открытом водоеме (речке, океане и т. д.), все должны надевать спасательный жилет независимо от возраста.



Научите детей не толкать друг друга в воде и не играть в игры, во время которых они задерживают дыхание под водой.



Убедитесь, что все члены вашей семьи владеют основными навыками плавания, например, умеют держаться на поверхности воды. Многие муниципалитеты, молодежные ассоциации и общественные центры предлагают бесплатные или очень дешевые уроки плавания.