**памятка**

**опасности на водоеме**

*Частыми причинами утопления детей являются:*

* **Внезапное погружение в холодную воду** и купание в холодной воде сразу после еды или длительного пребывания на солнце может привести к рефлекторной остановке дыхания;
* **Страх.** Ребенок может испугаться, отступившись и внезапно потеряв дно;
* **Прыжки в необследованных участках водоемов**: ребенок может застрять между корнями подводной коряги, ударится головой о дно, затонувшее дерево или металлические конструкции;
* **Халатность** – взрослые оставляют на берегу водоема детей, не умеющих плавать, полагаясь на надувные круги, жилеты, которые даже слабый ветер и течение может отнести на большие расстояния;
* **Водовороты**, образующиеся в местах сильного течения рек, над неровностями дна;
* **Водоросли** – могут обвить петлями руки, ноги, туловище. Особенно опасны водоросли для ныряльщиков;
* **Высокие волны** – могут унести ребенка далеко от берега, либо он может захлебнуться от сильного потока воды;
* **Задержка дыхания** во время ныряния вызывает уменьшение снабжение головного мозга кислородом, ребенок может потерять сознание и утонуть.

**Важно: *Родители! Не оставляйте детей без присмотра на водоеме, расскажите правила безопасности на воде Вашим детям.***

**Оградите ребенка от опасностей на берегу водоема:**

* Не разрешайте детям находиться на берегу водоема в солнечный день без головного убора;
* При долгом пребывании ребенка в мокрой одежде (плавки, купальник) может наступить переохлаждение;
* Солнечные лучи, особенно их ультрафиолетовая составляющая, могут послужить причиной ожогов, поэтому ребенок должен загорать под присмотром взрослых только в утренние часы и после 17 часов дня.

**Телефон службы спасения 01**

** Для сотовых 112**