

немного отдохнуть, восстановить дыхание.

11. Нельзя купаться в водоёмах с сильным течением.

12. Если Вы перегрелись на солнце, нельзя резко прыгать в холодную воду – это чревато шоком и потерей сознания. Предварительно следует ополоснуться водой.

Дополнительной мерой безопасности в период каникул послужат GPS-часы для ребёнка и/или приложение родительской заботы «Где мои дети». С этим комплектом вы будете знать, где конкретно находится ваш ребёнок, что происходит вокруг него, а также получите незамедлительный сигнал SOS от ребёнка в случае опасности! Некоторые детские смарт-часы имеют высокую степень водостойкости, а значит, могут обеспечить безопасность вашему ребёнку даже на водоёмах.

### **Наш адрес:**

Владимирская область,  
Селивановский район,  
п. Красная Горбатка,  
ул. 1-ая Заводская, д. 3-а  
Тел.: 8 (49 236) 2-27-95  
сайт:<http://selivcson.social33.ru>  
e-mail: seliv\_cso@uszn.avо.ru

### **Директор**

Кобякина Валентина Степановна

### **Заведующий отделением**

Пелёвина Екатерина Александровна

### **Специалисты по социальной работе:**

Назарова Елена Ивановна

Медина Виктория Константиновна

### **Логопед**

Маргарян Александра Сергеевна

### **Психолог в социальной сфере**

Чернова Татьяна Романовна

Часы работы Центра:

8-00 – 17-00

Обеденный перерыв:

12-00 – 13-00



Департамент социальной защиты населения Владимирской области  
ГБУСО ВО «Селивановский комплексный центр социального обслуживания населения»

**Отделение реабилитации детей с ограниченными возможностями**

## **«Правила поведения на воде в летний период»**



п. Красная Горбатка

Лето — любимое время года детей. Каникулы, длинные тёплые дни, купание, физическая активность — всё это благотворно влияет на организм. Чтобы этот счастливый период не закончился бедой, все должны знать правила безопасности на воде. Соблюдение этих несложных рекомендаций гарантирует отличный отдых и взрослым, и детям.



Вода несёт немалую опасность, и лучше предусмотреть все возможные варианты развития событий, не допуская беды. Достаточно соблюдать несложные правила, озаботившись

своей безопасностью, и риск пострадать будет сведён к минимуму:

1. Купание должно происходить только под контролем взрослых.

2. Если у Вас повышена температура и Вы неважно себя чувствуете, купание строго запрещается.

3. Лучше не заходить в воду сразу после плотного приема пищи. Необходимо подождать как минимум полтора часа.

4. Недопустимо заплывать за буйки или иные ограничительные знаки.

5. Купаясь в незнакомых местах, надо соблюдать внимательность и осторожность, ни в коем случае не нырять.

6. Дети зачастую не чувствуют опасности и затевают неприемлемые игры, стараясь в шутку утопить друг

друга. Такая забава может обернуться бедой.

7. Отправляясь на водоём, важно учитывать погодные условия. Плохая погода, гроза, дождь — не лучшее время для купания.

8. Если день жаркий и солнечный, надевайте светлый головной убор, иначе можете перегреться и лишиться сознания в воде.

9. Водоёмы, берега которых ограничены бетонными плитами или крупными камнями — опасное место для купания. Они обычно покрыты мхом или мелкими водорослями и очень скользкие. В сложной ситуации Вы не сможете выбраться на берег.

10. Не стоит заходить в воду сразу же после значительной физической нагрузки — бега, игры в футбол и так далее. Сначала надо