

1. Нельзя купаться сразу после еды, должно пройти не менее 1, 5 часа от приема пищи.
2. Если температура воды до +19 градусов, то находится ребенку в воде можно **не более 15 минут**
3. Если ребенок долго был на солнце, перед купанием ему необходимо побыть в тени, чтобы остыть и входить в воду медленно.
4. Смотрите внимательно на пляже за своими детьми, находитесь неподалеку от них. Помните, что помочь Вашим детям на воде сможете только Вы сами.
5. Купаться ребенок должен под присмотром взрослого, умеющего плавать. Наблюдайте внимательно за играми детей даже на мелководье.
6. Купаться необходимо только в специально оборудованных местах, где есть спасатели и медицинский работник, которые могут оказать помощь.