**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**Уважаемые родители (законные представители)!**

С началом летних каникул резко возрастает детский травматизм.

В области **за 2020 год** во время купания в природных водоемах утонули шесть несовершеннолетних. Причины гибели детей – отсутствие контроля со стороны взрослых.

По официальным данным **за 2021 год** на территории области:

- в результате пожаров погибли 4 ребенка;

- на дорогах области зарегистрировано 70 дорожно – транспортных происшествий с участием детей и подростков в возрасте до 16 лет, в которых 76 детей получили травмы различной степени тяжести, три ребенка погибли.

В связи с этим просим родителей (законных представителей) обучающихся обратить внимание на вышеуказанную информацию и усилить контроль за поведением и местонахождением несовершеннолетних детей, особенно в каникулярный период.

**Правила безопасного поведения на воде!**

С наступлением купального сезона учащается количество несчастных случаев на воде. Главное управление МЧС России по Саратовской области обращается к жителям с просьбой более ответственно относиться к проведению своего отдыха вблизи рек и водоемов. Не забывайте простых правил, нарушение которых может стоить жизни Вам и Вашим близким:

- не купайтесь и тем более не ныряйте в незнакомых местах и не заплывайте за буйки;

- не уплывайте на надувных матрасах далеко от берега;

- не купайтесь в нетрезвом виде;

- обязательно научите плавать своих детей и не оставляйте их без присмотра.

Советы по поведению человека на воде:

- если вы устали, то отдыхайте на воде, лежа на спине; для этого расправьте руги и ноги, лягте головой на воду и расслабьтесь;

- если вы замерзли, согревайтесь, по очереди напрягая руки и ноги; отдохнув, снова плывите к берегу;

- если вас подхватило течение реки – двигайтесь по диагонали к ближнему берегу;

- если у вас свело ногу, погрузитесь с головой в воду и, распрямив ногу, с силой, рукой потяните на себя ступню за большой палец.

**Также полезно знать правила первой помощи пострадавшим при утоплении и тепловом ударе.**

Утопление – заполнение дыхательных путей жидкостью или жидкими массами. Признаками утопления являются выделение пены изо рта, остановка дыхания и сердечной деятельности, посинение кожных покровов, расширение зрачков.

Первая помощь:

1). Очистить полость рта, уложив пострадавшего животом на бедро спасателя так, чтобы голова пострадавшего свисала к земле, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воды из желудка и легких.

2). После этого сразу приступить к проведению искусственного дыхания: через каждые 5-6 нажатий на область сердца вдувают воздух через рот или нос. Так делают до полного восстановления дыхания и сердцебиения.

После нормализации дыхания и сердечной деятельности пострадавшего следует согреть, укрыть и дождаться приезда медиков.

При длительном пребывании на солнце может возникнуть такое неотложное состояние как тепловой удар, чаще всего он может случиться у

детей, проявляется он вначале тошнотой, затем рвотой, головной болью, повышением температуры до 39-40 градусов, в тяжелых случаях сопровождается потерей сознания.

Пострадавшего срочно вынести в прохладное место, обеспечить доступ свежего воздуха, освободить от одежды, напоить холодной водой, наложить холодный компресс на голову. В более тяжелых случаях показано обертывание простыней, смоченной холодной водой, обливание прохладной водой, лед на голову и паховые области, можно дать понюхать вату, смоченную нашатырным спиртом. Оставаться рядом с пострадавшим до прибытия врачей.

Уважаемые сограждане! Будьте предельно внимательны, не дайте несчастным случаям омрачить Вашу жизнь!

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

**Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС!**

В целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой: провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.

**Категорически запрещено купание:**

* детей без надзора взрослых;
* в незнакомых местах;
* на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых);

**Необходимо соблюдать следующие правила:**

* Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
* Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
* Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.
* При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
* Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.

Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.