

ПРАВИЛА КУПАНИЯ

Морской воздух, купание – это хорошо. Многочасовое купание – плохо!

Купание – прекрасное закаливающее средство

Место для купания должно быть неглубоким, ровным, с медленным течением. Прежде чем дать ребёнку возможность самостоятельно войти в воду, необходимо убедиться в том, что в данном месте нет ям, глубокой тины, коряг, острых камней. В воде вместе с ребёнком обязательно должен находиться взрослый.

При купании необходимо соблюдать правила:

1. Не разрешается купаться натошак и раньше чем через 1-1,5 часа после еды

2. В воде дети должны находиться в движении

3. При появлении озноба немедленно выйти из воды

4. Нельзя разгорячённым окунаться в прохладную воду.



АПТЕЧКА

Что должно быть в домашней аптечке:

1. Жаропонижающие средства;
2. Антигистаминные препараты;
3. Перекись водорода в виде стандартного раствора малой концентрации используется в качестве кровоостанавливающего средства после нетяжелых травм - порезов, царапин;
4. Раствор бриллиантовой зелени, применяется для поверхностной обработки кожи или расчесов после укусов комаров;
5. Смекта пригодится при кишечных расстройствах;
6. Крем-бальзам «Спасатель»;
7. Медицинские бинты;
8. Вата;
9. Набор пластырей различного размера;
10. Ножницы

**Отправляясь на отдых,
не забудьте взять с собой
домашнюю аптечку и
медицинский страховой полис
ребенка**



памятка для родителей

БЕЗОПАСНОСТЬ ДЕТЕЙ ЛЕТОМ

