

# На пляж с ребенком

консультация  
для родителей



Собираясь на пляж с ребенком, запомните все перечисленные правила безопасности, чтобы Ваш отдых прошел спокойно и без лишних волнений!

### **На пляж с ребенком: ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ**

- пляж должен быть закрыт для вашей семьи в часы полуденного зноя, поэтому лучшее время для посещения пляжа – либо до 12 часов дня, либо после 17 часов вечера;
- выбирая место для купания, не рассматривайте варианты «диких» пляжей или речек в глубине леса – такие места не приспособлены для купания и таят в себе опасности даже для взрослых, не говоря уже о детях,
- всегда держите Вашего ребенка в поле своего зрения, ведь зачастую несчастные случаи происходят с детьми, находящимися буквально в двух шагах от родителей,
- не просите старшего ребенка присматривать за младшим, взывая к тому, что «он уже большой» - как показывает практика, старшие дети крайне редко могут хорошо справляться с обязанностями родителей,
- на случай, если Ваш малыш потеряется, Вы должны быть уверены, что сможете его найти – с этой целью повяжите ему на руку повязку с номером Вашего телефона и именем малыша,
- не употребляйте спиртные напитки на пляже, чтобы сохранять ясность ума на случай, если Вашего карапуза придется вызволять из беды,
- следите, чтобы голова ребенка всегда была покрыта во избежание солнечного удара. При необходимости, можно смочить головной убор прохладной водой,
- в воде малыш должен находиться не более 10 минут подряд во избежание переохлаждения,

Собираясь на пляж с ребенком, позаботьтесь о том, чтобы у Вас под рукой было все, что может понадобиться в непредвиденной ситуации.

### **На пляж с ребенком: ЧТО НУЖНО ВЗЯТЬ С СОБОЙ?**

- специальный детский крем для загара с наибольшим фактором защиты,
- для совсем маленького ребенка, которого опасно еще отпускать в речку или море, возьмите с собой детский надувной бассейн, чтобы набрать туда воды и посадить малыша плескаться. Лучше, если бассейн будет со специальным навесом, чтобы ребенок не перегрелся на солнце,
- несколько бутылок чистой питьевой воды для утоления жажды и мытья рук малыша, фруктов и овощей. Воду, предназначенную для питья, можно немного подкислить соком лимона – так она не только будет лучше утолять жажду, но и очистится от вредных микроорганизмов, которые не любят повышенную кислотность,
- крем или спрей от насекомых (комаров, клещей, слепней),



Лето – пора солнца, пляжей и бесконечного плескания в воде наших малышей! Но чтобы долгожданный отдых не омрачился досадными неприятностями или – того хуже – трагическими случайностями, нужно заранее побеспокоиться о правилах безопасности на пляже с ребенком. На что необходимо обратить внимание родителям, решившим отдохнуть на пляже с ребенком?

### **На пляж с ребенком: ПОДГОТОВКА**

Собираясь на пляж с ребенком, объясните малышу, какие правила безопасности он должен соблюдать, находясь у речки:

- не заходить в воду в одиночестве, без присмотра взрослых,
- не окунаться в воду с разбега, как только вы придете на пляж (во избежание резких перепадов температур),
- не брать еду у незнакомцев без Вашего разрешения, так как неизвестно, какого она происхождения и сколько времени провела под палящим солнцем,
- всегда находиться рядом с родителями, чтобы не потеряться в толпе, которая обычно бывает на пляже.



Собираясь на пляж с ребенком, позаботьтесь о том, чтобы у Вас под рукой было все, что может понадобиться в непредвиденной ситуации.

### **На пляж с ребенком: ЧТО НУЖНО ВЗЯТЬ С СОБОЙ?**

- плавательная амуниция для ребенка (надувной круг, нарукавники, плавательная шапочка и очки, а для самый маленьких – плавательные подгузники-трусики),
- игрушки и другие предметы для того, чтобы малышу не было скучно (наборы для игры с песком, надувной мяч для игр в воде),
- подстилки и полотенца, а также сухая сменная одежда для всех членов семьи,
- легкий перекус (яблоки, печенье, сухарики, пряники), чтобы не было необходимости покупать малышу еду в пляжных киосках, где часто не соблюдаются санитарные нормы.

