**Пляжный сезон: правила поведения**

 05.06.2024г

Лето – замечательная пора для отдыха детей и взрослых. С установлением теплой погоды все стремятся на природу и в первую очередь к водоемам, для того чтобы отдохнуть, освежиться и восстановить силы после трудовых будней.

Распоряжением Шарковщинского районного исполнительного комитета от 16.02.2024года №29р закреплены 2 места массового отдыха населения у воды:

- пляж р. Дисна ул.Водопьянова г.п.Шарковщина;

-пляж на о.Волозево д.Буды, Германовичского с/с, Шарковщинского района.

Субъектами хозяйствования, закрепленными за зонами отдыха, проведена определенная работа, по их оборудованию и благоустройству. Все работы субъектов хозяйствования направлены на улучшение состояния зон отдыха, и создания комфортных условий пребывания населения. Проводится регулярная уборка береговой части, малых архитектурных форм, туалетов, покос сорной растительности.

Специалистами Шарковщинского районного центра гигиены и эпидемиологии в целях обеспечения постоянного действенного контроля за обеспечением санитарно-эпидемиологического благополучия населения в местах отдыха, предназначенных для купания населения проведены исследования воды. Исследуемые пробы воды из водоемов соответствуют требованиям санитарных правил по микробиологическим и санитарно-химическим показателям.

Однако ГУ «Шарковщинский райЦГЭ» предупреждает, что купание в водоемах, на которых не обустроены пляжи и не контролируется качество воды водоемов, является небезопасным для здоровья и жизни населения.

 Даже в благоустроенных местах массового отдыха, следует соблюдать определенные правила безопасного поведения. Не игнорируйте правила поведения на воде и не разрешайте делать это детям.

• Не купайтесь с ними в местах, где это запрещено.

• Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений. Старайтесь держать ребенка в поле своего зрения, когда он находится в воде.

• Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела. Не следует входить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что может повлечь остановку сердца.

• Строго контролируйте нахождения ребенка в воде, чтобы избежать переохлаждения. Продолжительность купания – не более 30 минут, при невысокой температуре воды – не более 5–6 минут.

• Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но еще нет опасности перегрева. Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.

•Не ныряйте при недостаточной глубине водоёма, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.

•Не проводите в воде игры, связанные с нырянием, долгим нахождением под водой и захватом друг друга. Не допускайте ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

•Для детей, которые плохо плавают, применяйте специальные средства безопасности, надувные нарукавники или жилеты.

•Объясните детям, что опасно плавать на надувных матрацах, игрушках, бревнах или автомобильных шинах.

•Не проходите мимо случаев появления детей у воды без сопровождения взрослых.

• Не подавайте крики ложной тревоги.

•При купании в естественном водоёме не заплывайте за установленные знаки ограждения, не подплывайте близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.

Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде поможет не омрачить ваш отдых.

Фельдшер-лаборант О.Р.Римденок