**Республиканская акция**

**«Каникулы без дыма и огня»**

***Памятка для родителей и детей***

***Наступили долгожданные летние каникулы. С их приходом ребят ждут разнообразные мероприятия: летние оздоровительные лагеря, походы, развлечения, спортивные соревнования и др.Они приносят ребятам не только много радости, но порой с ними могут произойти различные экстремальные случаи, которые могут навредить их жизни и здоровью. Министерством по чрезвычайным ситуациям Республики Беларусь проводится республиканская акция «Каникулы без дыма и огня».*  *В рамках данной акции сотрудники МЧС рекомендуют выполнять следующие рекомендации:***

**На воде**

***Запомни:***

* Дети и подростки не должны находиться у воды без взрослых!
* Купаться только в оборудованных местах.
* Плавать только вдоль берега или по направлению к нему.

***Нельзя:***

* прыгать в воду с обрывов, дамб, мостов, лодок, катамаранов;
* плавать на надувных матрасах, автокамерах и самодельных плотах;
* заплывать за буйки или пытаться переплывать водоёмы;
* подавать ложные сигналы о помощи;
* Подплывать к идущим лодкам, судам и катерам.

***Если в воде ногу свела судорога, то нужно перевернуться на спину, крепко ухватить рукой большой палец и сильно потянуть ступню на себя( пока нога не выпрямиться) и плыть к берегу.***

**При грозе**

***Запомни:***

* зайди в любое здание;
* при отсутствии укрытия, спустись с возвышенности и присядь.

***Нельзя:***

* купаться, кататься на лодках, катамаранах;
* бегать, кататься на велосипеде, роликах, мотоцикле;
* приближаться к линиям электропередач;
* Прятаться под высокими деревьями ( особенно одинокими);
* Пользоваться мобильным телефоном.