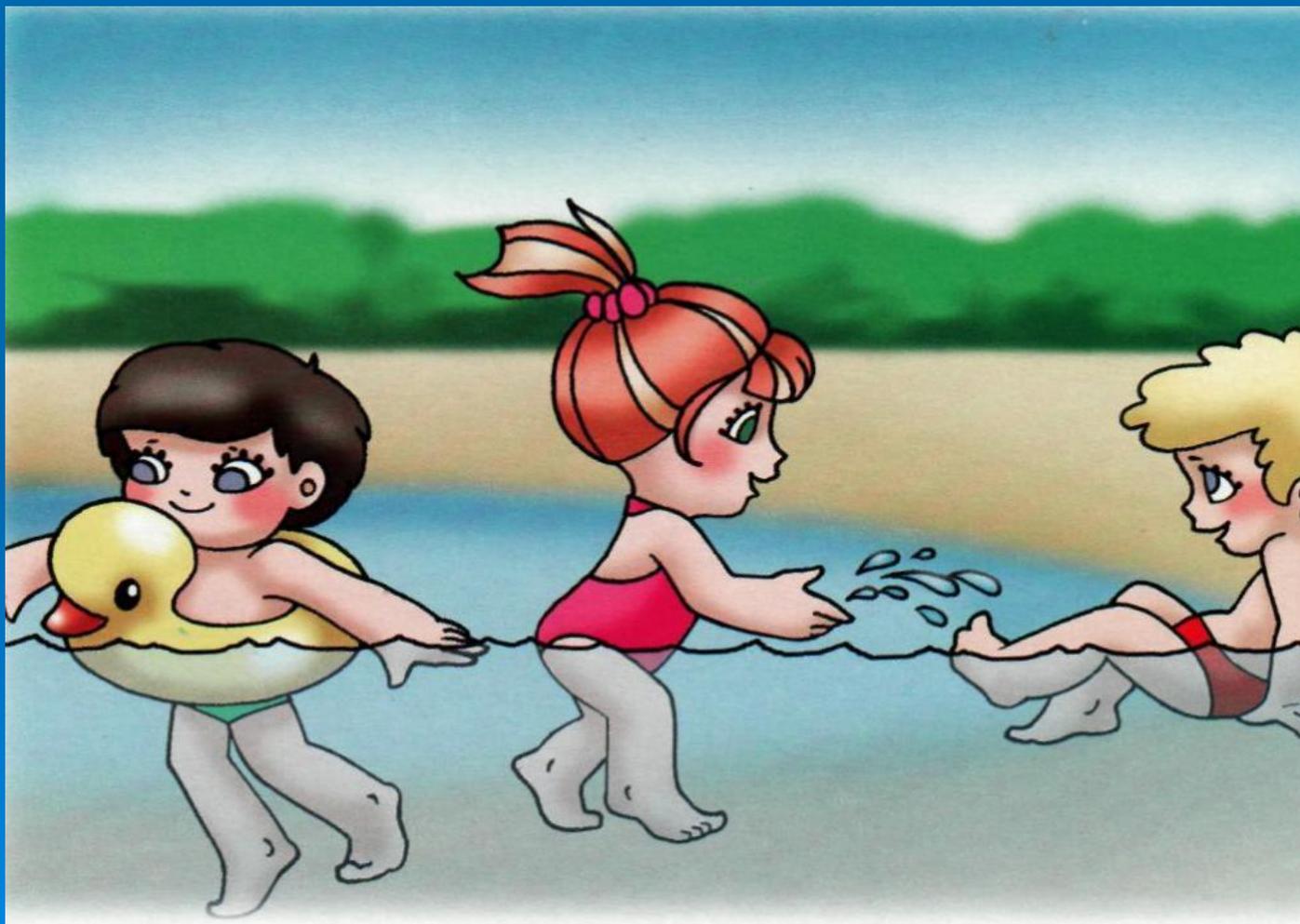
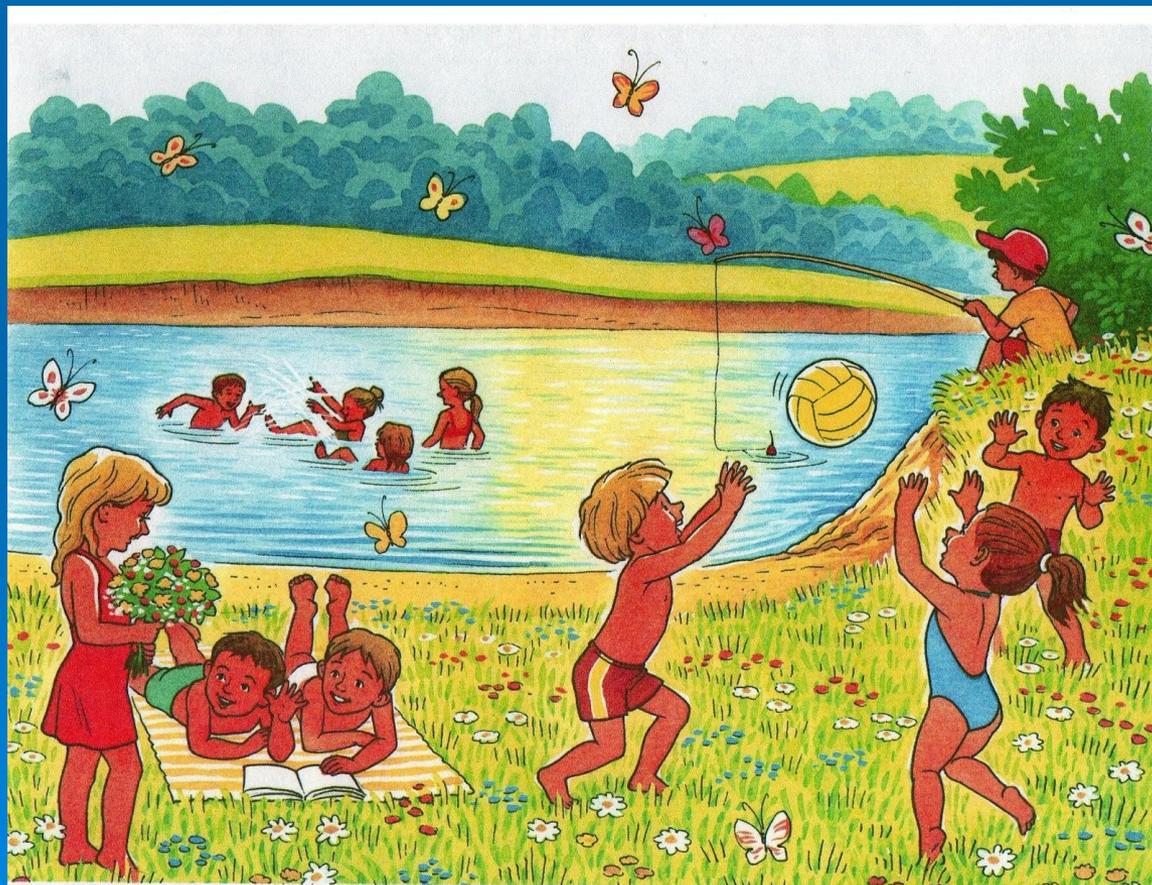


# Правила безопасного поведения летом на воде



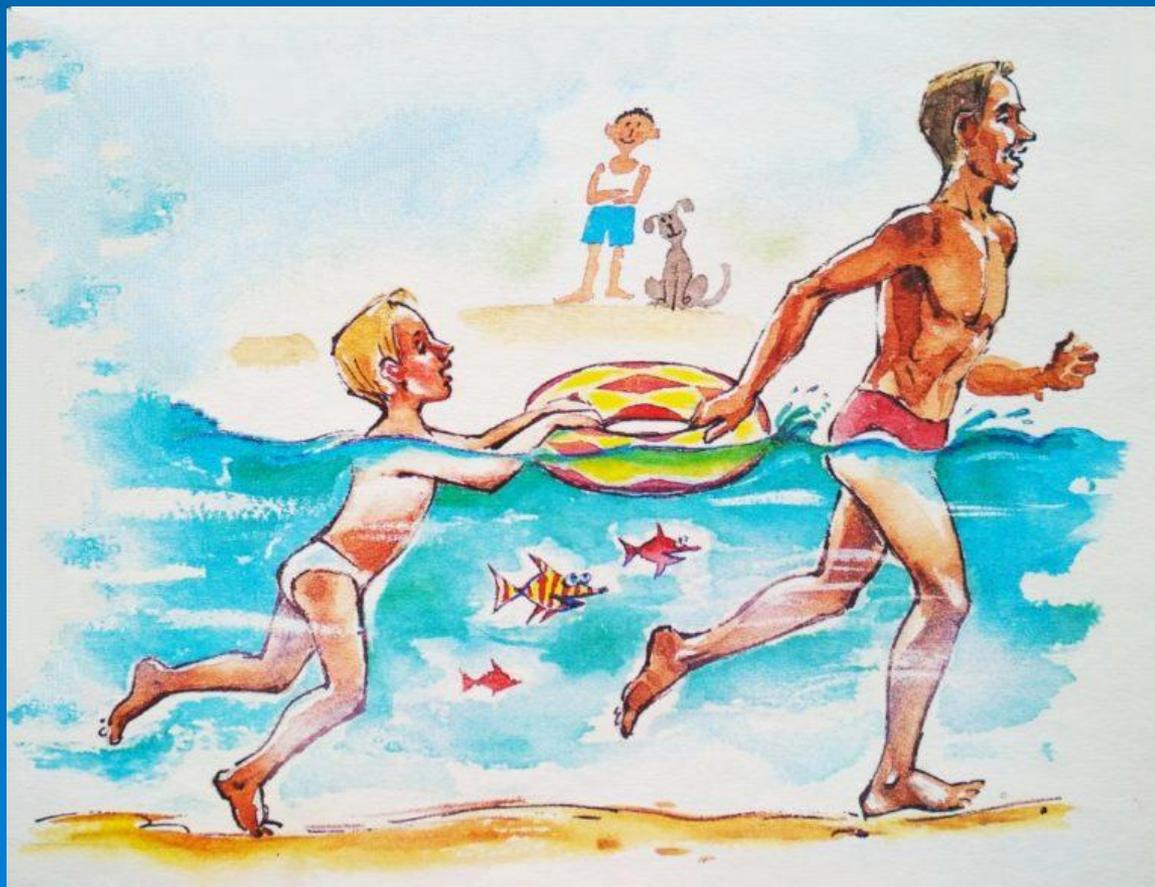
Что за летний отдых без купания? Тоска.  
Особенно когда солнышко припекает, а  
прохладная вода озера или пруда, речки или  
моря так и манит, так и приглашает окунуться.



Окунуться и поплавать – это хорошо, даже очень полезно. Но нужно знать правила поведения на воде. Сейчас их и повторим.



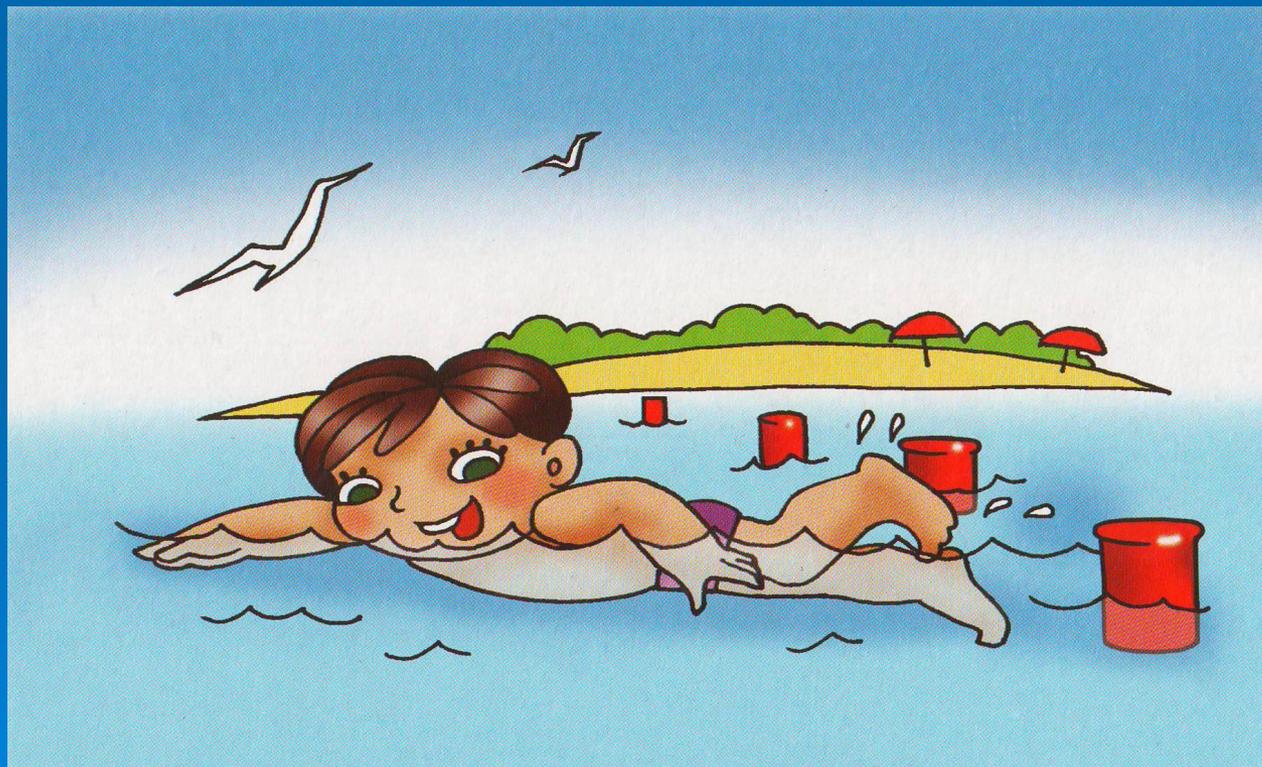
**Купаться можно только в присутствии взрослых  
(родители, бабушки и дедушки, тренер по  
плаванию) и в разрешённых местах.**



**Если вы плохо плаваете, держитесь ближе к берегу. Так, чтобы в любой момент можно было коснуться ногами дна. И не поддавайтесь на уговоры друзей плыть дальше. Им – забава, а вы рискуете наглотаться воды. Только учитесь плавать – тогда не заходите глубже, чем по пояс.**



**Никогда не купайтесь в одиночку.  
Никогда не заплывайте далеко от берега.  
Запомните, что безопаснее всего купаться в  
зоне, огороженной буйками или поплавками.**



**В холодную воду заходите медленно,  
особенно если это первое ваше купание в  
этом сезоне. Иначе может свести ногу.  
Или голова закружится.**



Входите в воду не сразу,  
а постепенно

**Не ныряйте и не прыгайте с обрыва в воду, если вы не уверены, что дно чистое.**



**Не купайтесь в реке, по которой плавают катера или суда. Волна от катера может накрыть вас с головой. А если вы подплывёте слишком близко к судну, вас может затянуть под винты.**



**Устали плавать – отдохните.  
От перенапряжения могут начаться  
судороги. Сохраняйте спокойствие!  
В положении «на спине» вы сможете  
доплыть до берега.**



**Не купайтесь подолгу. Какой бы тёплой ни казалась вода, переохладиться и заболеть – проще простого. Чередуйте плавание с отдыхом и играми на берегу.**



**Соблюдая простые меры предосторожности  
и прислушиваясь к советам специалистов,  
вы обезопасите себя от несчастных случаев  
на воде.**



# Подведём итог :

**Управление гражданской защиты напоминает:  
соблюдайте правила безопасности на воде!**

## **НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ!**



**Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах.**



**Не купайтесь в штормовую погоду!  
Берегитесь волны.**



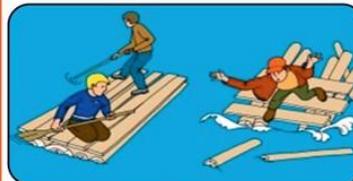
**Не прыгайте в незнакомых местах!  
Не известно, что может оказаться на дне!**



**Не подплывайте к проходящим судам и не забирайтесь на предупредительные знаки.**



**Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь.  
Не купайтесь, если температура воды ниже 18**



**Не используйте для плавания самодельные устройства!  
Они могут перевернуться.**



**Не боритесь с сильным течением! Используйте его, чтобы приблизиться к берегу.**



**Не заплывайте далеко от берега на надувных матрасах и автомобильных камерах.**

**Единый номер вызова экстренных оперативных служб 112**

Спасибо за внимание.  
Берегите себя !

