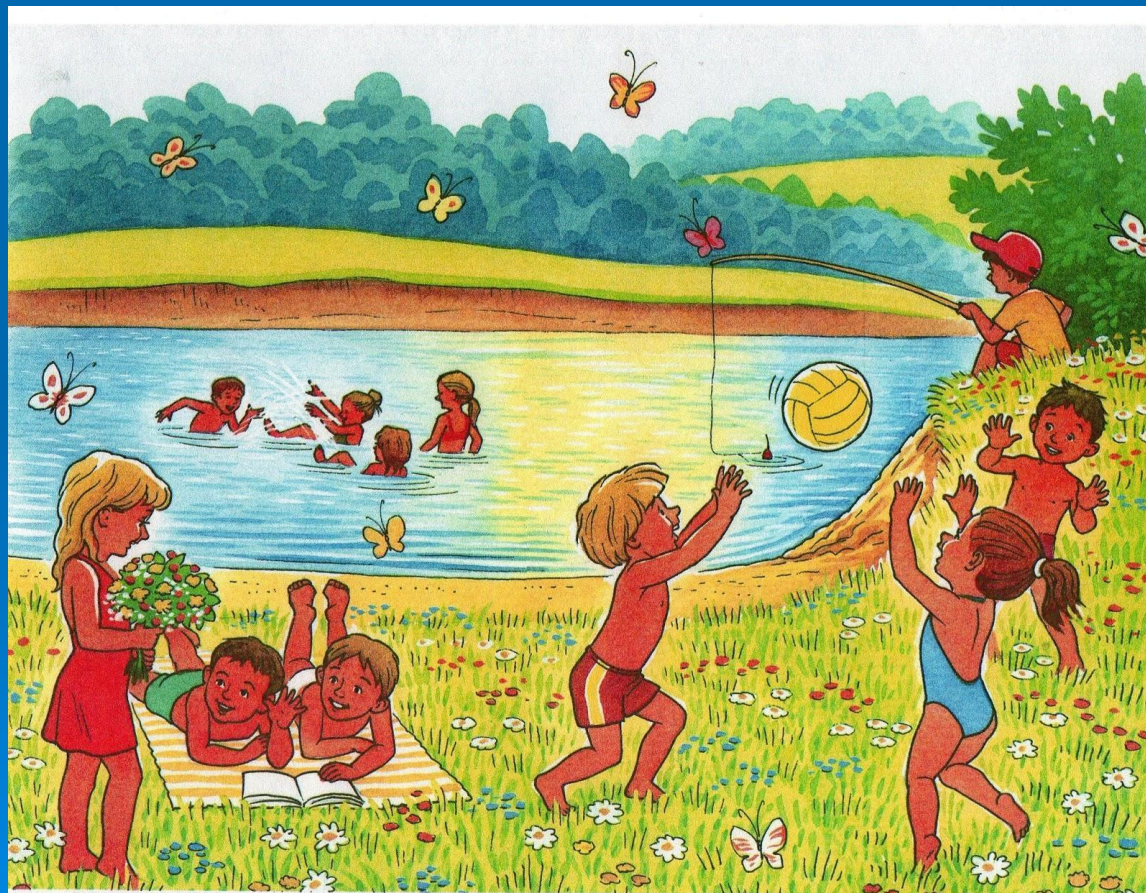


Правила безопасного поведения летом на воде



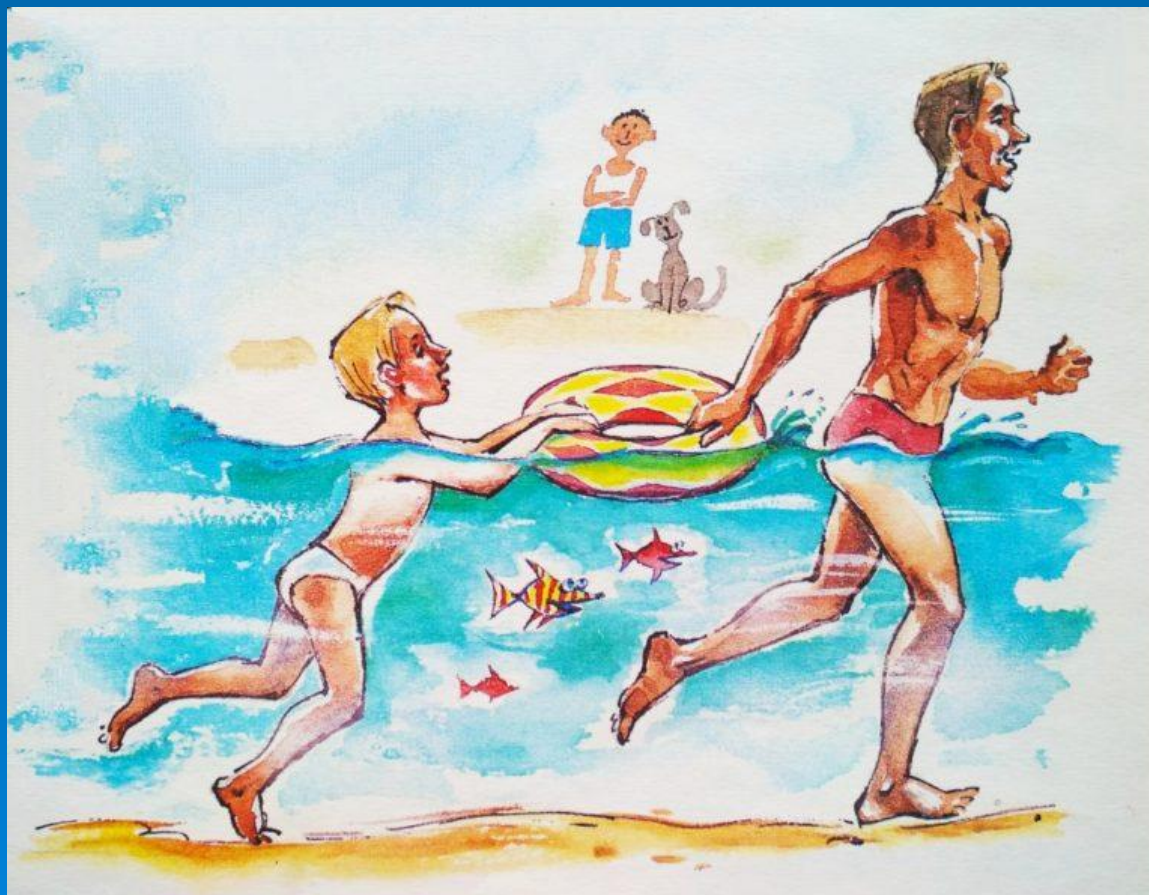
Что за летний отдых без купания? Тоска.
Особенно когда солнышко припекает, а
прохладная вода озера или пруда, речки или
моря так и манит, так и приглашает окунуться.



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



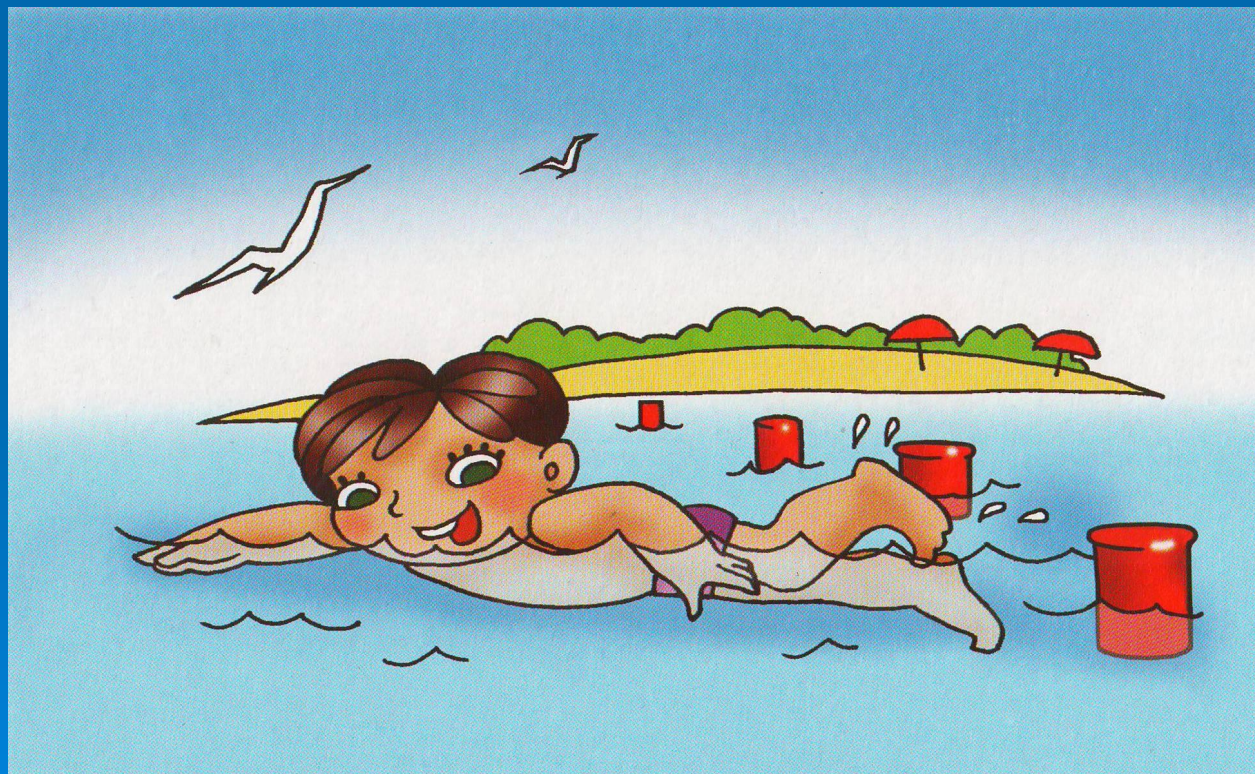
**Купаться можно только в присутствии взрослых
(родители, бабушки и дедушки, тренер по
плаванию) и в разрешённых местах.**



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.



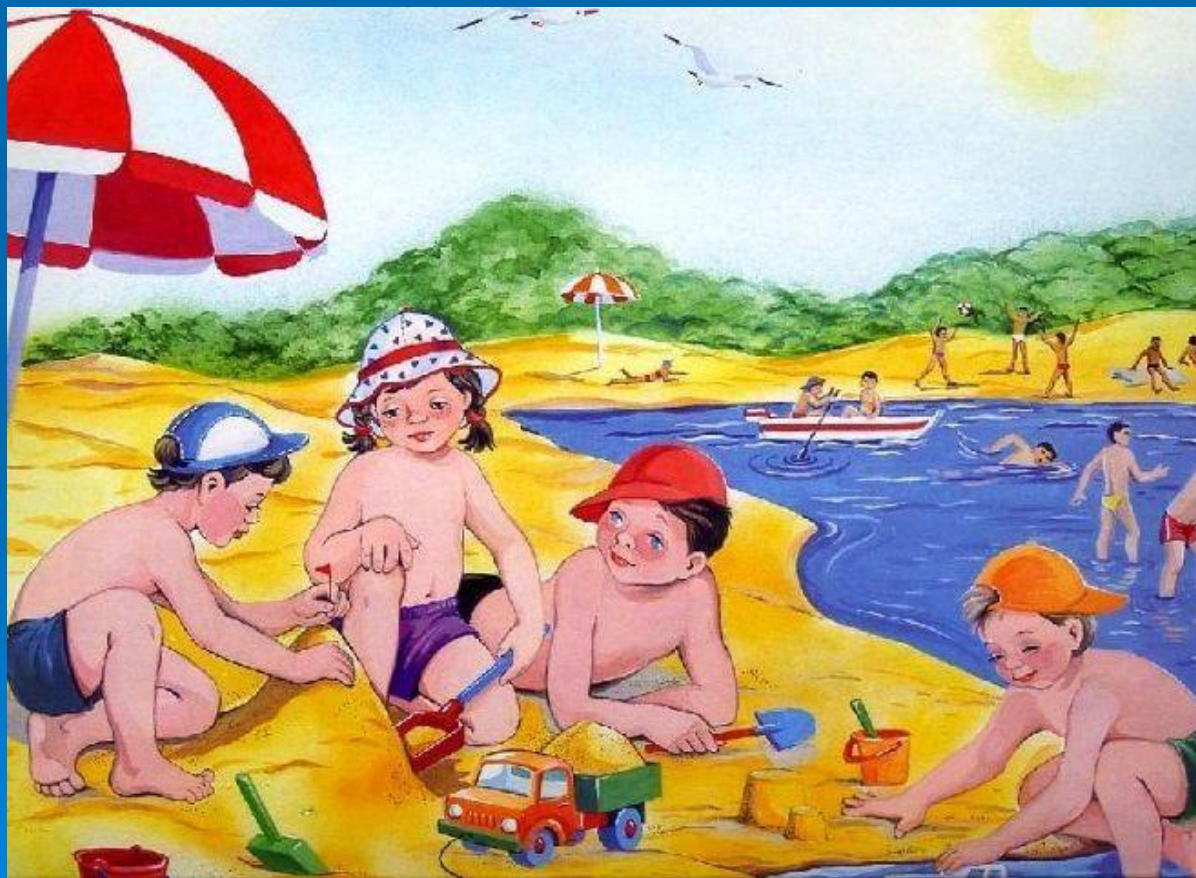
Не купайтесь в реке, по которой плавают катера или суда. Волна от катера может накрыть вас с головой. А если вы подплывёте слишком близко к судну, вас может затянуть под винты.



**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!**



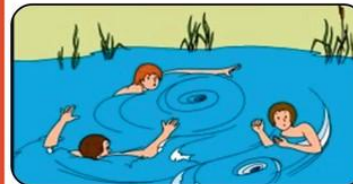
Не подплывайте к проходящим судам и не забирайтесь на предупредительные знаки.



**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 !

