

Правила безопасного поведения на воде

ДЕТИ, ПОМНИТЕ:

- купаться можно только в разрешенных местах, обязательно в присутствии взрослых;
- при купании поблизости должны быть люди;
- нельзя нырять в незнакомых местах – на дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги, металлические прутья и т.д.;
- **не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина;**
- нельзя заплывать далеко от берега, это опасно даже для умеющих хорошо плавать;
 - **нельзя подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам;**
- нельзя заходить на глубокое место, если не умеете плавать или плаваете плохо;
 - **не устраивайте в воде игр, связанных с захватом других купающихся;**
 - **нельзя плавать на надувных матрасах и камерах (если плохо плаваете);**
 - **не пытайтесь плавать на бревнах, досках, самодельных плотках.**

ВЗРОСЛЫЕ, ПОМНИТЕ:

- **необходимо провести разъяснительную работу с детьми о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения;**
 - **не оставляйте детей без присмотра вблизи водоемов, даже если они умеют плавать; не отрывайте взгляд от детей, если они в воде;**
 - **для купания присмотрите неглубокое место – 60-80 см с песчаным дном и несильным течением;**
 - **необходимо следить за тем, чтобы дети не стояли долго в воде, не сидели на солнце, не играли в мокрой одежде;**
 - **необходимо соблюдать продолжительность купания от 3 до 30 минут (купаться лучше часто, но ограничивать продолжительность);**
 - **не разрешайте детям и не устраивайте сами во время купания шумные игры на воде; не разрешайте детям подавать крики ложной тревоги;**
- **нельзя громко слушать музыку, т.к. вы можете не услышать криков о помощи.**

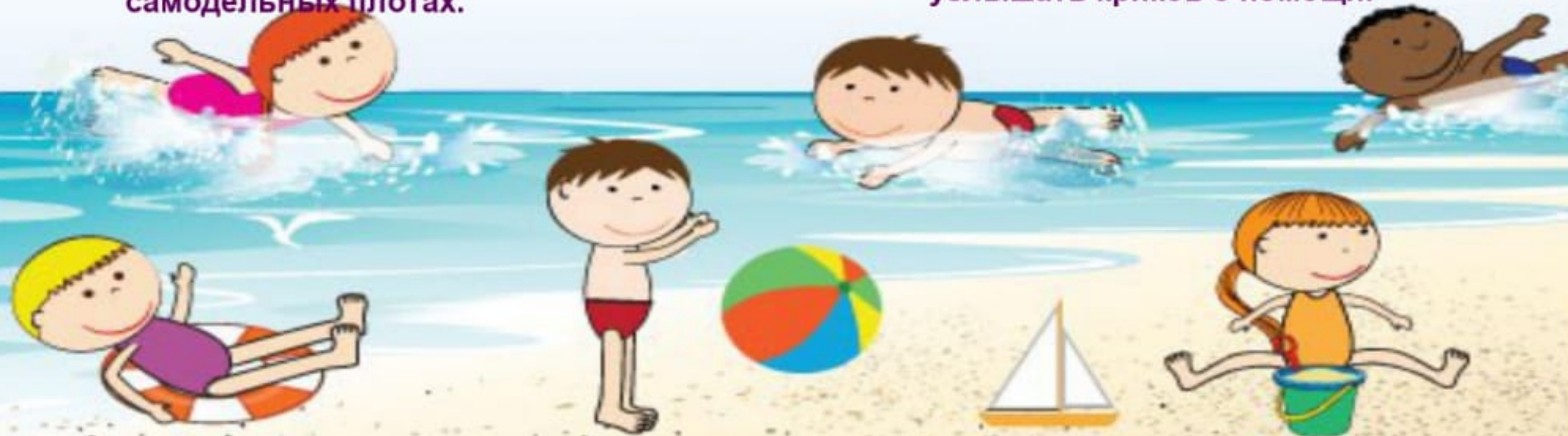
ПОМНИТЕ!

ЕСЛИ
СЛУЧИЛАСЬ
БЕДА

ВЫЗЫВАЙТЕ
СЛУЖБУ
СПАСЕНИЯ
ПО
ТЕЛЕФОНАМ

01

112



УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Безопасность жизни детей на водоемах
во многих случаях зависит
ТОЛЬКО ОТ ВАС!

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой:

- провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.



Категорически запрещено купание:

- детей без надзора взрослых;
- в незнакомых местах;
- на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых).

Необходимо соблюдать следующие правила:

- Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов или разных предметов.
- Продолжительность купания
 - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.
- При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

