

ПАМЯТКА ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



Любой водоем может представлять собой опасность. Летом – это купание и пользование плавательными средствами. Чаще всего опасность представляют сильное течение (в том числе подводное), глубокие омуты и подводные холодные ключи. Избежать беды поможет соблюдение определенных правил безопасного поведения:

- Избегайте купания в незнакомых местах, специально не оборудованных для этой цели; не следует также заплывать за границы зоны купания; тем, кто не умеет плавать, купаться можно только в специально оборудованных местах глубиной не более 1-2 метра!

- При купании запрещается:

- заплывать за границы зоны купания;
- подплывать к движущимся судам, лодкам, катерам, катамаранам, гидроциклам;
- нырять и долго находиться под водой;
- прыгать в воду в незнакомых местах, с причалов и др. сооружений, не приспособленных для этих целей;
- долго находиться в холодной воде;
- купаться на голодный желудок;
- проводить в воде игры, связанные с нырянием и захватом друг друга;
- плавать на досках, лежаках, бревнах, надувных матрасах и камерах (за пределы нормы заплыва);
- подавать крики ложной тревоги;
- приводить с собой собак и др. животных.

- Научитесь не только плавать, но и отдыхать на воде (лечь на воду спиной, расправив руки и ноги, расслабиться, помогая себе удержаться в таком положении, сделать вдох, а затем после паузы – медленный выдох).

- Если во время купания свело ногу, надо позвать на помощь, затем погрузиться с головой в воду, сильно потянуть ногу на себя за большой палец, а затем распрямить ее.

КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ

купание на водных объектах, оборудованных предупреждающими аншлагами
«КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!»

ПОМНИТЕ!

Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду!

112

ЕДИНЫЙ НОМЕР ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ ОПЕРАТИВНЫХ СЛУЖБ