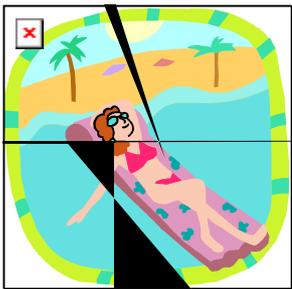




ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ КУПАЮЩИМСЯ НА ВОДОЁМЕ.

Взрослые и дети, соблюдение элементарных мер осторожности на водных объектах – залог Вашей безопасности



1. Первое купание следует начинать в безветренную солнечную погоду при температуре воды 18°-20°. В воде не следует оставаться более 1-5 минут. Длительность времени последующих купаний можно доводить до 15 минут.
2. Купаться рекомендуется два раза в сутки – утром и вечером, в заведомо безопасных или специально отведенных для этого местах.

3. Вода в выбранном для купания месте должна быть прозрачной, дно чистым, без коряг, подводных камней, свай, водоворотов, ям, заструг и т.п.
4. Следует избегать купания в одиночку, так как в случае беды оказать помощь будет некому.
5. После приема солнечной ванны нельзя бросаться в воду сразу; купание можно начинать только после некоторого отдыха в тени или сделать обтирание холодной водой в области сердца.
6. Никогда не следует толкать кого-либо в воду, в особенности неожиданно, так как эта шалость может вызвать у людей, очень чувствительных к холодной воде, шок со смертельным исходом.
7. Никогда не следует подплывать к водоворотам - это самая большая опасность на воде.
8. Нырять можно только в местах, специально для этого отведенных и оборудованных. Прыгать головой в воду с плавучих сооружений опасно для жизни - под водой могут быть опасные предметы.



9. Очень опасно купаться и плавать в пьяном виде. «Пьяный в воде – наполовину утопленник» гласит народная пословица.



**Телефон Единой службы спасения «01»
Для пользователей мобильных телефонов «112»**