

Купайтесь в установленных для этого местах

Если вы плохо плаваете:

- Держитесь поближе к берегу;
- Не купайтесь в одиночку;
 - Не упускайте друг друга из виду;
 - Не ныряйте в незнакомых местах;
 - Сохраняйте правильный ритм дыхания;



Если вы заплыли далеко и устали, перемените стиль плавания и плывите на спине.

Не входите в воду разгоряченным!

Не пейте спиртное!

Часто причиной несчастных случаев является самонадеянность, неосмотрительность, хвастовство.

Находясь в воде, соблюдайте эти несложные правила.

Тот, кто нарушает их, рискует жизнью!

Телефон службы спасения – 01,112

Памятка о запрете купания в неустановленных местах

Напоминаем, что купание в не оборудованных местах для купания **ЗАПРЕЩЕНО** и **ОПАСНО** ДЛЯ ЖИЗНИ!

Лето - замечательная пора для отдыха детей и взрослых. В теплые дни хочется отдохнуть у водоема, искупаться в реке или озере. Однако, беспечное поведение на водном объекте, неорганизованное и бесконтрольное купание таят в себе серьезную опасность. Одной из основных причин гибели людей на водных объектах является купание в неустановленных местах.

Дети устраивают в воде игры, связанные с захватами других пловцов. Бесконтрольно купающиеся дети часто допускают переохлаждение тела, испытывают судороги, которые сводят руку, а чаще ногу или обе ноги, что может привести к гибели.

Помните, что на водоемах **ЗАПРЕЩЕНО**:

- купаться в необследованных водоемах, в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с надписями о запрете купания;
- купаться в состоянии алкогольного опьянения;
- прыгать в воду с сооружений, не приспособленных для этих целей;
- загрязнять и засорять водоемы;
- плавать на досках, бревнах, лежаках, автомобильных камерах, надувных матрацах;
- приводить с собой животных в места массового отдыха населения на воде. Напоминаем, что купание граждан в водоемах, где оно запрещено, одна из основных причин гибели людей. Отдыхая на водоемах, не оборудованных в соответствии с требованиями безопасности, вы подвергаете свою жизнь серьезной опасности! Помните, что обязательное соблюдение всех правил поведения на воде – залог сохранения здоровья и спасения жизни многих людей! Взрослые обязаны не допускать купание детей в неустановленных местах, плавание с использованием не приспособленных для этого средств (предметов).