НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА

- Купайтесь только там, где есть разрешающие знаки.
- Не играйте на обрывистых берегах.
- На открытой воде (на лодках, плотах «бананах») одевайте спасательные жилеты.
- Не заплывайте далеко от берега на надувных матрасах.
- Не заплывайте за буйки.
- Не затевайте опасных игр на воде.
- Не ныряйте в незнакомых местах.

ПОМНИТЕ, КУПАТЬСЯ МОЖНО ТОЛЬКО В РАЗРЕШЁННЫХ МЕСТАХ, ОБЯЗАТЕЛЬНО В ПРИСУТСТВИИ ВЗРОСЛЫХ!

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

ГДЕ МОЖНО КУПАТЬСЯ

Помните, что купаться можно только в специально отведённых местах! Там проверено состояние дна, расчищен пляж, кроме того такие места находятся под присмотром служб спасения.

Объявление о запрете купания – не прихоть! Такие объявления ставят в местах, где купаться **ОПАСНО**! Там может быть замусоренное или топкое дно, быстрое течение или вода может не соответствовать санитарным нормам.

ЕСЛИ ТОНЕШЬ САМ

- Не паникуй.
- Сними с себя лишнюю одежду и обувь, громко зови на помощь.
- Перевернись на спину, широки раскинь руки, расслабься, сделай несколько глубоких вздохов.

ПАНИКА – ЧАСТАЯ ПРИЧИНА ТРАГЕДИЙ НА ВОДЕ, НИКОГДА НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ!!!

ЕСЛИ ТОНЕТ ЧЕЛОВЕК

- Громко зовите на помощь: «Человек тонет!».
- Попросите вызвать спасателей и «скорую помощь»
- Бросьте тонущему спасательный круг или длинную верёвку с узлом на конце.
- Если хорошо плаваете, то снимите одежду и обувь и вплавь доберитесь до тонущего. Заговорите с ним. Если услышите адекватный ответ, смело подставляйте ему плечо в качестве опоры и помогите доплыть до берега.
- Вытащив пострадавшего из воды, необходимо быстро очистить ему ротовую полость, положив животом на колено, выдавить из лёгких воду и начать реанимационные мероприятия.