



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДОЕМАХ

РЕКОМЕНДАЦИИ



купайтесь утром
или вечером



заходите в воду
постепенно



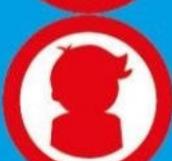
плавайте вдоль
берега или по направлению
к нему



ЗАПРЕЩАЕТСЯ



заходить в воду в состоянии
алкогольного опьянения



оставлять детей
у воды без присмотра



цепляться за лодки
и сидеть на борту



прыгать в воду с лодок,
катеров, причалов

ЧТО ДЕЛАТЬ, если вы стали тонуть



сохраняйте спокойствие



широко раскиньте руки и ноги



не выдыхайте полностью –
в легких должен
оставаться воздух



загребайте воду под себя
руками, плывите к берегу

ВАЖНО!

Купайтесь
в специально
отведенных
местах



нырять в незнакомых
местах



плавать на надувных
матрасах
и автокамерах



заплывать за буйки



подавать ложные сигналы
о помощи