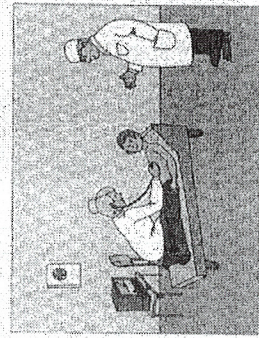




Восвод представляет:

Правила поведения на воде

ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ СЕЗОНОМ



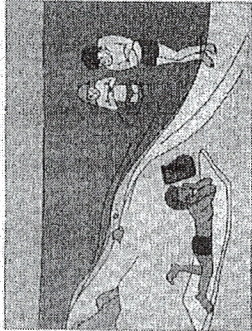
ПЕРВОЕ УСЛОВИЕ БЕЗОПАСНОГО ОТДЫХА НА ВОДЕ - УМЕНИЕ ХОРОШО ПЛАВАТЬ.
 Подготовку своему главному период летнего сезона - научиться плавать!
 Помочь научиться плавать могут родители, инструкторы, волонтеры в лагере или другие взрослые.

ОБЯЗАТЕЛЬНО ВОСХОИ ПРОЙДИТЕ МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР!

СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА КУПАНИЯ

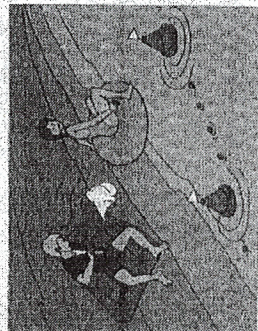
Не сидите в воде до зноба и потягивания. Купаться нужно не более 10-15 минут, а потом позаспорить, поиграть и только после этого сплывать в воду. Купаться можно не более 3-5 раз подряд, но 10-15 минут.

Не бросайтесь в воду, если вы разгорячены - резкий перепад температур может вызвать остановку сердца.



НЕ КУПАЙТЕСЬ ПОСЛЕ ЕДЫ!
 Это может вызвать непрокормленные желудочно-кишечные спазмы.

ЕСЛИ ВЫ НЕ ОЧЕНЬ ХОРОШО ПЛАВАЕТЕ



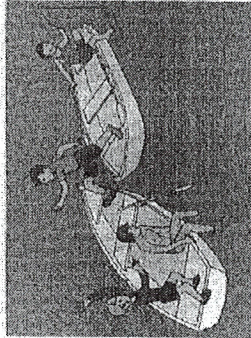
Если вы не умеете плавать, нельзя пользоваться при купании досками, камерами от автомашин, надувными матрацами.

Если вы поплывете на глубокое место и случайно соскользнете с предмета, на котором львываете, то не сможете самостоятельно добраться до берега.

ОСТОРОЖНОСТЬ НА ВОДЕ - ПРЕЖДЕ ВСЕГО!



НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПЛАВАНИЯ САМОДЕЛЬНЫЕ УСТРОЙСТВА!
 Они могут не выдержать вашего веса и перевернутся. Они могут сползаться, когда вы будете на глубоким месте или просто далеко от берега.



Купайтесь на воде только в специально отведенных взрослых местах.

Не садитесь на борт лодки, не пересяжайтесь с одного места на другое, не переходите из одной лодки в другую, не расквашите лодку, не ныряйте с нее.

ПОМНИТЕ!

Не купайтесь в запрещенных местах. Наряду с этим правилом может принести не только к несчастному случаю, но и к гибели.



Во время купания не теряйте друг друга из виду. На шалаша на воде.

Не заплывайте далеко от берега, за предупредительные знаки.

Не подплывайте близко к прохладным судам.

Не прыгайте в воду с пристаней, набережных, мостов. Можно удариться головой о дно или наскакающийся в воде предмет, потерять сознание и погибнуть.

НЕЛЬЗЯ!



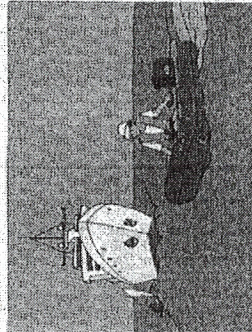
Не купайтесь у крутых, обрывистых берегов.

Не купайтесь у пристаней и причалов.

Не ныряйте в местах с неизвестной глубиной.

Не купайтесь в тумане. Вы можете натолкнуться на плавающие в воде предметы, и спасти человека в такое время суток гораздо труднее.

Находясь у дозаванов, бурле, доске или развешены, выполняйте правила поведения на воде и соблюдайте тех, кто их нарушает.



НЕ ПЕРЕСЕКАЙТЕ СУДОВОЙ ХОД!
НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К ПРОХОДЯЩИМ СУДАМ!

НЕ ПЕРЕТРУЖАЙТЕ ЛЮДКИ И КАТЕРА!
НЕ ПОДСТАВЛЯЙТЕ БОК ЛОДКИ ВОЛНЕ!
НЕ ВОСТАВАЙТЕ В ЛОДКЕ!
НЕ МЕНЯЙТЕСЬ МЕСТАМИ ПРИ ДВИЖЕНИИ ЛОДКИ!
НЕ ПРЫГАЙТЕ С БОРТОВ!