Основные правила поведения на воде: памятка населению

Главными причинами несчастных случаев на водоемах по-прежнему остаются

отсутствие культуры поведения на водоемах — купание в состоянии опьянения,

отсутствие контроля со стороны родителей за маленькими детьми и

подростками и купание в необорудованных местах.

Соблюдая простые меры предосторожности и прислушиваясь к советам

специалистов, вы обезопасите себя от несчастных случаев.

Рекомендуется:

— предварительно получить консультацию врача о максимальном времени

пребывания в воде и на солнце;

— купаться и нырять только в разрешенных, хорошо известных местах. Если

место реки вам незнакомо, необходимо убедиться в том, что на дне нет пней,

коряг, острых камней, ям, водоворотов, а также водорослей;

— при эксплуатации маломерных судов обязательно использовать

спасательные жилеты.

Запрещается:

— купаться при болезнях сердца, склонности к обморокам и припадкам;

— купаться вблизи водосбросов, шлюзов, пристаней, мостов, водоворотов,

стремнин, в судоходном фарватере, вблизи плавательных средств;

— резко входить в воду или нырять после длительного пребывания на

солнце, сразу после приема пищи, в состоянии утомления;

— входить в воду при большой волне;

— оставлять детей на берегу водоема без присмотра взрослых, умеющих

плавать и оказывать первую помощь;

— не умея плавать, находиться в воде на надувном матрасе или камере;

— долго находиться в воде, особенно холодной. Длительное пребывание в

воде может привести к переохлаждению тела и вызвать судороги;

— купаться в штормовую погоду и во время грозы;

— заниматься подводным плаванием или подводной охотой без разрешения

врача;