



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.

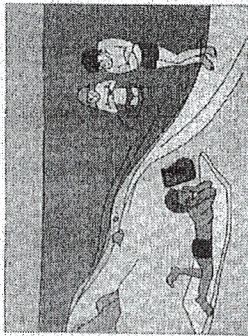
ОБЯЗАТЕЛЬНО ВОСХОИ ПРОЙДИТЕ МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР!

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



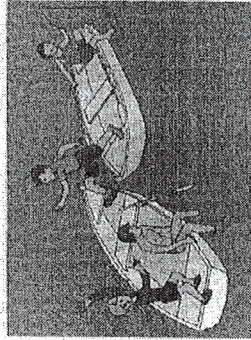
Если вы не умеете плавать, нельзя пользоваться при купании досками, камерами от автомашин, надувными матрацами.

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 ДЛЯ 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. Нарядом этого правила может принести не только к несчастному случаю, но и к гибели.

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

Не заплывайте далеко от берега, за предупредительные знаки.

Не подплывайте близко к прохладным судам.

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



НЕЛЬЗЯ!

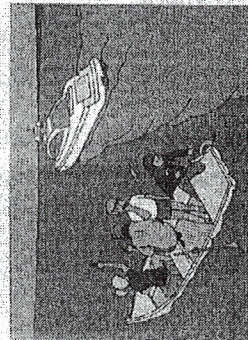
НЕ ПЕРЕТРУЖАЙТЕ ЛЮДКИ И КАТЕРА!

НЕ ПОДСТАВЛЯЙТЕ БОК ЛОДКИ ВОЛНЕ!

НЕ ВОСТАВАЙТЕ В ЛОДКЕ!

НЕ МЕНЯЙТЕСЬ МЕСТАМИ ПРИ ДВИЖЕНИИ ЛОДКИ!

НЕ ПРЫГАЙТЕ С БОРТОВ!



НЕ ПЕРЕСЕКАЙТЕ СУДОВОЙ ХОД!

НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К ПРОХОДЯЩИМ СУДАМ!

