ПАМ'ЯТКА
НАСЕЛЕННЮ ЩОДО ДІЙ У НАДЗВИЧАЙНИХ СИТУАЦІЯХ

ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ НА ВОДІ

Досвід і спостереження свідчать, що нещасні випадки найчастіше трапляються при порушені заходів безпеки на воді. Кожному слід пам`ятати, що вода помилок не прощає. Відпочиваючи, потрібно дотримуватися заходів безпеки.

Загальні правила:

- Відпочинок на воді (купання, катання на човнах) повинен бути тільки у спеціально відведених та обладнаних для цього місцях.
- Безпечніше відпочивати на воді у світлу частину доби.
- Перед купанням рекомендується пройти огляд лікаря.
- Після прийняття їжі купатися можна не раніше, ніж через 1,5-2 години.
- Заходити у воду необхідно повільно, щоб звикнути до різниці температури повітря та води.
- Після купання не рекомендується приймати сонячні ванни, краще відпочити у тіні.
- Не рекомендується купатися поодинці біля крутих, стрімких і зарослих густою рослинністю берегів.

На воді забороняється:

- Залазити на попереджувальні знаки, буї.
- Стрибати у воду з човнів, катерів, інших споруджень.
- Пірнати з містків, дамб, причалів, дерев, високих берегів.
- Використовувати для плавання такі небезпечні засоби, як дошки, колоди, камери від автомобільних шин, надувні матраци та інше знаряддя, не передбачене для плавання.
- Вживати спиртні напої під час купання.
- Забруднювати воду і берег (кидати пляшки, банки, побутове сміття і т.д.), прати білизну і одяг у місцях, відведених для купання.
- Підпливати близько до плавзасобів, які знаходяться неподалік від місць купання.
- Допускати у воді грубі ігри, які пов'язані з обмеженням руху рук і ніг.
- Подавати помилкові сигнали небезпеки.
- Дітям, які не вміють плавати, заходити у воду глибше, ніж до поясу.
- Купання дітей без супроводу дорослих.

Будьте дуже обережні під час відпочинку на воді! Пам'ятайте: дотримання правил безпеки вбереже ваше здоров'я, а може навіть життя!

Навчально-методичний центр цивільного захисту
та безпеки життєдіяльності Рівненської області
http://nmc-rivne.ucoz.ua