

Безопасность на воде в летнее время

Период отпусков и отдыха, связанного с водоемами, продолжается. Независимо от вида водоёма, будь то море, река, озеро или пруд, каждый человек должен знать и неукоснительно соблюдать правила поведения и меры безопасности на воде.

Уже не раз упоминалось о том, что лучшим и самым безопасным местом отдыха у воды является специально оборудованное для этих целей место – санкционированный пляж. Если вы решили провести своё свободное время у воды, таким местом отдыха должен стать именно оборудованный пляж. И уж тем более, если вы решили туда отправиться с детьми.

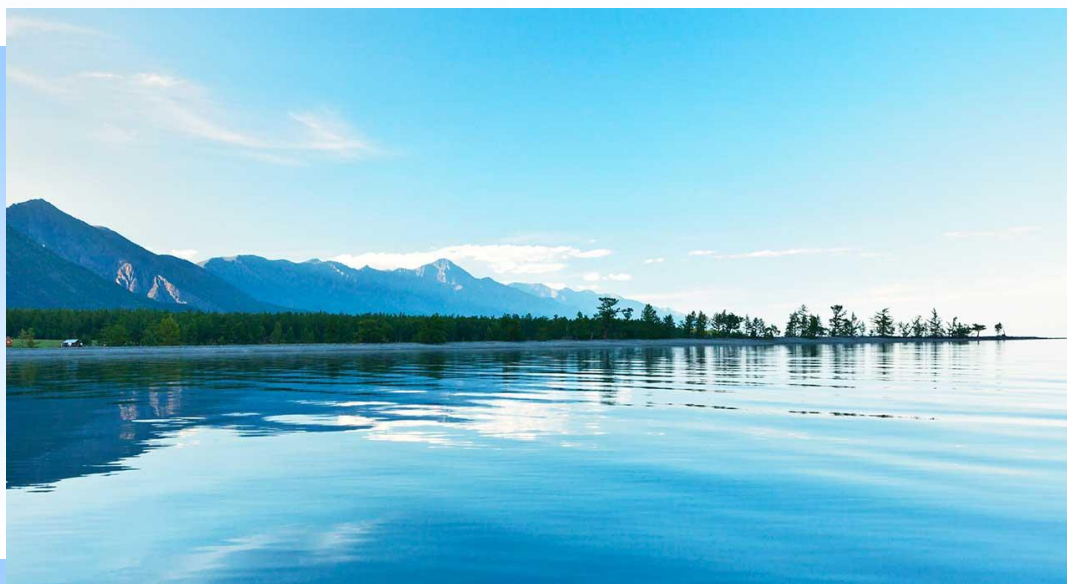


Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева. Температура воды должна быть не ниже 18-19 градусов, температура воздуха +20 +25 градусов.

Правила поведения на воде несложны, запомнить их нетрудно, но именно они могут оказаться незаменимыми и сохранить жизнь вам и вашим близким:

- + купаться можно только в разрешенных местах;***
- + нельзя нырять в незнакомых местах – на дне могут оказаться камни, коряги, металлические прутья и т.д.;***
- + не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина;***

- + нельзя заплывать далеко от берега (даже если вы умеете хорошо плавать);*
- + нельзя цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования – бакены, буйки и т.д.;*
- + нельзя купаться в штормовую погоду или в местах сильного прибоя;*
- + если вы оказались в воде на сильном течении, не пытайтесь плыть навстречу течению. Нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу;*
- + если вы попали в водоворот, не пугайтесь, наберите достаточно воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;*
- + если у вас свело судорогой мышцы, ложитесь на спину и плывите к берегу, стараясь при этом растереть сведенные мышцы.*



Помните! Никогда не купайтесь в одиночку! Рядом с вами всегда должен быть кто-нибудь, чтобы в случае необходимости оказать помощь.

Обязательное соблюдение всех правил поведения на воде в купальный сезон – залог сохранения здоровья и спасения жизни многих людей!