

Уважаемые граждане !
Соблюдайте меры безопасности при купании
и выполняйте минимальные требования к безопасности.

Необходимо реально оценивать свои физические возможности и не заплывать далеко от берега.

Нельзя купаться в неустановленных местах, где не проверено дно водоема и может быть сильное течение или водовороты. Опасно заходить в воду в местах, необорудованных для купания, не на официальных пляжах. Даже если вы купались в этом месте в прошлом году, за год дно могло измениться – могут появиться ямы, течение может принести коряги.

Осторожными во время купания должны быть и люди, страдающие гипертонией, сердечно-сосудистыми и другими заболеваниями – перепад температур воздуха и воды может плохо сказаться на самочувствии.

Нельзя увлекаться перед купанием злоупотреблением алкоголя: человек теряет в воде пространственную ориентацию.

Взрослые должны контролировать отдых на воде детей. Напоминаем, что ни в коем случае нельзя отпускать детей, не уверенно держащихся на воде одних на водоемы, научите детей правилам поведения у воды и во время купания. Контроль во время отдыха детей на воде со стороны взрослых - обязателен.

Берегите себя!