

## **Поведение у воды: правила для безопасного отдыха!**

**Как можно больше времени провести, отдыхая у водоемов? Чтобы отдых не был омрачен, следует помнить и соблюдать простые правила безопасного поведения.**

Купаться следует только в специально оборудованных местах – пляжах рек и озер.

Во время отдыха у воды категорически запрещается:

- заплывать за буйки, ограждения и предупреждающие знаки;
- прыгать в воду с дамб, пристаней, катеров, лодок;
- купаться и нырять в местах, дно которых вам неизвестно;
- взбираться на буи и другие технические сооружения;
- подавать ложные сигналы бедствия;
- плавать на лодках и катамаранах без спасательных средств;
- купаться в состоянии алкогольного опьянения.

Если во время плавания у вас возникла судорога надо немедленно выйти из воды. Если нет такой возможности, необходимо изменить стиль плавания – плыть на спине и по возможности позвать на помощь.

Взрослым, которые пришли на отдых с детьми следует постоянно контролировать нахождение своего ребенка в непосредственной близости с ним – на расстоянии вытянутой руки.

Соблюдая эти несложные правила поведения, вы обеспечите себе спокойный, а главное безопасный отдых. И помните служба спасения круглосуточно на связи по телефонам 101 и 112.



# ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДОЕМАХ

## РЕКОМЕНДАЦИИ



купайтесь утром или вечером



заходите в воду постепенно



плавайте вдоль берега или по направлению к нему

## ЧТО ДЕЛАТЬ, если вы стали тонуть



сохраняйте спокойствие



широко раскиньте руки и ноги



не выдыхайте полностью – в легких должен оставаться воздух



загребайте воду под себя руками, плывите к берегу



## ВАЖНО!

Купайтесь в специально отведенных местах

## ЗАПРЕЩАЕТСЯ



заходить в воду в состоянии алкогольного опьянения



оставлять детей у воды без присмотра



цепляться за лодки и сидеть на борту



прыгать в воду с лодок, катеров, причалов



нырять в незнакомых местах



плавать на надувных матрацах и автокамерах



заплывать за буйки



подавать ложные сигналы о помощи



МИНИСТЕРСТВО ПО ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ