



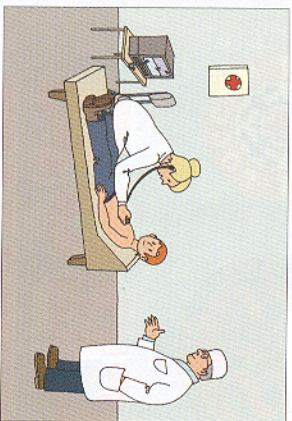
Восвод представляет:

Правила поведения на воде

ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ СЕЗОНОМ

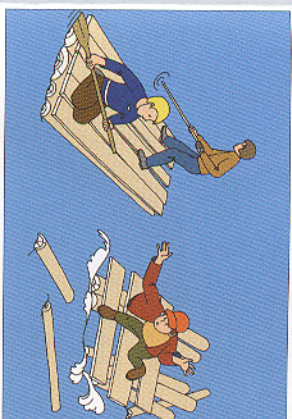
ОСТОРОЖНОСТЬ НА ВОДЕ - ПРЕЖДЕ ВСЕГО!

ВНИМАНИЕ - ОТДЫХ НА ЛОДКЕ!

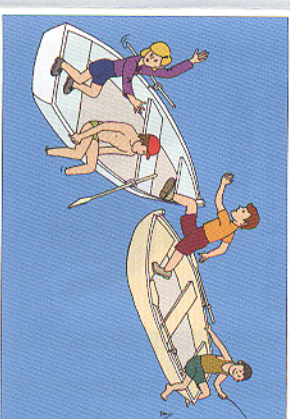


ПЕРВОЕ УСЛОВИЕ БЕЗОПАСНОГО ОТДЫХА НА ВОДЕ - УМЕНИЕ ХОРОШО ПЛАВАТЬ!
Поэтому самое главное перед летним сезоном - научиться плавать!
Помочь научиться плавать могут родители, инструктор, волонтеры в лагере или другие взрослые.

ОБЯЗАТЕЛЬНО ВСЕГДА ПРОЙДИТЕ МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР!

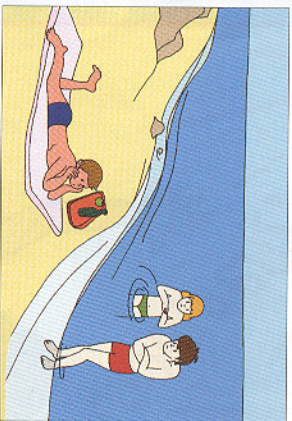


НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПЛАВАНИЯ САМОДЕЛЬНЫЕ УСТРОЙСТВА!
Они могут не выдержать вашего веса и перевернуться. Они могут сломаться, когда вы будете на глубоком месте или просто далеко от берега.



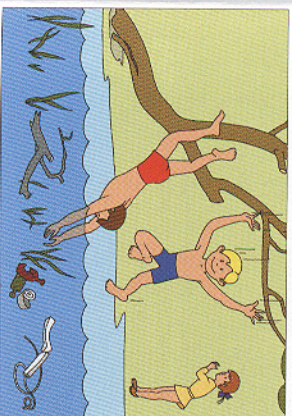
Катайтесь на лодке только в сопровождении взрослых.
Не садитесь на борт лодки, не пересаживайтесь с одного места на другое, не переходите из одной лодки в другую, не раскачивайте лодку, не ныряйте с нее.

СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА КУПАНИЯ



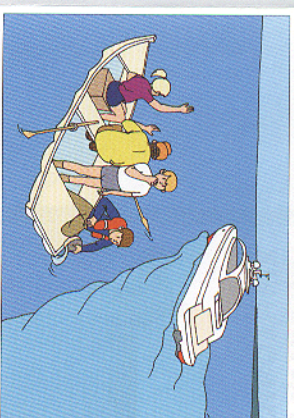
Не сидите в воде до озноба и посинения. Купаться нужно не более 10-15 минут, а потом позаторать, поиграть и только после этого опять лезть в воду. Купаться можно не более 3-5 раз подряд по 10-15 минут.
Не бросайтесь в воду, если вы разгорячены - резкий перепад температуры может вызвать остановку сердца.

НЕ КУПАЙТЕСЬ ПОСЛЕ ЕДЫ!
Это может вызвать непроизвольные желудочно-кишечные спазмы.



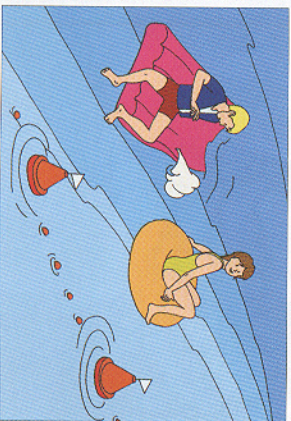
ПОМНИТЕ!

Не купайтесь в запрещенных местах. Нарушение этого правила может привести не только к несчастному случаю, но и к гибели.
Во время купания не теряйте друг друга из виду. Не шалите на воде.
Не заплывайте далеко от берега, за предупредительные знаки.
Не подплывайте близко к проходам судам.
Не прыгайте головой в воду с пристаней, набережных, мостов. Можно удариться головой о дно или находящийся в воде предмет, потерять сознание и погибнуть.



НЕ ПЕРЕГРУЖАЙТЕ ЛОДКИ И КАТЕРА!
НЕ ПОДСТАВЛЯЙТЕ БОК ЛОДКИ ВОЛНЕ!
НЕ ВСТАВАЙТЕ В ЛОДКЕ!
НЕ МЕНЯЙТЕСЬ МЕСТАМИ ПРИ ДВИЖЕНИИ ЛОДКИ!
НЕ ПРЫГАЙТЕ С БОРТОВ!

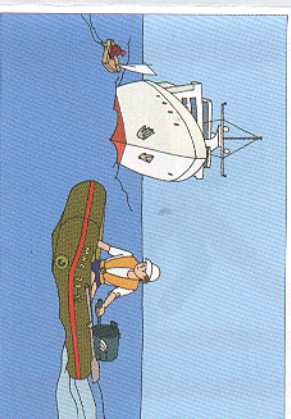
ЕСЛИ ВЫ НЕ ОЧЕНЬ ХОРОШО ПЛАВАЕТЕ



Если вы не умеете плавать, нельзя пользоваться при купании досками, камерами от автомашин, надувными матрацами.
Если вы попадете на глубокое место и случайно соскользните с предмета, на котором плывете, то не сможете самостоятельно добраться до берега.



Не купайтесь у крутых, обрывистых берегов.
Не купайтесь у пристаней и причалов.
Не ныряйте в местах с неизвестной глубиной.
Не купайтесь в темноте. Вы можете натолкнуться на плавающие в воде предметы, и спасти человека в темное время суток гораздо труднее.
Находясь у водоемов, будьте дисциплинированы, выполняйте правила поведения на воде и останавливайте тех, кто их нарушает.



НЕ ПЕРЕСЕКАЙТЕ СУДОВОЙ ХОД!
НЕ ПОДПЛАВЛЯЙТЕ К ПРОХОДЯЩИМ СУДАМ!