

# Правила поведения на воде в летний период:

1. Купаться и загорать лучше на оборудованном пляже – не стоит купаться в незнакомых местах, а тем более нырять – на дне могут оказаться бревна, камни, коряги или стекло, а непредсказуемое течение отнести далеко от берега
2. Необходимо помнить, что отплывать далеко от берега на надувном матрасе или круге опасно – они могут оказаться неисправными или порваться в любой момент, в т.ч. и на большой глубине
3. Нельзя купаться в штормовую погоду или в местах сильного прилива
4. Если Вы оказались на воде с сильным течением, не пытайтесь плыть ему навстречу и бороться с ним – в этом случае нужно плыть ПО течению, но под небольшим углом, чтобы постепенно приблизиться к берегу
5. Купаться лучше утром или вечером, чтобы не получить тепловой удар в сильный дневной зной, а пребывание в воде лучше сократить до 20 минут – это позволит избежать переохлаждения
6. Категорически запрещено подавать крики ложной тревоги и шутить на воде
7. Если Вы не умеете плавать или делаете это неуверенно, то не стоит заходить в воду слишком далеко и делать это без присмотра взрослых

