



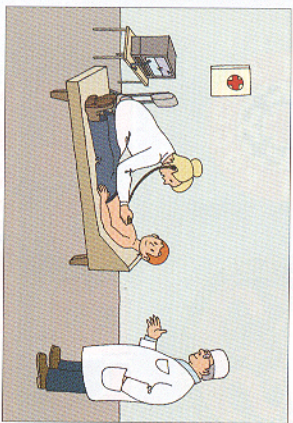
Восвод представляет:

# Правила поведения на воде

ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ СЕЗОНОМ

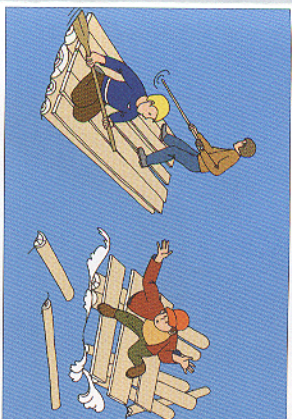
ОСТОРОЖНОСТЬ НА ВОДЕ - ПРЕЖДЕ ВСЕГО!

ВНИМАНИЕ - ОТДЫХ НА ЛОДКЕ!

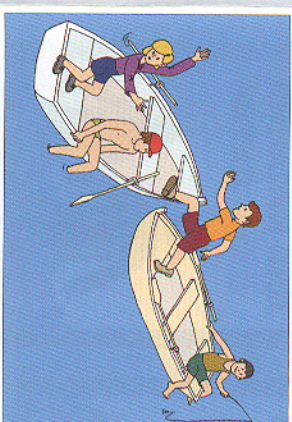


**ПЕРВОЕ УСЛОВИЕ БЕЗОПАСНОГО ОТДЫХА НА ВОДЕ - УМЕНИЕ ХОРОШО ПЛАВАТЬ!**  
Поэтому самое главное перед летним сезоном - научиться плавать! Помочь научиться плавать могут родители, инструктор, волонтеры в лагере или другие взрослые.

**ОБЯЗАТЕЛЬНО ВСЕМОЯ ПРИЙДИТЕ МЕДИЦИНСКИЙ ОСМОТР!**



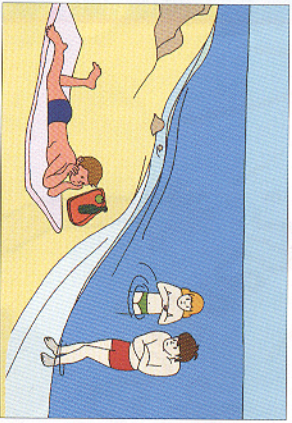
**НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПЛАВАНИЯ САМОДЕЛЬНЫЕ УСТРОЙСТВА!**  
Они могут не выдержать вашего веса и перевернуться. Они могут сползти, когда вы будете на глубоким месте или просто далеко от берега.



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

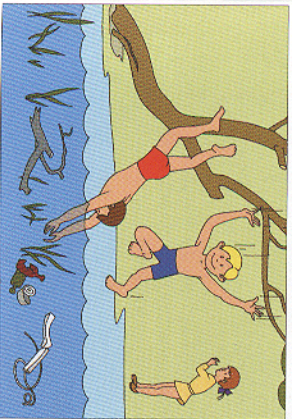
СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА КУПАНИЯ

ПОМНИТЕ!

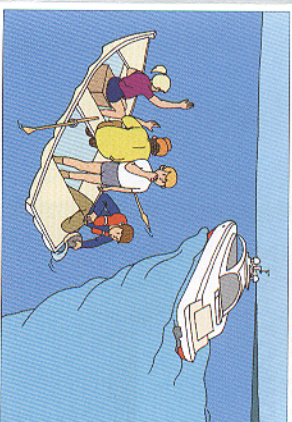


Не сидите в воде до озноба и посинения. Купаться нужно не более 10-15 минут, а потом позаторать, поиграть и только после этого опять лезть в воду. Купаться можно не более 3-5 раз подряд по 10-15 минут.  
Не бросайтесь в воду, если вы разгорячены - реакция передат температуры может вызвать остановку сердца.

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



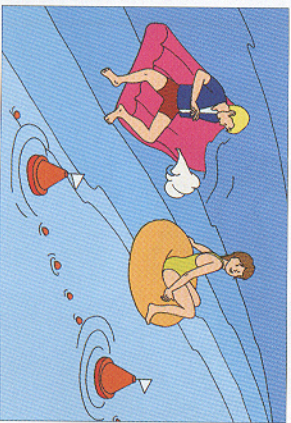
Не купайтесь в запрещенных местах. Нарушение этого правила может привести не только к несчастному случаю, но и к гибели.  
Во время купания не теряйте друг друга из виду. Не шагйте на воде.  
Не заплывайте далеко от берега, за предупредительные знаки.  
Не подплывайте близко к проходам судам.  
Не прыгайте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



**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

НЕЛЬЗЯ!

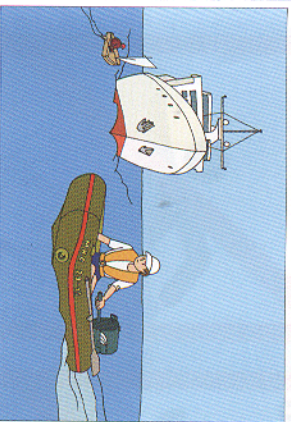


Если вы не умеете плавать, нельзя пользоваться при купания досками, камерами от автомашин, надувными матрацами.

Если вы попадаете 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 нетолкнуться на плавающих в воде предметах, 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 ХОДИ!**  
**НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К ПРОХОДЯЩИМ СУДАМ!**