

## НЕОБХОДИМО СОБЛЮДАТЬ СЛЕДУЮЩИЕ ПРАВИЛА



Купайтесь только там, где есть разрешающие знаки.



Не играйте на обрывистых берегах.



На открытой воде (на лодках, плотках «бананах») одевайте спасательные жилеты.



Не заплывайте далеко от берега на надувных матрасах.



Не заплывайте за буйки.



Не затевайте опасных игр на воде.



Не ныряйте в незнакомых местах.

**ПОМНИТЕ,  
КУПАТЬСЯ  
МОЖНО ТОЛЬКО  
В РАЗРЕШЁННЫХ  
МЕСТАХ,  
ОБЯЗАТЕЛЬНО В  
ПРИСУТСТВИИ  
ВЗРОСЛЫХ!**



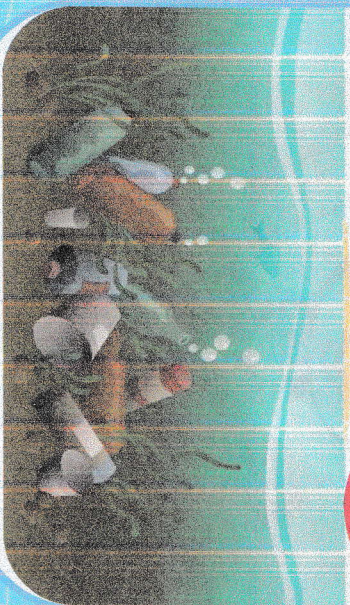
## БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ



## ГДЕ МОЖНО КУПАТЬСЯ

Помните, что купаться можно только в специально отведённых местах! Там проверено состояние дна, расчищен пляж, кроме того такие места находятся под присмотром служб спасения.

**Объявление о запрете купания** – не прихоть! Такие объявления ставят в местах, где купаться **ОПАСНО!** Там может быть замусоренное или топкое дно, быстрое течение или вода может не соответствовать санитарным нормам.



## ЕСЛИ ТОНЕШЬ САМ

- ❗ Не паникуй.
- ❗ Сними с себя лишнюю одежду и обувь, громко зови на помощь.
- ❗ Перевернись на спину, широко раскинь руки, расслабься, сделай несколько глубоких вдохов.



## ЕСЛИ ТОНЕТ ЧЕЛОВЕК

- ❗ Громко зовите на помощь: «Человек тонет!».
- ❗ Попросите вызвать спасателей и «скорую помощь»
- ❗ Бросьте тонущему спасательный круг или длинную верёвку с узлом на конце.
- ❗ Если хорошо плаваете, то снимите одежду и обувь и вплавь доберите до тонущего. Заговорите с ним. Если услышите адекватный ответ, смело подставляйте ему плечо в качестве опоры и помогите доплыть до берега.

- ❗ Вытащив пострадавшего из воды, необходимо быстро очистить ему ротовую полость, положив животом на колени, выдвинуть из лёгких воду и начать реанимационные мероприятия.

