

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ В ОТКРЫТЫХ ВОДОЕМАХ

- Место для купания надо выбирать вдали и выше по течению от стоков и водопоя скота.
- Дно должно быть пологим, ровным, плотным, лучше песчаным.
- Безопасная скорость течения воды не более 10 м/мин.
- Температура воды должна быть не ниже +18° С.
- Глубина водоема для неумеющих плавать должна быть не более 1,2 м.
- Если у вас в воде появились озноб, дрожь, необходимо немедленно выйти из воды, растереться полотенцем, быстро одеться.
- Запрещается:
 - входить в воду вспотевшим и разгоряченным, сразу после приема солнечных ванн или после подвижных игр необходимо охладиться в тени;
 - входить в воду сразу после приема пищи, необходим перерыв не менее 60 минут;
 - нырять и прыгать в воду в незнакомых местах;
 - заплывать за буйки;
 - при плавании приближаться к судам;
 - устраивать игры в воде, связанные с захватами;
 - плавать на надувных матрацах или камерах;
 - подавать ложные сигналы о помощи.

