 Специальные надувные круги и матрасы не предназначены для плавания на далёком расстоянии от берегов.

 Нельзя плавать, купаться и просто входить в воду при наличии любых признаков заболевания, например, повышенной температуре тела, интенсивной боли или приступах тошноты.

 Наконец, нельзя слишком громко кричать и привлекать внимание окружающих, подавая сигналы ложной тревоги. В противном случае при возникновении реальной опасности другие люди не придадут должного значения крикам ребенка, а это при неблагоприятном стечении обстоятельств может стоить ему жизни





**Общероссийский**

**Телефон**

**Доверия**

**8-800-2000-122**



ГАУ АО

«Благовещенский КЦСОН»

**Правила поведения на воде**

**(рекомендации для детей)**



***Весело качаться детям на волнах На цветных матрасах, надувных кругах. Только непременно вы должны узнать: далеко не надо в воду заплывать! Может прохудиться круг или матрас… Кто спасти успеет из пучины вас? И перевернуться на волнах легко… Так что не советуем плавать далеко!***

Благовещенск, 2018

**Правила поведения на воде**

  Плавать в незнакомом водоеме, особенно в отсутствии взрослых людей, категорически запрещено!

 Нельзя заплывать за буйки, а если таковых не имеется – плавать далеко от берегов.

 Запрещено совершать прыжки в воду в незнакомых местах, или на небольшой глубине.

 Прыгать в воду можно только со специально оборудованных площадок.

 Кроме того, нырять в незнакомом месте также может быть очень опасно, поскольку на глубине могут оказаться коряги, крупные камни и так далее.

 Находясь вблизи оврага или канала, следует соблюдать особую осторожность. Нельзя слишком близко подходить к такой выемке, поскольку на ее берегу может быть очень скользко.



Если на пляже установлена специальная табличка «купаться запрещено», игнорировать ее нельзя. В некоторых случаях подобную табличку заменяет флаг определенного цвета, например, красного.

 Запрещено купаться во время сильного волнения или в шторм.

 Если на воде неожиданно началось сильное течение, крайне не рекомендуется плыть против него. В подобной ситуации следует направляться по течению, стараясь максимально приблизиться к берегу. В противном случае человек быстро растратит свои силы и не сможет выбраться из воды.

 Запрещено купаться возле кораблей, лодок, катеров, пароходов и пр.

 Нельзя заходить слишком далеко от берега, даже в случае использования защитных приспособлений.



 Ни в коем случае нельзя играть в игры, когда требуется захватывать или удерживать соперника в воде — это опасно для жизни.

 Время нахождения в воде следует ограничивать в зависимости от температуры обеих стихий – воды и воздуха.

 Нельзя купаться в воде, температура которой составляет менее 18 градусов по шкале Цельсия.

 Нельзя после долгого теплового воздействия с разбега прыгать в холодную воду, поскольку это чревато остановкой сердца или потерей сознания. Для предотвращения таких последствий следует ополоснуться до купания.

 Детям, которые не умеют плавать или не слишком хорошо плавают самостоятельно, необходимо использовать плавательные круги, нарукавники, матрасы или защитные жилеты.



