

Соблюдайте правила безопасности

на водных объектах!

УВАЖАЕМЫЕ АРТЕМОВЦЫ И ЖИТЕЛИ АРТЕМОВСКОГО ГОРОДСКОГО ОКРУГА!

В условиях наступившего жаркого летнего сезона многие семьи отправляются на отдых поближе к воде.

Уважаемые родители, не отпускайте детей на водоемы без присмотра, проведите профилактические беседы о правилах поведения на водном объекте: нельзя нырять с мостов, пристаней даже в тех местах, где ныряли прошлым летом, так как за год уровень воды изменяется, в воде могут находиться посторонние предметы; прыгать с берега в незнакомых местах категорически запрещается; нельзя заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил, чтобы вернуться к берегу, что может привести к переутомлению мышц; если вы почувствовали усталость, не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега, «отдохните» на воде лежа на спине; если вы оказались в водовороте, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие и погрузитесь на глубину, сделав сильный рывок в сторону, всплывите на поверхность воды; опасно подныривать друг под друга, хватать за ноги, пугать, сталкивать в воду или заводит на глубину не умеющих плавать; если вас захватило сильное течение, не стоит пытаться бороться с ним, надо плыть вниз по течению под углом, приближаясь к берегу.

Если во время отдыха или купания Вы увидели, что человек тонет или ему требуется Ваша помощь, помогите ему, используя спасательный круг или иные подручные средства!

Находясь на солнце, применяйте меры предосторожности от перегрева и теплового удара!

БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ



**КУПАНИЕ
ЗАПРЕЩЕНО!**
