

Чтобы лето было добрым (правила поведения детей на воде)



**Купайся только там, где
рядом есть взрослые**



**Если не умеешь
плавать, пользуйся
нарукавниками или
надутым кругом**



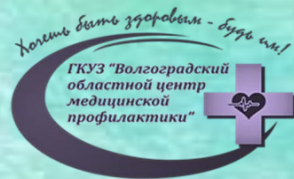
**Не ныряй и не плавай
в неизведанных местах
или в грязной воде**



**Не балуйся на воде, не дерись и не мешай
плавать другим**



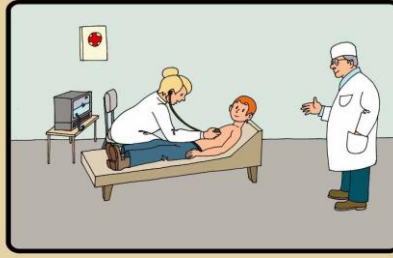
**Не заплывай за
«буйки» (ограждения)**



государственное казенное учреждение здравоохранения
«Волгоградский областной центр медицинской профилактики»,
Волгоград



Чтобы лето было добрым (правила поведения на воде)



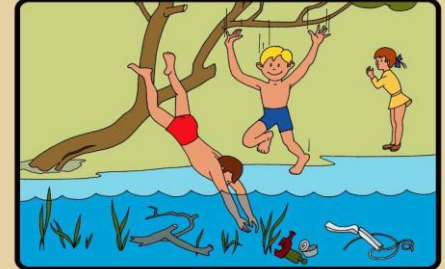
ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ СЕЗОНОМ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОСЕТИТЕ ВРАЧА !



КУПАЙТЕСЬ ТОЛЬКО В РАЗРЕШЕННЫХ МЕСТАХ, НА БЛАГОУСТРОЕННЫХ ПЛЯЖАХ !



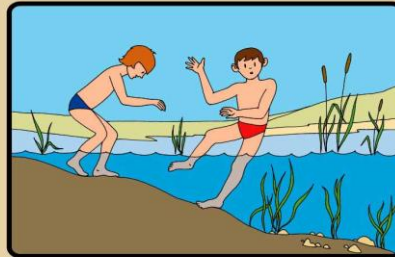
НЕ ПЕРЕОХЛАЖДАЙТЕСЬ И НЕ ПЕРЕГРЕВАЙТЕСЬ ! ПОСЛЕ ПРИЕМА ПИЩИ СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕРЫВ 1,5 - 2 ЧАСА ! НЕ КУПАЙТЕСЬ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ : ВОДЫ - НИЖЕ 18° ВОЗДУХА - НИЖЕ 22°



НЕ НЫРЯЙТЕ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ ! НЕ ИЗВЕСТНО, ЧТО ТАМ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ НА ДНЕ !



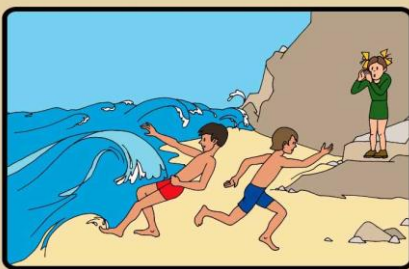
НЕ СТОЙ И НЕ ИГРАЙ В ТЕХ МЕСТАХ, ОТКУДА МОЖНО СВАЛИТЬСЯ В ВОДУ !



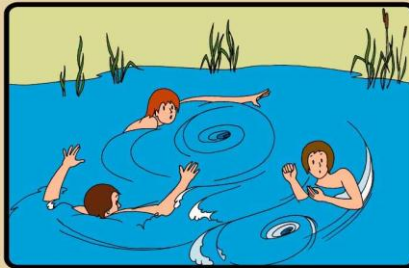
В ВОДЕ ИЗБЕГАЙТЕ ВЕРТИКАЛЬНОГО ПОЛОЖЕНИЯ. НЕ ХОДИТЕ ПО ИЛИСТОМУ И ЗАРОСЛЕМУ ВОДОРОСЛЯМИ ДНУ.



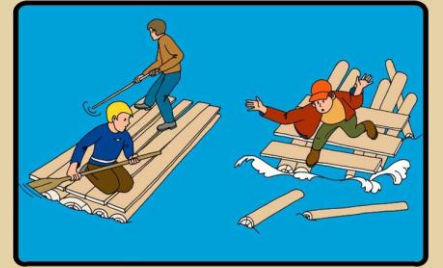
НЕ КУПАЙТЕСЬ У КРУТЫХ ОБРЫВИСТЫХ БЕРЕГОВ С СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ, В ЗАБОЛОЧНЫХ И ЗАРОСШИХ РАСТИТЕЛЬНОСТЬЮ МЕСТАХ !



НЕ КУПАЙТЕСЬ В ШТОРМОВУЮ ПОГОДУ ! БЕРЕГИТЕСЬ ВОЛНЫ !



НЕ БОРИТЕСЬ С СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ ! ПЛЫВИТЕ ПО ТЕЧЕНИЮ ПОСТЕПЕННО ПРИБЛИЖАЯСЬ К БЕРЕГУ !



НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПЛАВАНИЯ САМОДЕЛЬНЫЕ УСТРОЙСТВА ! ОНИ МОГУТ НЕ ВЫДЕРЖАТЬ ВАШ ВЕС И ПЕРЕВЕРНУТЬСЯ !



НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА НА НАДУВНЫХ МАТРАСАХ И АВТОМОБИЛЬНЫХ КАМЕРАХ !



НЕ ПОДПЛАВАЙТЕ К ПРОХОДЯЩИМ СУДАМ. НЕ ВЗБИРАЙТЕСЬ НА ТЕХНИЧЕСКИЕ ПРЕДУПРЕДИТЕЛЬНЫЕ ЗНАКИ !