



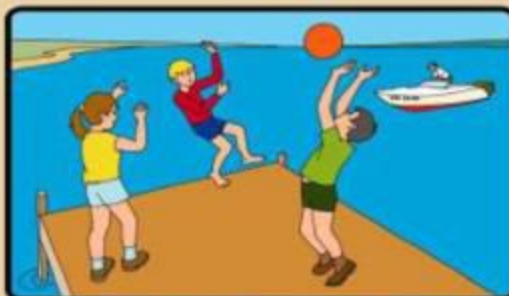
НЕ ПЕРЕОХЛАЖДАЙТЕСЬ И НЕ ПЕРЕГРЕВАЙТЕСЬ !
ПОСЛЕ ПРИЕМА ПИЩИ СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕРЫВ 1,5 -
2 ЧАСА !
НЕ КУПАЙТЕСЬ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ : воды - НИЖЕ 18°
ВОЗДУХА - НИЖЕ 22°



НЕ ОТПЛЫВАЙТЕ ОТ ПЕРЕВЕРНУВШЕЙСЯ ЛОДКИ
ДО ПРИБЫТИЯ ПОМОЩИ !



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 !

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

ЗАПОМНИ!!!

Не заходить в воду (особенно в глубоких местах), не умея плавать.

Купаться только в разрешенных, хорошо известных местах в присутствии взрослых.

Нельзя купаться вблизи водосбросов, шлюзов, пристаней, мостов, водоворотов, стремнин, в судовой фарватере, вблизи плавсредств, в местах скопления водорослей.

Нельзя резко входить в воду или нырять после длительного пребывания на солнце, сразу после приема пищи, при утомлении.



Запрещается прыгать в воду в незнакомых местах, и играть в игры с захватами.

Не умея плавать, нельзя находиться в воде на надувном матрасе или камере.

Нельзя купаться в штормовую погоду и во время грозы.

Нельзя долго находиться в воде, особенно холодной. Если рядом с тобой лодки или катамараны, не приближайся к ним близко.

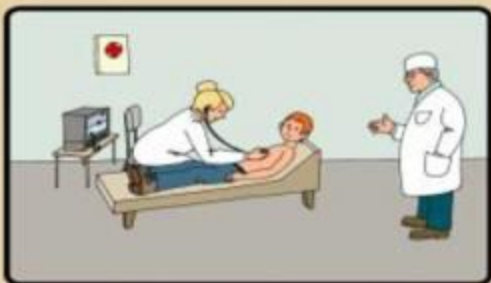


Единый телефон спасения – 112

Государственное казенное учреждение
 Краснодарского края
 «Учебно-методический центр
 по гражданской обороне и чрезвычайным
 ситуациям»



г. Краснодар
 2016 год



ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ СЕЗОНОМ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОСЕТИТЕ ВРАЧА !



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



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



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



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



КУПАЙТЕСЬ ТОЛЬКО В РАЗРЕШЕННЫХ МЕСТАХ, НА БЛАГОУСТРОЕННЫХ ПЛЯЖАХ !



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



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



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