

Як уникнути трагедії на воді

Сонце, повітря і вода, як відомо, наші найкращі друзі. Але вода не прощає помилок при легковажному ставленні до неї, вона може забрати найдорожче - життя. Перед тим, як піти купатися, відпочиваючі мають знати елементарні правила безпеки:

- купатися краще вранці або ввечері, коли сонце гріє, але немає небезпеки перегрівання;

- плавати у воді можна не більш 20 хвилин, причому цей час слід збільшувати поступово, починаючи з 3-5 хв;

- не можна доводити себе до ознобу. При переохолодженні можуть виникнути судоми, припинитися дихання, статися непритомність;

- краще купатися кілька разів по 15-20 хв., а в перервах пограти в рухливі ігри: волейбол, бадмінтон;

- якщо Вас захопило течією, не намагайтеся з нею боротися, треба плисти за течією, поступово наближаючись до берега;

- не треба відпливати далеко від берега або перепливати водоймища на спір;

- не вмючи плавати, не заходьте у воду вище пояса;

- не купайтеся і не пірнайте у заборонених та небезпечних місцях;

- катаючись на човні не пересідайте з місця на місце, човен може перевернутися;

- під час купання не втрачайте з виду товаришів.

Для тих, хто купається, **категорично забороняється:**

- проводити гру, зв'язану з пірнанням та захватом рук і ніг;

- подавати крики неправдивої тривоги;

- пірнати у воду з дамб, пристанів, катерів, човнів, мостів та споруд, не пристосованих для цього і у місцях, де невідомі глибина та стан дна;

- підпливати близько до суден, що йдуть;

- запливати за попереджувальні знаки;

- плавати на дошках, колодах, лежаках, камерах автомашин, надувних матрацах (вітром або течією їх може віднести далеко від берега);

- забруднювати та засмічувати водоймища;

- вживати алкоголь та купатися у нетверезому стані.

Купання дітей має відбуватися тільки під наглядом дорослих, які добре вмюють плавати. Вчитися плавати потрібно під керівництвом інструктора або батьків.

Управління з питань надзвичайних ситуацій та цивільного захисту населення Миколаївської міської ради