

ВОДОЁМЫ: КУПАЕМСЯ БЕЗОПАСНО



#ОБЖ



**БЕЗОПАСНОЕ
КУПАНИЕ**

**В случае происшествий
незамедлительно звоните
по телефонам 112 или 101**

#ОБЖ



БЕЗОПАСНОЕ КУПАНИЕ

Купайтесь только на **оборудованных** пляжах



На оборудованных пляжах
есть спасатели и проверено дно



Избегайте диких водоемов с быстрым
течением, водоворотами и илистым дном



БЕЗОПАСНОЕ КУПАНИЕ

Проверяйте глубину и дно перед
ВХОДОМ В ВОДУ



Заходите в воду осторожно



**Избегайте мест с резкими перепадами
глубины, корягами и водорослями**



**БЕЗОПАСНОЕ
КУПАНИЕ**

Не ныряйте в незнакомых местах



**Ныряйте только там, где это
разрешено и вы уверены в глубине**

**Травмы шеи и позвоночника
нередко происходят из-за прыжка
в воду в непроверенном месте!**

#ОБЖ



**БЕЗОПАСНОЕ
КУПАНИЕ**

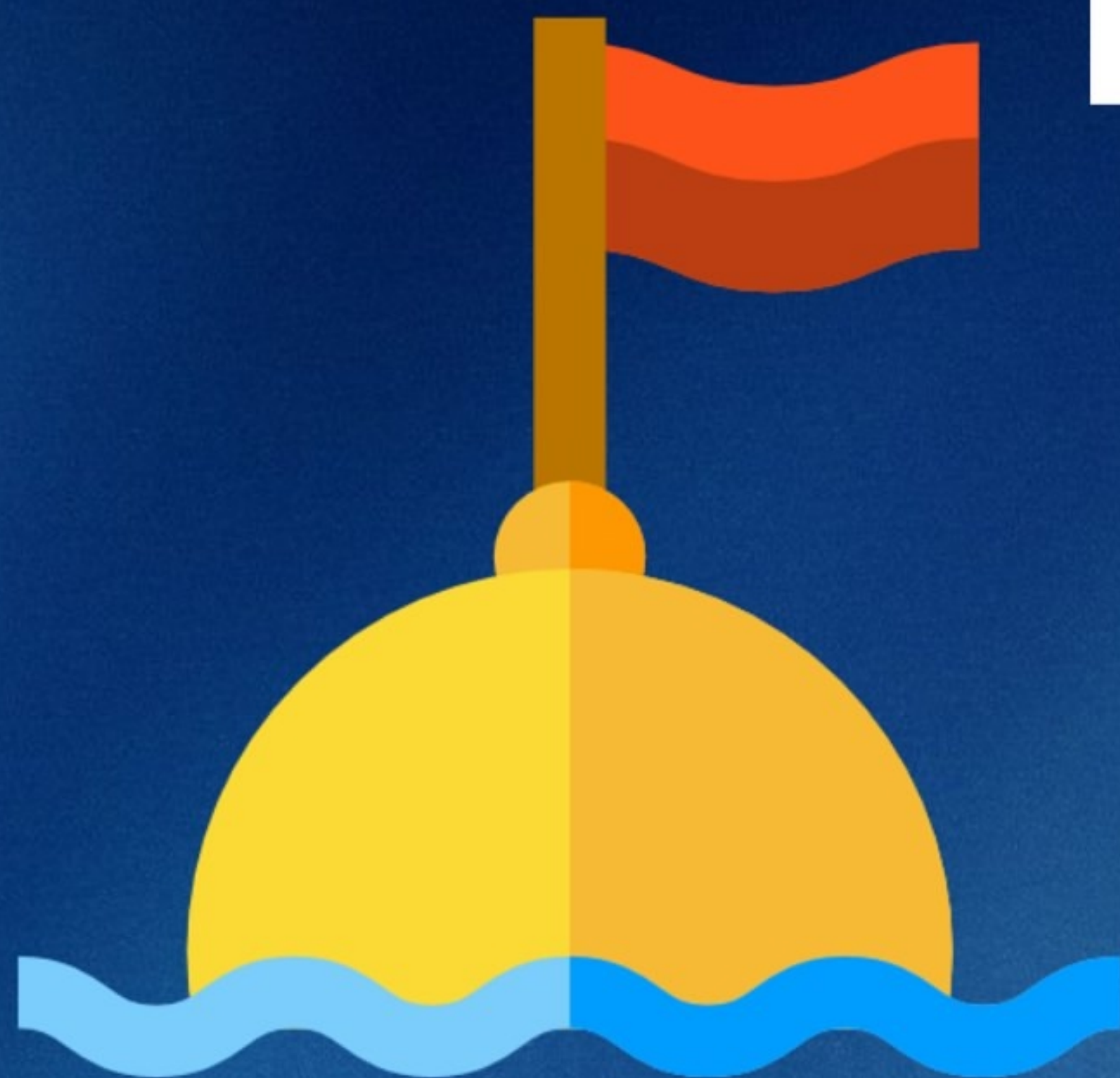
Не купайтесь в одиночку



**Плавайте там, где вас могут увидеть
и помочь в случае необходимости**

**Даже опытные пловцы могут
столкнуться с судорогой или
внезапным недомоганием!**

#ОБЖ



БЕЗОПАСНОЕ КУПАНИЕ

Не заплывайте за буйки и
не подплывайте к судам

Далее обозначенной зоны
может быть сильное течение,
глубина или движение лодок/катеров,
что опасно для жизни



БЕЗОПАСНОЕ КУПАНИЕ

Следите за детьми даже на мелководье



**Держите детей в поле зрения
на расстоянии вытянутой руки**

**Ребенок может утонуть
за считанные секунды
и без шума!**



**БЕЗОПАСНОЕ
КУПАНИЕ**

**Не употребляйте перед
купанием алкоголь**

**Алкоголь снижает реакцию
и чувство опасности, увеличивает
риск переохлаждения и судорог**

БЕЗОПАСНОЕ КУПАНИЕ



Не переохлаждайтесь



Выходите на берег при первых признаках озноба

Длительное пребывание в воде (особенно ниже +18°C) может привести к судорогам и потере сил

#ОБЖ