



## УГОЧС Александровского района ИНФОРМИРУЕТ

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Умение хорошо плавать - одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде.



Купайтесь только на оборудованных пляжах.



Не перегревайтесь и не переохлаждайтесь. Купаться рекомендуется в солнечную безветренную погоду при температуре воды 17-19°C, воздуха 20-25°C.



Не позволяйте детям купаться без присмотра взрослых даже на мелководье.



Не заходите в воду в состоянии алкогольного опьянения.



В воду заходите осторожно. Никогда не ныряйте в незнакомых местах.



Не заплывайте далеко, особенно за буи. Вы можете не рассчитать свои силы.

Если вас захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Нужно двигаться по течению, постепенно, под небольшим углом, приближаясь к берегу.

Если вы попали в водоворот, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и, сделав сильный рывок в сторону, всплывите.

**Напоминаем номера телефоны экстренных служб района:  
112 (49244) 2-34-12**