

| МЧС.медиа

ВОДОЁМЫ: КУПАЕМСЯ БЕЗОПАСНО



#ОБЖ

МЧС.медиа



**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**

#ОБЖ

МЧС.медиа



**БЕЗОПАСНОЕ
КУПАНИЕ**

Проверяйте глубину и дно перед
ВХОДОМ В ВОДУ



Заходите в воду осторожно



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

#ОБЖ

МЧС.медиа



**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

МЧС.медиа



**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



МЧС.медиа

**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**

#ОБЖ



**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!**

#ОБЖ

МЧС.медиа



**БЕЗОПАСНОЕ
КУПАНИЕ**

**Не употребляйте перед
купанием алкоголь**

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

#ОБЖ



МЧС.медиа

**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

МЧС.медиа



**БЕЗОПАСНОЕ
КУПАНИЕ**

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

#ОБЖ