



ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ ПО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ НА ВОДЕ

Лето самое подходящее время для активного отдыха, в том числе и на воде. Этого времени ждут все, а в особенности дети. Однако, без соблюдения всех необходимых мер предосторожности, приятное времяпрепровождение у воды может обернуться непоправимой трагедией.

По статистике, средний возраст погибших - 30 лет. В основном это молодые люди и дети, причем, каждый шестой погибший ребенок.

Нелишне будет сказать, что очень часто несчастные случаи с детьми происходят в присутствии взрослых. В то время, пока дети плещутся в воде, родители спокойно загорают на берегу. **ВНИМАНИЕ!** Родители! Не оставляйте детей без присмотра! Помните, что ребенок намного беззащитнее Вас!

Ну, и конечно, нередко несчастные случаи, происходящие с людьми, находящимися в состоянии алкогольного опьянения. В таких случаях людей тянет на подвиги. Зачастую, они не обращают внимание ни на неумение плавать, ни на температуру воды. Но, в этом случае, каждый несет ответственность за свою жизнь сам.

В большинстве случаев, почти всех опасных ситуаций, связанных с отдыхом на воде, можно избежать, соблюдая элементарные правила:

1. Если вы не натренированы, врачи не рекомендуют купаться при температуре воздуха менее 20 и воды менее 18 градусов по Цельсию.
2. В любую, даже самую жаркую погоду, продолжительность купания не должна превышать 10-15 минут. Иначе, может произойти переохлаждение, которое, в свою очередь, опасно не только простудой, но и может повлечь судорожное сокращение мышц, со всеми вытекающими последствиями.
3. Не лишне будет напомнить, что людям, не умеющим плавать, не рекомендуется входить в воду далее, чем по пояс.

Конечно, лучшая гарантия безопасности водного отдыха - здоровый ум, умение хорошо плавать, и соблюдение элементарных правил поведения на воде. Пусть Ваш отдых будет по-настоящему радостным и приятным!



Если вы стали свидетелем трагедии, звоните 01, с мобильных 112

Телефон доверия Главного управления МЧС России по Орловской области: 8(486-2) 76-17-78