

## ГДЕ МОЖНО КУПАТЬСЯ?

## БЕЗОПАСНОСТЬ НА ПЛЯЖЕ

## БЕЗОПАСНОСТЬ В ВОДЕ

КУПАТЬСЯ СЛЕДУЕТ НА ПЛЯЖАХ И СПЕЦИАЛЬНО  
ОБОРУДОВАННЫХ ТЕРРИТОРИЯХ



- + Дно проверено
- + Навесы от солнца
- + Безопасный подход к воде
- + Спасательный пост
- + Кабинки для переодевания
- + Медицинский пункт
- + Буями обозначена зона купания

ДОЛЖЕН БЫТЬ УДОБНЫЙ СПУСК К ВОДЕ

Дно - песчаное  
или гравийное.

Вода - чистая и  
прозрачная.

Не должно  
быть сильного  
течения



В воде не должно  
быть коряг и  
веток.

Присмотритесь к  
воде, нет ли водоворотов  
и воронок!

Входить в воду  
нужно постепенно,  
прыгать - опасно!

СОБЛЮДАЙТЕ ТЕМПЕРАТУРНЫЙ РЕЖИМ



Не стоит купаться:

1,5-2 часа после приёма пищи,  
при температуре воды - ниже 18°C,  
при температуре воздуха - ниже 22°C.

Признаки солнечного удара:

озноб,  
тошнота,  
шум в ушах,  
головокружение,  
носовое кровотечение.



Как помочь пострадавшему:

- 1 перенести его в тень или в прохладное помещение,
- 2 дать пострадавшему холодное питьё,
- 3 положить пострадавшему на голову холодный компресс.



Не употребляйте алкогольные напитки на пляже!

Не разводите огонь на пляже!  
Только в специально отведённом месте!

Не бросайте мусор!

ЗАПОМНИТЕ ГЛАВНЫЕ "НЕ" НА ВОДЕ!

**НЕ** прыгайте в воду в незнакомых местах!  
Неизвестно, что может оказаться на дне!



**НЕ** подплывайте к проходящим судам и не забирайтесь на предупредительные знаки!



**НЕ** боритесь с сильным течением!  
Плывите по течению, постепенно приближаясь к берегу!

Как бороться с отбойным течением



**НЕ** купайтесь в штормовую погоду!

