



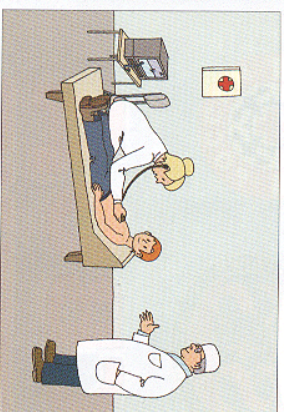
ВОСВОД представляет:

Правила поведения на воде

ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ СЕЗОНОМ

ОСТОРОЖНОСТЬ НА ВОДЕ - ПРЕЖДЕ ВСЕГО!

ВНИМАНИЕ - ОТДЫХ НА ЛОДКЕ!

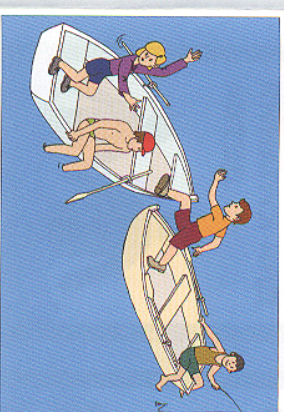


**ПЕРВОЕ УСЛОВИЕ
БЕЗОПАСНОГО ОТДЫХА
НА ВОДЕ - УМЕНИЕ ХОРОШО
ПЛАВАТЬ!**
Поэтому самое главное перед
летним сезоном - научиться
плавать!
Помочь научиться плавать
могут родители, инструктор,
вожатый в лагере или другие
взрослые.

**ОБЯЗАТЕЛЬНО ВЕСНОЙ
ПРОЙДИТЕ МЕДИЦИНСКИЙ
ОСМОТР!**



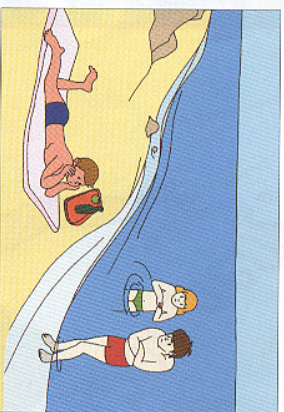
**НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ
ПЛАВАНИЯ САМОДЕЛЬНЫЕ
УСТРОЙСТВА!**
Они могут не выдержать вашего
веса и перевернуться. Они
могут сломаться, когда вы
будете на глубоком месте или
просто далеко от берега.



Катайтесь на лодке только в
сопровождении взрослых.
Не садитесь на борт лодки,
не пересаживайтесь с
одного места на другое, не
переходите из одной лодки в
другую, не расквашивайте
лодку, не ныряйте с нее.

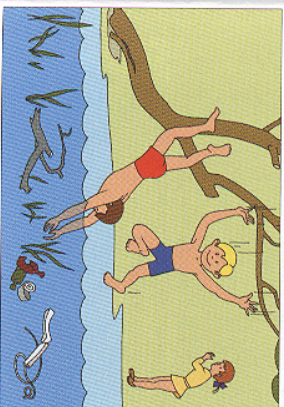
СОВЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА КУПАНИЯ

ПОМНИТЕ!

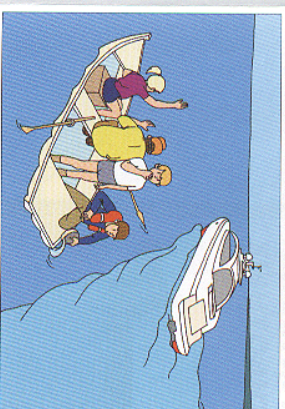


Не сидите в воде до озноба и
посинения. Купаться нужно не
более 10-15 минут, а потом
попотеть, поиграть и только
после этого опять лезть в
воду. Купаться можно не
более 3-5 раз подряд по 10-
15 минут.
Не бросайтесь в воду, если вы
разгорячены - резкий перепад
температуры может вызвать
остановку сердца.

НЕ КУПАЙТЕСЬ ПОСЛЕ ЕДЫ!
Это может вызвать
непроизвольные желудочно-
кишечные спазмы.



Не купайтесь в запрещенных
местах. Нарушение этого
правила может привести не
только к несчастному случаю,
но и к гибели.
Во время купания не теряйте
друг друга из виду. Не шалите
на воде.
Не заплывайте далеко от
берега, за предупредительные
знаки.
Не подплывайте близко к
проходящим судам.
Не прыгайте головой в воду с
пристенки, набережных,
мостов. Можно удариться
головой о дно или находящийся
в воде предмет, потерять
сознание и потонуть.



НЕ ПЕРЕПРУЖАЙТЕ ЛОДКИ
И КАТЕРЫ!
НЕ ПОДСТАВЛЯЙТЕ БОК
ЛОДКИ ВОЛНЕ!
НЕ ВСТАВАЙТЕ В ЛОДКЕ!
НЕ МЕНЯЙТЕСЬ МЕСТАМИ
ПРИ ДВИЖЕНИИ ЛОДКИ!
НЕ ПРЫГАЙТЕ С БОРТОВ!

ЕСЛИ ВЫ НЕ ОЧЕНЬ ХОРОШО ПЛАВАЕТЕ

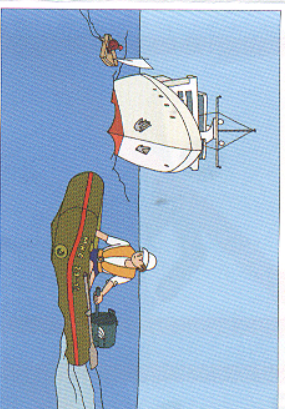
НЕЛЬЗЯ:



Если вы не умеете плавать,
нельзя пользоваться при
купании досками, камерами
от автомашин, надутыми
матрасами.
Если вы попадете на
глубокое место и случайно
соскользнете с предмета, на
котором плывете, то не
сможете самостоятельно
добраться до берега.



Не купайтесь у крутых,
обрывистых берегов.
Не купайтесь у пристаней и
причалов.
Не ныряйте в местах с
неизвестной глубиной.
Не купайтесь в темноте. Вы
можете натолкнуться на
плавающие в воде предметы, и
сласти человека в темное время
суток гораздо труднее.
Находясь у водоемов, будьте
дисциплинированы,
выполняйте правила поведения
на воде и останавливайте тех,
кто их нарушает.



НЕ ПЕРЕСЕКАЙТЕ СУДОВОЙ
ХОД!
НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К
ПРОХОДЯЩИМ СУДАМ!