

Правила безпечної поведінки на воді



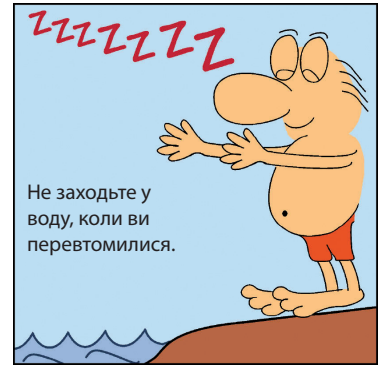
Перед купанням перевірте температуру води.



Ніколи не стрибайте у воду розпашілими і спітнілими. Спочатку охолоньте.



Не плавайте на повний шлунок.



Не заходьте у воду, коли ви перевтомилися.



Не плавайте і не пірнайте поблизу трампліна для стрибків у воду.



Ніколи не бігайте по краю басейну.



Якщо ви відчули, що вам холодно, негайно вийдіть з води. Добре витріться рушником.



Ніколи не штовхайте нікого у воду.



Якщо піднявся вітер, почався шторм або з'явилися бризки та водяний пил на морі, негайно вийдіть з води.



Не заходьте у воду, якщо ви вживали алкогольні напої, ліки чи наркотики.



НІКОЛИ не кладіться на надувні плавальні засоби, якщо не вмієте плавати.



Ніколи не стрибайте в невідому водойму чи каламутну воду.



Звертайте увагу на попереджувальні знаки, обмежувальну розмітку, загородження та буйки.



Не пірнайте, якщо у вас застуда чи пошкоджена барабанна перетинка.



Тримайтеся подалі від водних рослин.



Тримайтеся подалі від водостоку, греблі чи виру.



Ніколи не купайтеся поодиночі.

Ніколи не запливайте далеко без супроводжувального човна.



У надзвичайній ситуації голосно кличте на допомогу.

Допомога



Будьте обережні і пам'ятайте про фактори, що становлять особливу небезпеку для людей у воді та на березі моря.



Тримайтеся подалі від суден та інших об'єктів судноплавства.