

# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

- Купаться можно только в присутствии взрослых.
- Не играй на краю пристани, моста, на крутом берегу.
- Купайся только в специально отведенных местах: пляжах, бассейнах.
- Не заплывай за буйки.
- Не играй на краю пристани, моста, на крутом берегу.
- Не приближайся к проплывающим суднам.
- Не ныряй в незнакомых местах.
- Прежде чем входить в воду, надень надувные или пенопластовые нарукавники, они помогут удержаться на воде.
- В воде следует находиться 10-15 минут. При переохлаждении тела могут возникнуть судороги.
- Места для купания выбирайте там, где чистая вода, ровное песчаное или гравийное дно, нет сильного течения.
- После длительного пребывания на солнцеходи в воду медленно. Резкое погружение может привести к остановке дыхания.
- Не устраивай подвижных игр в лодке, на плоту.
- Не допускай грубых игр на воде: нельзя подныривать под плывущего человека, «топить» его, подавать ложные сигналы помощи и т.п.
- Если ты увидел, что человек тонет, немедленно вызывай спасателей и постарайся привлечь внимание окружающих.

## ПОМНИТЕ!

Паралич дыхательного центра наступает через 4-6 минут после погружения под воду, а сердечная деятельность может сохраняться до 15 минут.

Именно поэтому так важно вовремя и правильно оказать пострадавшему первую помощь.

