Правила поведінки на воді

- Відпочинок на воді (купання, катання на човнах) повинен бути тільки у спеціально відведених місцевими органами виконавчої влади та обладнаних для цього місцях.
- Безпечніше відпочивати на воді у світлу частину доби.
- Купатися дозволяється в спокійну безвітряну погоду при швидкості вітру до 10м/сек, температурі води — не нижче +18° С, повітря — не нижче +24° С.
- Після прийняття їжі купатися рекомендовано не раніше, ніж через 1,5-2 години.
- Заходити у воду необхідно повільно, дозволяючи тілу адаптуватися до зміни температури повітря та води.
- У воді варто знаходитись не більше 15 хвилин.
- Після купання не рекомендується приймати сонячні ванни, краще відпочити в тіні.
- Не рекомендується купатися поодинці біля крутих, стрімчастих і заростих густою рослинністю берегів.
- Перед тим, як стрибати у воду, переконайтесь в безпеці дна і достатній глибині водоймища.
- Пірнати можна лише там, де є для цього достатня глибина, прозора вода, рівне дно.
- Під час купання не робіть зайвих рухів, не тримайте свої м’язи у постійному напруженні, не порушуйте ритму дихання, не перевтомлюйте себе, не беріть участі у великих запливах без дозволу лікаря і необхідних тренувань.

Правилами поведінки на воді забороняється

- Купатися в місцях, які не визначені місцевими органами виконавчої влади та не обладнані для купання людей.
- Залазити на попереджувальні знаки, буї, бакени.
- Стрибати у воду з човнів, катерів, споруджень, не призначених для цього.
- Пірнати з містків, дамб, причалів, дерев, високих берегів.
- Використовувати для плавання дошки, колоди, камери від автомобільних шин та інше знаряддя, не передбачене для плавання.
- Плавати на плавзасобах біля пляжів та інших місць, які відведені для купання.
- Вживати спиртні напої під час купання.
- Забруднювати воду і берег, прати білизну і одяг у місцях, відведених для купання.
- Підпливати близько до човнів та катерів, які йдуть неподалік від місць купання.
- Допускати у воді грубі ігри, які пов’язані з обмеженням руху рук і ніг.
- Подавати помилкові сигнали небезпеки.
- Заходити глибше, ніж до поясу, дітям, які не вміють плавати.
- Купання дітей без супроводу дорослих.

Надрукувати