

# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

**ЕСЛИ собрался  
искупаться в море  
или реке, ТО**



- Не боритесь с сильным течением!  
Плывайте течению постепенно  
приближаясь к берегу!



- Не купайтесь у крутых обрывистых берегов  
с сильным течением, в заболоченных и  
заросших растительностью местах!



- Не ныряйте в незнакомых местах!  
Не известно, что там может оказаться  
на дне!



- Не переохлаждайтесь и не  
перегревайтесь!  
После приема пищи сделайте  
перерыв 1,5 - 2 часа!  
Не купайтесь при температуре: воды - ниже 18°  
воздуха - ниже 22°



- Не подплывайте к проходящим судам.  
Не взбирайтесь на технические  
предупредительные знаки!



- Купайтесь только в разрешенных  
местах, на благоустроенных пляжах!