

## ПАМЯТКА

**Соблюдение мер предосторожности - основное условие безопасности на воде, а умение плавать - главное требование безопасности проведения мероприятий на воде.**

Необходимо соблюдать следующие **правила**:

- не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз), при нахождении вблизи других пловцов;
- прежде чем войти в воду, сделать разминку, выполнив несколько легких упражнений;
- входить в воду постепенно, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы);
- при купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам;
- не заплывать в зону с илистым дном и водорослями, не купаться при большой волне или в шторм. Даже небольшие волны представляют угрозу для жизни;
- во избежание перегревания использовать на пляже головной убор;
- не допускать ситуаций неоправданного риска и шалостей на воде.
- Категорически **запрещено купание детей**, в том числе на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах, **без надзора взрослых**.

Во избежание несчастных случаев с детьми, **каждый обязан**:

- строго контролировать свободное время своих несовершеннолетних детей;
- **разрешать купание на водоемах только в присутствии взрослых и в специально отведенных местах**;
- довести до сведения своих несовершеннолетних детей правила поведения на водоеме.
- Категорически **запрещается купание** на водных объектах, оборудованных предупреждающими знаками **«КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!»**.