



**Навчально-методичний центр цивільного захисту та
безпеки життєдіяльності
Кіровоградської області**

Пам'ятка населенню

ЯК ВІДПОЧИВАТИ НА ВОДОЙМАХ БЕЗПЕЧНО?



м. Кропивницький



**Навчально-методичний центр цивільного захисту та
безпеки життєдіяльності
Кіровоградської області**

Пам'ятка населенню

ЯК ВІДПОЧИВАТИ НА ВОДОЙМАХ БЕЗПЕЧНО?



м. Кропивницький

Різке підвищення температури повітря та неочікувана спека змушує людей більше часу перебувати біля водойм.

Звісно, відпочинок на воді приємний і корисний. Однак, перебуваючи на водних об'єктах, завжди треба пам'ятати про безпеку.

Пам'ятайте, що відпочинок на воді повинен бути тільки в спеціально відведених та обладнаних для цього місцях (пляжні зони, острови тощо), визначених органами місцевого самоврядування. Забезпечення охорони життя та здоров'я громадян у місцях масового відпочинку населення на водних об'єктах покладається на водокористувача, який узяв водний об'єкт у користування на умовах оренди.

Та, навіть у найкраще обладнаному місці, необхідно пам'ятати про правила безпечного відпочинку.

Першою умовою безпечного відпочинку на воді є вміння плавати. Навчитись плавати потрібно кожному. Людина, яка добре плаває, відчуває себе на воді спокійно, упевнено, у випадку необхідності може надати допомогу потерпілому, який потрапив в біду. Навіть той, хто добре плаває, повинен постійно бути обережним, дисциплінованим і суворо дотримуватись правил поведінки на воді.

- Тому, купайтесь у місцях, де є рятувальні пости.
- Дикі пляжі, круті береги, замулене дно є небезпечними.
- Не варто купатись у місцях зі стрімкою течією і там, де велись бойові дії.
- Не можна пірнати у воду з дамб, причалів, дерев, човнів, катерів, стрімких берегів.
- Не купайтесь поодиноці та не запливайте за обмежувальні знаки.
- Алкоголь та безпека на воді — несумісні. Також не варто купатись відразу після прийняття їжі.

➤ Без необхідності, жартома, не кличте на допомогу.

Обирайте сприятливі умови та погоду. Купатися краще в теплу безвітряну погоду: швидкість вітру до 10 м/с та температура повітря вище +24°C. На воді безпечніше у світлу пору доби. Не можна купатись в холодній воді (нижче +18°C), щоб не сталося переохолодження організму. У воді варто знаходитись не більше 15 хвилин.

Слідкуйте за дітьми та будьте свідомими: купання дітей — лише під наглядом дорослих. Дітям, які не вміють плавати, заборонено заходити у воду вище поясу.

ПАМ'ЯТАЙТЕ, ЩО ТАМ, ДЕ ВЕЛИСЯ БОЙОВІ ДІЇ — КУПАТИСЯ ЗАБОРОНЕНО

Різке підвищення температури повітря та неочікувана спека змушує людей більше часу перебувати біля водойм.

Звісно, відпочинок на воді приємний і корисний. Однак, перебуваючи на водних об'єктах, завжди треба пам'ятати про безпеку.

Пам'ятайте, що відпочинок на воді повинен бути тільки в спеціально відведених та обладнаних для цього місцях (пляжні зони, острови тощо), визначених органами місцевого самоврядування. Забезпечення охорони життя та здоров'я громадян у місцях масового відпочинку населення на водних об'єктах покладається на водокористувача, який узяв водний об'єкт у користування на умовах оренди.

Та, навіть у найкраще обладнаному місці, необхідно пам'ятати про правила безпечного відпочинку.

Першою умовою безпечного відпочинку на воді є вміння плавати. Навчитись плавати потрібно кожному. Людина, яка добре плаває, відчуває себе на воді спокійно, упевнено, у випадку необхідності може надати допомогу потерпілому, який потрапив в біду. Навіть той, хто добре плаває, повинен постійно бути обережним, дисциплінованим і суворо дотримуватись правил поведінки на воді.

- Тому, купайтесь у місцях, де є рятувальні пости.
- Дикі пляжі, круті береги, замулене дно є небезпечними.
- Не варто купатись у місцях зі стрімкою течією і там, де велись бойові дії.
- Не можна пірнати у воду з дамб, причалів, дерев, човнів, катерів, стрімких берегів.
- Не купайтесь поодиноці та не запливайте за обмежувальні знаки.
- Алкоголь та безпека на воді — несумісні. Також не варто купатись відразу після прийняття їжі.

➤ Без необхідності, жартома, не кличте на допомогу.

Обирайте сприятливі умови та погоду. Купатися краще в теплу безвітряну погоду: швидкість вітру до 10 м/с та температура повітря вище +24°C. На воді безпечніше у світлу пору доби. Не можна купатись в холодній воді (нижче +18°C), щоб не сталося переохолодження організму. У воді варто знаходитись не більше 15 хвилин.

Слідкуйте за дітьми та будьте свідомими: купання дітей — лише під наглядом дорослих. Дітям, які не вміють плавати, заборонено заходити у воду вище поясу.

ПАМ'ЯТАЙТЕ, ЩО ТАМ, ДЕ ВЕЛИСЯ БОЙОВІ ДІЇ — КУПАТИСЯ ЗАБОРОНЕНО