



ПОИСКОВО-СПАСАТЕЛЬНАЯ СЛУЖБА НА ВОДЕ  
РЯЗАНСКОЙ ОБЛАСТИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:

**ВНИМАНИЕ !!!**

**Соблюдайте меры безопасности во время купания  
Нарушение правил купания и плавания ведет  
к несчастным случаям, к гибели на воде !**

- Первое купание нужно начинать в безветренную солнечную погоду при температуре воды 18°-20°. В воде не следует оставаться более 1-5 минут.
- Купаться рекомендуется два раза в сутки – утром и вечером, в заведомо безопасных или специально отведенных для этого местах.
- Вода в выбранном для купания месте должна быть прозрачной, дно чистым, без коряг, подводных камней, свай, водоворотов и т.п.
- Следует избегать купания в одиночку, так как в случае беды оказать помощь будет некому.
- После приема солнечной ванны нельзя бросаться в воду сразу; купание можно начинать только после некоторого отдыха в тени или сделать обтирание холодной водой в области сердца.
- Никогда не следует подплывать к водоворотам - это самая большая опасность на воде.
- Нырять можно лишь в местах, специально для этого отведенных и оборудованных. Прыгать головой в воду с плавучих сооружений опасно, так как под водой могут быть опасные для жизни предметы.
- Большую опасность представляет собой купание и плавание с досками, бревнами, надутыми резиновыми автомобильными камерами и надувными средствами.
- Очень опасно купаться и плавать в пьяном виде. «Пьяный в воде – наполовину утопленник» – говорит мудрая народная пословица.



В случае возникновения **ЛЮБОЙ** чрезвычайной ситуации звоните  
в **ЕДИНУЮ СЛУЖБУ СПАСЕНИЯ** по телефону  
**«01»** или **«012»** по сотовому телефону