

Безопасность на водоёмах в летний период

Поведение на воде

Управление МЧС по ЮЗАО г. Москвы напоминает:

купание в нетрезвом виде может привести к трагическому исходу!

- При купании недопустимо:

- 1. Плавать в незнакомом месте, под мостами и у плотин.**
- 2. Нырять с высоты, не зная глубины и рельефа дна.**
- 3. Заплывать за буйки и ограждения.**
- 4. Приближаться к судам, плотам и иным плавсредствам.**
- 5. Прыгать в воду с лодок, катеров, причалов.**
- 6. Хватать друг друга за руки и ноги во время игр на воде.**

Избегайте употребление алкоголя до и во время нахождения в воде или у береговой линии.

Алкоголь ухудшает чувство равновесия, координацию движений и самоконтроль.

Не умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1-2 метра!

КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ купание на водных объектах, оборудованных предупреждающими аншлагами «КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!»



РЕКОМЕНДАЦИИ В УСЛОВИЯХ ЖАРЫ

Носить легкую,
просторную одежду



Не находиться в помещениях
с кондиционерами
во влажной одежде



Чаще бывать
в помещении



Выставлять на кондиционерах
температуру не менее
23-25 градусов



Не употреблять очень
холодные напитки



Голову покрывать
головным убором



Пить не менее 2-2,5
литров воды в сутки

