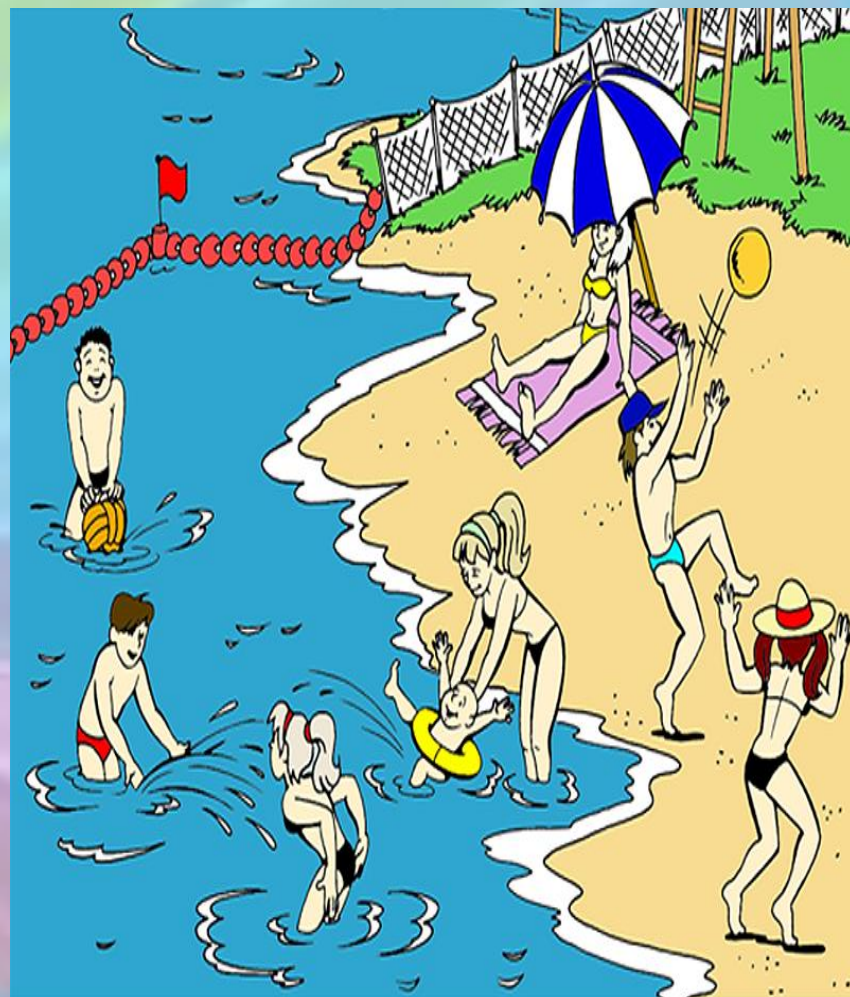


# БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО





**Лучше всего купаться  
в специально отведенных  
местах !**



**Нельзя купаться, если есть знак!**





**Место для купания выбирай ровное и открытое  
На реке - с небольшим течением!**

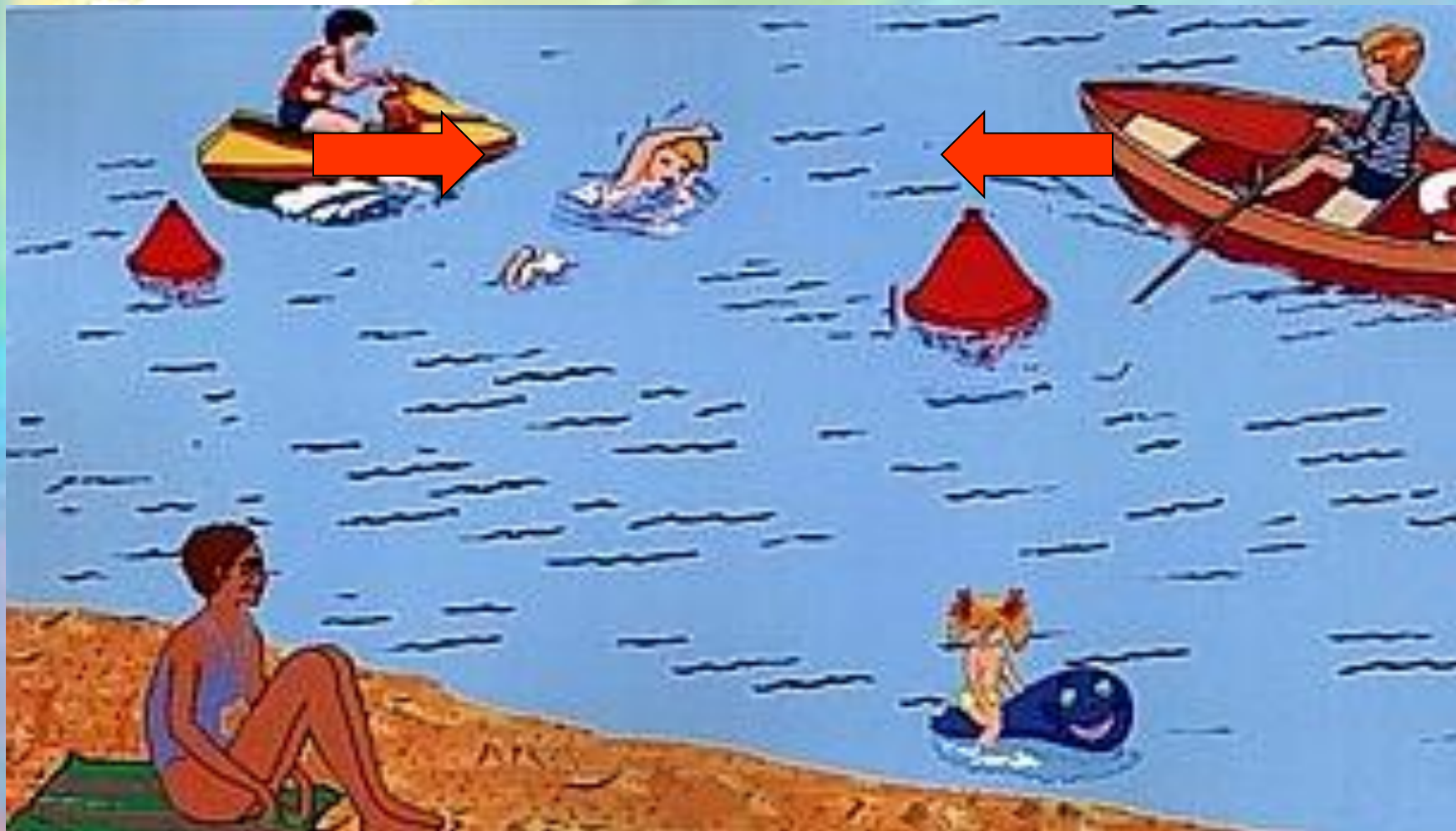


**Обязательно надевайте  
головной убор !**

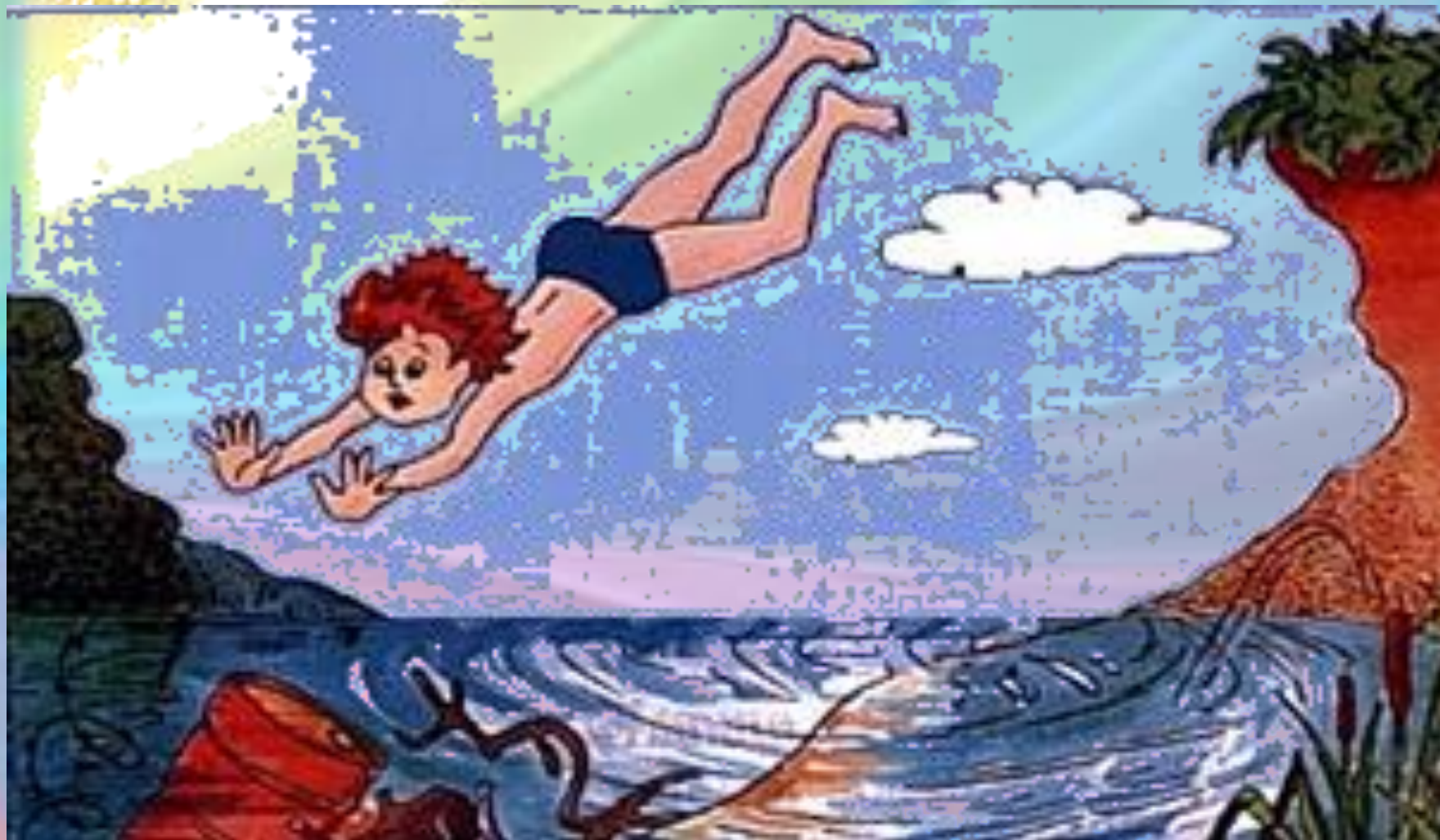


# ***Нельзя заплывать за буйки!***

**- можно попасть под катер или лодку**



**Не ныряй  
в не знакомых местах!**



# Не устраивай игр в воде, связанных с захватом!


человека –

- нельзя, даже играя,  
«топить»

он может  
захлебнуться







**Играя в воде, никогда нельзя в шутку кричать: «Тону! Помогите!»**





**Не пытайтесь плавать на бревнах, досках, самодельных плотках!**



**Если сам не умеешь плавать,  
нельзя плавать на надувных  
матрасах!**



# Матрас может сдуться



**Нельзя перегибаться за  
борт лодки.**



**Нельзя сидеть на краю лодки и  
перелазить из лодки в лодку**






**Нельзя играть в тех местах, от куда можно упасть в воду:**

- на крутом берегу реки или озера
- на мосту через реку





**Не заходи на глубокое место,  
если ты не умеешь плавать:**

*- дно реки или озера может изменяться*





**Нельзя подплывать близко к  
проходящим судам, лодкам,  
гидроциклам.**




**Во время грозы нужно отойти  
подальше от водоема.**



**Не затевай опасных игр в воде!**





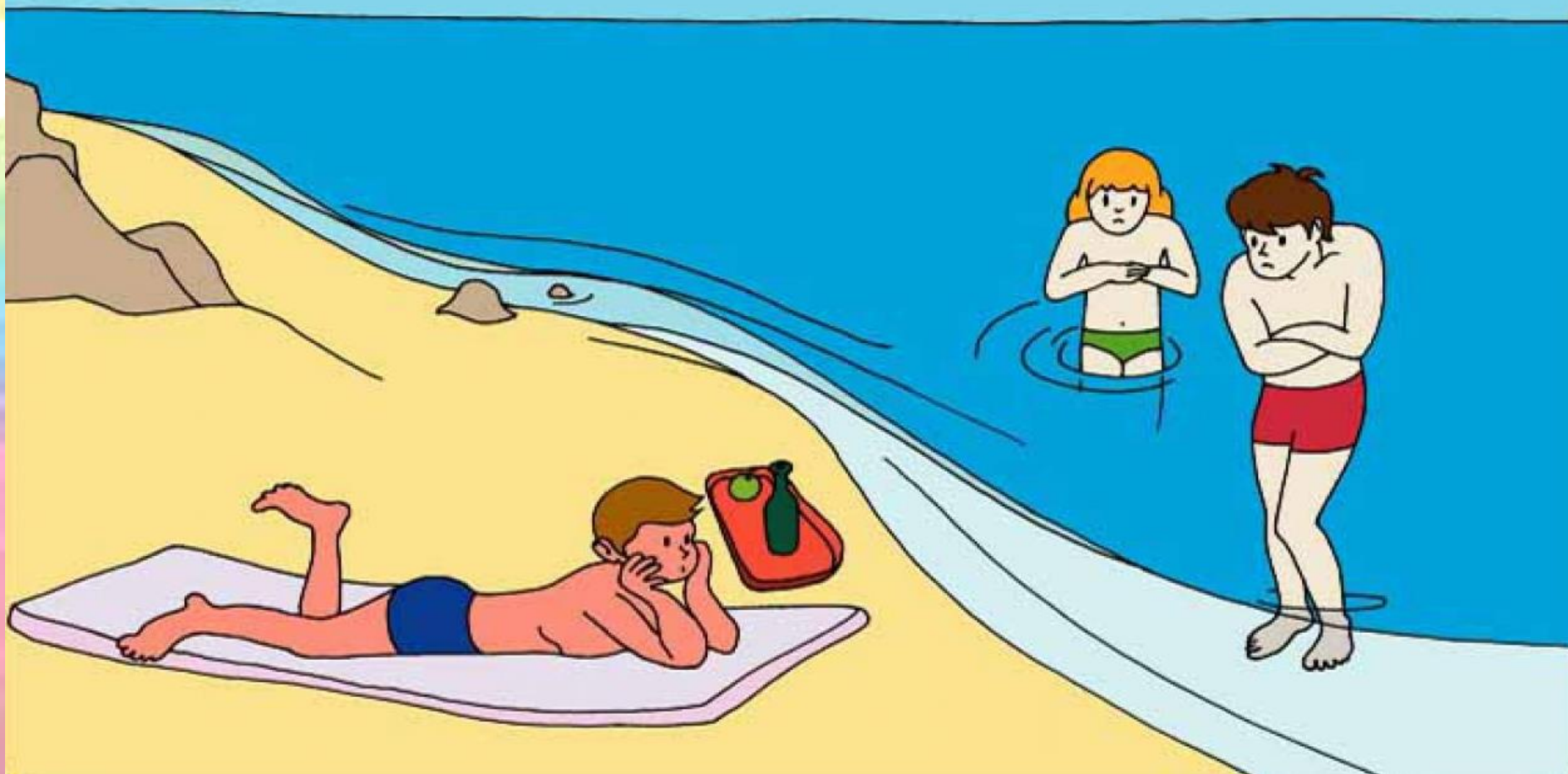
# **Соблюдайте температурный режим.**


**- не перегревайтесь и не  
переохлаждайтесь**



# **Купание и солнечные ванны нужно чередовать**

**оптимальная температура воды для купания –  
не ниже 18 градусов**





ПРИЯТНОГО ВАМ ОТДЫХА!

СКОРЕЙ БЫ ЛЕТО!