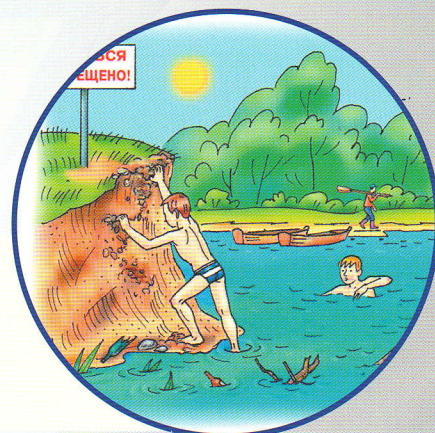


## БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ В ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ

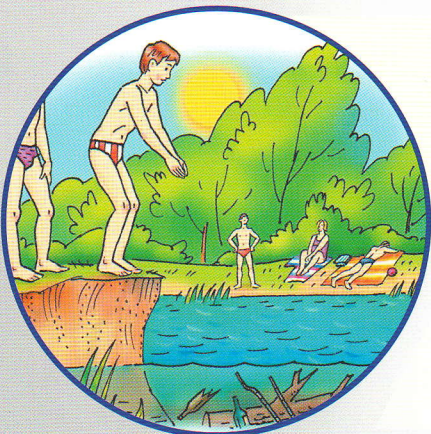
### ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



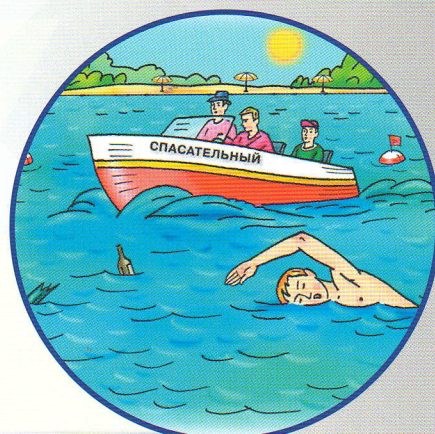
**1** Купаться можно только в установленных местах.



**2** Не купаться в неизвестных и не предназначенных для этой цели водоемах!



**3** Не ныряйте в местах с неизвестным рельефом дна!



**4** Не заплывайте за ограничительные знаки мест, отведенных для купания! Не подплывайте к большим суднам, весельным лодкам, баржам.

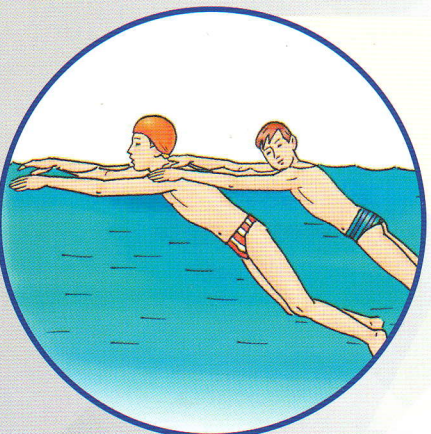
### ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТЕРПЯЩИМ БЕДСТВИЕ НА ВОДЕ



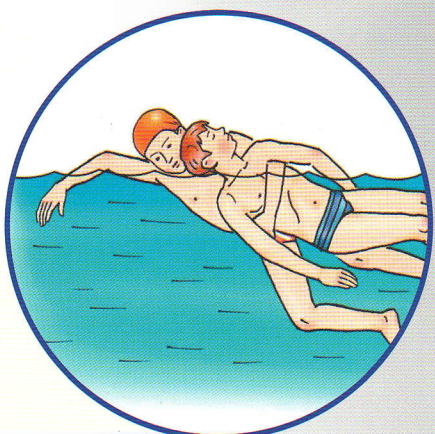
**1** Если при плавании свело ногу, то необходимо на секунду погрузиться с головой в воду и, распрямив ногу, сильно потянуть рукой ступню на себя за большой палец.



**2** Если тонущий может еще какое-то время самостоятельно оставаться на поверхности воды, достаточно бросить ему спасательный круг, за который он может держаться, пока к нему не подплывет спасатель.



**3** Если вы хороший пловец, такой способ транспортировки пострадавшего в воде наиболее приемлем.



**4** Подплывать к тонущему следует осторожно. Брать утопающего безопаснее всего сзади под мышки и, поддерживая его лицо над водой, плыть к берегу.