

Правила безопасного поведения на водоёмах

06.05.2014

В выходные дни сотни москвичей устремляются поближе к воде. Свежий воздух, солнце, купание не только доставляют удовольствие, но и служат хорошим средством закаливания. Вместе с этим вода регулярно уносит жизни москвичей, даже на, казалось бы, безопасных мелких водоёмах.

Подавляющее большинство несчастных случаев связано с нарушениями правил поведения на воде. В начале купального сезона полезно вспомнить основные правила:

- Купайтесь только в специально отведенных местах, на оборудованных пляжах.
- Не используйте для плавания надувные матрацы, камеры, доски.
- Если не умеете плавать, заходите в воду только по пояс.
- Не заплывайте за буйки и другие ограждения, установленные в местах для купания.
- Не подавайте ложных сигналов бедствия.
- Не употребляйте спиртные напитки перед купанием. Помните: купание в нетрезвом виде может привести к трагическому исходу!
- Не купайтесь в одиночку, в вечернее и ночное время суток.

Одной из опасностей для жизни человека, находящегося в воде, является переохлаждение организма, в результате чего в нём начинаются необратимые процессы и человек погибает даже на мелководье. Купаться рекомендуется при температуре воды не ниже плюс 18 градусов.

Не рекомендуется купаться после еды раньше чем через 1,5–2 часа.

Купание детей должно проходить только под контролем взрослых! Следите за играми детей даже на мелководье, потому что они могут во время игр упасть и захлебнуться.

Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду. Основными причинами гибели людей на воде являются нахождение их в состоянии алкогольного опьянения и купание в запрещённых для этого местах.

Телефон экстренных служб - **101**.

Агентство гражданской защиты ВАО Москвы

Адрес страницы: <http://vao.mos.ru/presscenter/news/detail/1026604.html>

[Префектура ВАО города Москвы](#)