**ПАМЯТКА**

 **о безопасности на водоёмах в летний период**

 **Поведение на воде**

 Наступил долгожданный купальный сезон. Сотни жителей устремляются в выходные дни поближе к воде. Свежий воздух, солнце, купание не только доставляют удовольствие, но и служат хорошим средством закаливания организма. Вместе с этим вода регулярно уносит жизни. **Помните: купание в нетрезвом виде может привести к трагическому исходу!**

 При купании недопустимо: 1. Плавать в незнакомом месте. 2. Нырять с высоты, не зная глубины и рельефа дна. 4. Приближаться к судам, плотам и иным плавсредствам. 5. Прыгать в воду с лодок. 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.

 КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ купание на водных объектах, оборудованных предупреждающими аншлагами «КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!» Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.

**УВАЖАЕМЫЕ ВЗРОСЛЫЕ:** Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС! В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой: провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра. Категорически запрещено купание: детей без надзора взрослых**;**

 **в незнакомых местах; на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых).**

 Необходимо соблюдать следующие правила: Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.• Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы). Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов. Продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут; не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.

 **Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.**

**Телефоны экстренных служб:**

 С мобильного телефона для всех абонентов сотовой связи: Единый номер вызова экстренных оперативных служб 112; спасателей 01, Полиция 02 Скорая помощь 03. ЕДДС Администрации МО «Тарбагатайский район»: (830146)56-2-55. Отдел ГО и ЧС района.