# **МЧС напоминает: «Безопасность на воде!»**

В летние жаркие дни вода притягивает как магнит как детей, так и взрослых, каждый хочет искупаться в прохладной воде, понежиться под лучами солнца, прогуляться по берегу реки или озера. Во время отдыха у водоемов всегда нужно помнить – вода таит в себе опасность! Чтобы Ваш отдых был удачным, следует не забывать правила безопасного поведения у воды.

**Нельзя:**

* прыгать в воду с лодок и катеров, а также сооружений, не предназначенных для этого;
* нырять с мостиков, дамб, причалов, деревьев, высоких берегов;
* использовать для плавания доски, бревна, камеры от автомобильных шин и другое оснащение, не предназначенное для купания;
* употреблять спиртные напитки;
* залезать на предупредительные знаки, буи, бакены;
* подплывать близко к плавсредствам;
* допускать в воде грубые игры, связанные с ограничением движения рук и ног;
* подавать ложные сигналы бедствия;
* оставлять детей без присмотра.

**Что делать если начал тонуть?**

* перевернись на живот или спину;
* раскинь руки и ноги (как можно шире);
* не выдыхай полностью – в легких должен оставаться воздух;
* загребай воду под себя руками;
* плыви к берегу.

**Важно!**

Если в воде ногу свела судорога – перевернись на спину, расслабься, крепко ухвати рукой большой палец и сильно тяни ступню на себя (пока нога не выпрямиться), плыви к берегу.

Инспектор СПиВО

Славгородского РОЧС С.В.Синявский