**Правила безпеки на водних об’єктах у купальний період**

         Якщо ви хочете, щоб ваш відпочинок біля водойм, озер і на морі приносив тільки користь і позитивні емоції, необхідно знати правила поведінки на воді для влітку. У разі надзвичайної події негайно телефонуйте за номером виклику екстрених служб: 101  (по — мобільному, дзвінок безкоштовний)

На пляжах та інших місцях масового відпочинку забороняється:

* Купатися в необладнаних, незнайомих місцях.
* Розпивати спиртні напої, купатися в стані алкогольного сп’яніння.
* Забруднювати і засмічувати водні об’єкти.
* Залишати сміття на березі
* Підпливати до моторних, вітрильних суден, веслових човнів та інших плавзасобів.
* Стрибати у воду з катерів, човнів, а також споруд, не пристосованих для цих цілей.
* Грати з м’ячем і в спортивні ігри в невідведених для цього місцях, пірнати у воду із захопленням, де вже  купаються люди.
* Плавати на засобах, не призначених для цього.
* Подавати крики помилкової тривоги, жартуючи.

Щоб убезпечити себе і своїх близьких, необхідно пам’ятати, що:

— Діти у воді повинні перебувати під постійним наглядом дорослих;

— Вміння добре плавати — одна з найважливіших гарантій безпечного відпочинку на воді, але навіть хороший плавець повинен дотримуватися постійної обережності, дисципліни  і ретельно дотримуватися правил поведінки на воді;

— Купатися дозволяється при температурі води не нижче +18 градусів і температурі повітря + 20-22 градуси, у воді слід перебувати 10-15 хвилин, перед запливом необхідно попередньо обтерти тіло водою;

— Однієї з головних причин загибелі на воді є судома. Цю реакцію організму викликає різкий перепад температур, тому особливо небезпечно купатися в спеку або після фізичних навантажень;

— Не можна купатися поодинці, поруч з вами завжди повинен бути хтось, щоб у разі потреби надати допомогу;

— У походах місце для купання потрібно вибирати там, де чиста вода, рівне піщане або гравійне дно, невелика глибина (до 2м);

— Небезпечно стрибати (пірнати) у воду в невідомому місці — можна вдаритися головою об грунт, корч і т.д., зламати шийні хребці, знепритомніти й загинути.

Шановні громадяни! Дотримуйтеся правил особистої безпеки під час відпочинку на воді.

Полтавське районне управління ГУ ДСНС України у Полтавській області