

ОТДЫХАЮЩИМ НА ПЛЯЖЕ

Вы собираетесь сегодня на пляж? Взгляните на градусник. Если воздух прогрелся до 20°C, ваш отдых обещает быть вполне приятным.

Советуем вам отправиться на оборудованный пляж. Придя на берег, не торопитесь купаться, посидите в тени. Резкое охлаждение при входе в воду может вызвать спазм сердца. Особенно, если температура воды ниже 18°C. Не следует купаться до озноба, через 10-15 минут выходите на берег.

Любителей прыжков в воду убедительно просим не рисковать головой и не прыгать с причалов, деревьев, лодок.

Многих из нас манят дальние заплывы. Но все-таки постарайтесь ограничиться пространством, огороженным буйками.

Если с вами на пляже дети, не позволяйте им купаться без взрослых, даже если они умеют плавать. Дети нередко шалят в воде. Это приводит к несчастным случаям.

Маленьким детям трудно переносить долгое пребывание на солнце, переохлаждения. При первых признаках усталости ребенка, уведите его домой.

Уходя с пляжа, посмотрите, не остался ли после вас какой-либо мусор.

**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ НА ВОДЕ.
НЕ СТОИТ НАБИВАТЬСЯ В ГОСТИ
К РУСАЛКАМ.**



Кировское региональное отделение
общероссийской общественной организации
"Всероссийское общество
спасания на водах" (ВОСВОД)
Киров, ул. Пугачёва, 3
Аудитория 40
Телефон : 56-75-31