

## **Агентство гражданской защиты ВАО Москвы напоминает о правилах безопасного поведения на водоемах.**

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 организма. Вместе с этим вода регулярно уносит жизни москвичей, даже на, казалось бы, безопасных мелких водоемах.

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

**Купайтесь только в специально отведенных местах, на оборудованных пляжах.**

**Не используйте для плавания надувные матрацы, камеры, доски.**

**Если не умеешь плавать, заходи 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 нем 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 запрещенных для этого местах.**

**Телефон экстренных служб - 101.**

---

Адрес страницы: <http://metrogorodok.mos.ru/presscenter/news/detail/1026779.html>

---

[Управа района Метрогородок](#)