

# Скоролето

Государственное казенное учреждение «Противопожарная и аварийно-спасательная служба Ставропольского края» РЕКОМЕНДУЕТ:  
при нахождении на водном объекте

- Купаться следует в установленных местах – на пляжах.
- Нырять можно только там, где вода прозрачная, дно ровное и очищенное от опасных предметов, отсутствуют водоросли.
- Необходимо знать, что если вы устали, то лучшим отдыхом будет положение «лежа на спине» на задержке дыхания на вдохе или легкими движениями рук и ног, можно поддерживать себя на поверхности воды.
- Соблюдение известного правила: «плыть на большое расстояния надо вдоль берега» - гарантия Вашей безопасности.
- Необходимо соблюдать режим нахождения в воде – не переохлаждаться.
- Солнечные ванны следует принимать после отдыха. После купания желательно растереться полотенцем и отдохнуть в тени.

## Запрещается:

- купание в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждениями и запрещающими надписями;
- купание в необорудованных, незнакомых местах;
- заплывать за буйки, обозначающие границы плавания;
- подплывать к моторным, парусным судам, весельным лодкам и другим плавсредствам;
- прыгать в воду с катеров, лодок, причалов, а также сооружений, не приспособленных для этих целей;
- загрязнять и засорять водоемы;
- допускать в воде шалости, связанные с нырянием и захватом купающихся;
- плавать на досках, бревнах, лежаках, автомобильных камерах, надувных матрацах.



г. Ставрополь  
2015 г.