

**Купаться можно, если:**



- место для купания специально оборудовано;



- нет штормового предупреждения или сильного прибоя;



- после еды прошло 1,5-2 часа;
- ты не чувствуешь себя плохо (нет озноба, температуры, "гусиной кожи");
- ты не перегрелся перед этим на солнце;
- температура воды выше +15 °C

## ТЕЛЕФОНЫ СЛУЖБ ЭКСТРЕННОГО РЕАГИРОВАНИЯ

**112**

Единый номер вызова оперативных служб с любого вида телефона является бесплатным и доступным в таких ситуациях, как :  
- нахождение вне зоны приема мобильной сети;  
- отсутствие денег на счету;  
- при заблокированной и отсутствующей сим-карте

<b>Пожарные и спасатели</b>	
<b>01</b>	<b>101</b>
<b>Полиция</b>	
<b>02</b>	<b>102</b>
<b>Скорая помощь</b>	
<b>03</b>	<b>103</b>
<b>Аварийная газовая служба</b>	
<b>04</b>	<b>104</b>

www.kgokrasnodar.ru  
e-mail kgok@bk.ru тел. (861)227-61-58  
г. Краснодар, ул. Фадеева, 413

**МКОУ ДПО МО г. Краснодар**  
**"Курсы гражданской обороны"**



**ПАМЯТКА**  
**МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ**  
**НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ**  
**В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**

**У ВОДЫ**

**БЕЗ БЕДЫ !**



- На пляж не забудь взять головной убор, солнцезащитный крем и воду.  
Не входи с разбегу в холодную воду, если долго находился под жарким солнцем, потому что резкая смена температуры вредна для организма



- Не используй для катания на воде самодельные средства, они ненадежны



- Не заплывай за буйки. Буйки ставят не просто так: они отмечают безопасную для купания глубину!



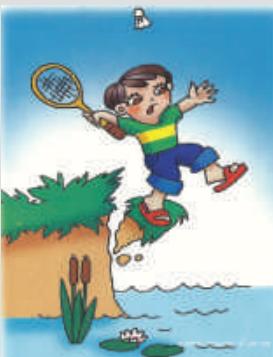
- В воде следует находиться не более 10-15 минут даже в жаркую погоду, чтобы не переохладиться



- Помни, в воде - не место шуткам. Любая, даже самая безобидная, может обернуться плохо



- Если лодка (катер) плывет на тебя, выйди из воды, или отплыви как можно дальше от него



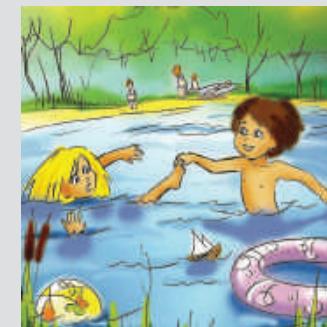
- В подвижные игры (бадминтон, волейбол, футбол) лучше играть подальше от берегов, чтобы никто не рисковал упасть в воду. Если мяч, круг или игрушку сдуло ветром и подхватило волнами – не пытайся догнать их. Ты устанешь и у тебя не хватит сил на обратный путь



- Не ныряй и не прыгай в воду в незнакомом месте, там могут быть острые камни и металлические предметы, малая глубина - это опасно!



- Если тебя подхватило течение, то не пытайся плыть против него. Плыви по течению, по направлению к берегу



- Если свело судорогой ногу, распрями ногу и потяни сильно на себя за большой палец ноги.



- Плавать на надувном матрасе можно только вдоль берега и под присмотром взрослых



- При катании на лодке не садись на борт и не раскачивай лодку-она может опрокинуться