**В летние жаркие дни люди предпочитают провести свободное время на берегу водоема. Но следует всегда помнить, что водоемы являются местом повышенной опасности.**

**К сожалению, ни одно лето не обходится без жертв на воде. Абсолютное большинство несчастных случаев фиксируется в конце рабочей недели, в выходные и праздничные дни, в вечернее время суток на водоемах, где нет сезонных спасательных постов, в местах, н оборудованных для купания.**

**Как ни прискорбно, но в большинстве своем это жертвы собственной неосторожности. Основными причинами гибели людей на воде являются несоблюдение элементарных правил поведения на воде, купание в состоянии алкогольного опьянения, а также купание в необорудованных местах.**

**Как правило, несчастные случаи с участием детей происходят вследствие купания без присмотра взрослых.**

**В последнее время мы чаще можем говорить о местах отдыха у воды, а не местах купания. Ведь состояние воды и оценку ее опасности для человека дают специалисты Роспотребнадзора. Поэтому заходить в воду или нет, решают сами люди, исходя из рекомендации санитарных врачей.**

**При этом необходимо обязательно обращать внимание на знаки и информационные щиты, установленные вблизи водоемов. Ведь многие базы отдыха с беседками и игровыми площадками, расположенные у рек и озер, не являются местами отдыха у воды и купаться там строго запрещено.**

**Напомним основные правила безопасности на воде:**

**- купаться следует только на оборудованных зонах отдыха и пляжах;**

**- нельзя оставлять детей у воды без присмотра;**

**- если вы не умеете плавать, не следует заходить в воду выше пояса;**

**- находиться в воде не более 20 минут, при переохлаждении могут**

**возникнуть судороги;**

**- нельзя нырять с мостов, пристаней, даже в тех местах, где ныряли**

**прошлым летом, так как за год мог понизиться уровень воды или**

**было что-то брошено в воду;**

**- прыгать с берега в незнакомых местах категорически**

**запрещается;**

**- нельзя заплывать за буйки, так как они ограничивают акваторию**

**с проверенным дном - там нет водоворотов;**

**- если вы оказались в водовороте, не теряйтесь, наберите больше**

**воздуха в легкие и погрузитесь на глубину, сделав сильный рывок в**

**сторону, всплывите на поверхность воды;**

**- нельзя заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил,**

**чтобы вернуться к берегу;**

**- если вас захватило сильное течение, не стоит пытаться бороться с ним, надо плыть вниз по течению под углом, приближаясь к берегу.**

**Пристальное наблюдение, возможность быстро среагировать, оказать первую помощь, спасти человеческую жизнь - вот основные задачи спасателей, несущих дежурство на общественных спасательных постах.**

**Однако помните, что обеспечить стопроцентную безопасность на воде спасатели не могут, если мы сами не проявим благоразумие и ответственность. Нельзя проявлять легкомыслие, когда речь идет о безопасности.**

**Помните, что безопасность вас и ваших близких - в ваших руках!**

**Напоминаем – телефон ЕДИНОЙ ДЕЖУРНО-ДИСПЕТЧЕРСКОЙ СЛУЖБЫ - 112.**