**ДЕСЯТЬ ОСНОВНЫХ РЕКОМЕНДАЦИЙ ПО МЕРАМ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ НА ВОДОЕМАХ:**

1. ПОЛЬЗУЙТЕСЬ ДЛЯ КУПАНИЯ НА ВОДОЕМАХ ПЛЯЖАМИ, ОБОРУДОВАННЫМИ В СООТСВЕТСВИИ С ТРЕБОВАНИЯМИ ПРАВИЛ ОХРАНЫ ЖИЗНИ И ОБЕСПЕЧЕНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ЛЮДЕЙ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ.
2. УЧИТЕСЬ ПЛАВАТЬ СПЕЦИАЛЬНО ОТВЕДЕННЫХ ДЛЯ ЭТИХ ЦЕЛЕЙ   УЧАСТКАХ АКВАТОРИЙ ПЛЯЖЕЙ С ГЛУБИНАМИ НЕ БОЛЕЕ ОДИН МЕТР ДВАДЦАТЬ САНТИМЕТРОВ.
3. НЕ НЫРЯЙТЕ В НЕОБСЛЕДОВАННЫХ МЕСТАХ ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ – ПОД ВОДОЙ МОГУТ НАХОДИТЬСЯ ОПАСНЫЕ ПРЕДМЕТЫ.
4. НЕ КУПАЙТЕСЬ НА ВОДОЕМАХ В НЕТРЕЗВОМ СОСТОЯНИИ.
5. НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА, РАСЧИТЫВАЙТЕ СИЛЫ НА ОБРАТНЫЙ ПУТЬ.
6. НЕ ПЕРЕОХЛАЖДАЙТЕ ОРГАНИЗМ ДЛИТЕЛЬНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ В ВОДЕ ВО ИЗБЕЖАНИЕ ОЗНОБА И СУДОРОГ.
7. ПРОЯВЛЯЙТЕ ОСТОРОЖНОСТЬ ВО ВРЕМЯ ПЛАВАНИЯ С ПОДВОДНОЙ МАСКОЙ И ДЫХАТЕЛЬНОЙ ТРУБКОЙ.
8. НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕЙТЕ ДЛЯ ПЛАНИЯ АВТОМОБИЛЬНЫЕ КАМЕРЫ, НАДУВНЫЕ МАСКОЙ И ДРУГИЕ НЕПРЕДНАЗНАЧЕННЫЕ ДЛЯ ЭТОГО ПРЕДМЕТЫ.
9. БУДЬТЕ БДИТЕЛЬНЫ В ОТНОШЕНИИ ПОВЕДЕНИЯ ПОДРОСТОКОВ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ (ПРЕСЕКАЙТЕ ШАЛОСТИ, СВЯЗАННЫЕ С НЫРЯНИЕМ И ЗАХВАТОМ КУПАЮЩИХСЯ, ПОДАЧЕЙ КРИКОВ ЛОЖНОЙ ТРЕВОГИ И ДР.)
10. НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА.