ЕДИНЫЙ
телефон службы спасения

Позвонить с мобильного на **112** можно даже без сим-карты, с нулевым балансом и с заблокированной клавиатурой телефона! Звонок будет бесплатным и мгновенно установит связь с любым мобильным оператором, находящимся поблизости и перенаправит сигнал в службу экстренной помощи.

В случае возникновения экстренной ситуации на водоёме, незамедлительно звоните по телефону **пожарно-спасательной службы**

101

или на **единый телефон службы спасения**

112

Областное государственное бюджетное учреждение «Комплексный центр социального обслуживания ЕАО»

Организационно-методическое отделение

Адрес: 679000 ЕАО, г. Биробиджан, ул. Дзержинского, д. 16
Телефон: 8 (42622) 2-34-69

г. Биробиджан, 2019 г.

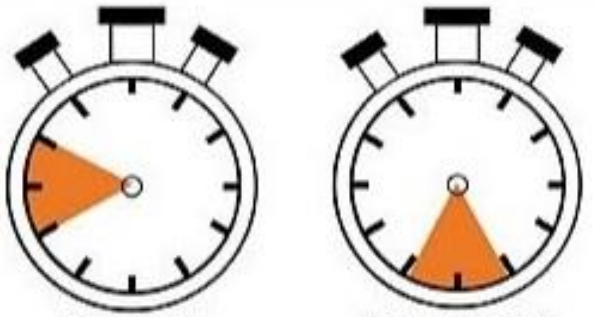
ОБУ "КЦСО ЕАО"
ЗАБОТА ПОМОЩЬ ДОБРОТА

ПАМЯТКА

Безопасное поведение на воде

г. Биробиджан 2019 г.

Лучшее время для купания на водоёмах



Рекомендуется:

- входить в воду медленно, когда вода дойдёт до пояса, остановитесь и плывите вдоль берега или к нему;
- находиться в воде не более 15-20 минут;
- научиться «отдыхать» на воде в положении «лёжа на спине»;
- после купания растереть тело полотенцем.

Не рекомендуется:

- купаться раньше, чем через час-полтора после приёма пищи;
- отплывать далеко от берега;
- доводить себя до озноба;
- купаться при температуре воды ниже 18° С.

Запрещается:

- прыгать и нырять в воду в неизвестном месте;
- заплывать за буйки;
- купаться в нетрезвом состоянии;
- бросать в воду банки, стекло, другие предметы, опасные для купающихся;
- громко слушать музыку – вы можете не услышать крики о помощи.

ПОМНИТЕ!

Купаться можно только в проверенных местах, на оборудованных пляжах, где дежурят спасатели!

Соблюдать правила безопасности при нахождении на водоёме должен каждый!

Будьте осторожными и ответственными, берегите себя и своих близких!

Нарушая правила поведения на воде, вы рискуете своей жизнью!