

БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ!

Во избежание несчастных случаев Главное управление МЧС России по Курской области напоминает об основных правилах поведения на воде:

- купаться следует только в специально оборудованных местах;
- не нырять в незнакомых местах;
- не заплывать за буйки;
- не хватать друг друга за руки и ноги во время игр на воде;
- не стоит купаться в состоянии алкогольного опьянения;
- нельзя подплывать к лодкам, катерам и другим плавсредствам;
- нельзя прыгать с лодок и не приспособленных для этого сооружений;
- не умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1,2 метра.

Если вы захлебнулись водой, не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне, прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками. Затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений. Восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу. При необходимости позовите людей на помощь.

Главное управление МЧС России по Курской области напоминает: в случае экстремальной ситуации обращайтесь в службу спасения по телефонам: 101 или 112. Звонки принимаются круглосуточно и бесплатно с городских и мобильных телефонов.