1. **Уважаемые жители и гости Саратовской области!**

Убедительно просим Вас соблюдать меры безопасности во время отдыха у водоемов:

- прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений;

- входите в воду постепенно, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы);

- не ныряйте (особенно головой вниз!) при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне, при нахождении вблизи других пловцов;

- продолжительность купания должна составлять не более 30 минут, при невысокой температуре воды — не более 5-6 минут.

- купайтесь ТОЛЬКО в дневное время и в специально отведенных местах, не устраивайте игры на воде, связанные с нырянием и захватом купающихся, не пугайте других.

ЗАПРЕЩЕНО купаться в состоянии алкогольного опьянения!

ЗАПРЕЩЕНО подплывать к близко идущим или стоящим на якоре судам, катерам, лодкам, плотам, не ныряйте под них!

ЗАПРЕЩЕНО заплывать за буйки и иные ограждения!

И главное: не оставляйте детей вблизи водоемов без присмотра! Если вы видите, что дети находятся в воде или на берегу без сопровождения взрослых, не оставайтесь равнодушными – сообщите об этом спасателям! Несколько минут вашего внимания могут спасти кому-то жизнь!

Берегите себя и своих близких!

В экстренном случае звоните в службу 112.

*По информации*

*Управления обеспечения безопасности*

*жизнедеятельности населения Правительства области*