Найбільш приємний і корисний відпочинок влітку – відпочинок на воді. Однак, перебуваючи на водних об’єктах, завжди треба дбати про безпеку. Навіть той, хто добре плаває, повинен постійно бути обережним, дисциплінованим і пам’ятати про правила, дотримання яких допоможе уникнути нещасних випадків на воді.  Адже, на жаль, з початку року у Чернівецькій області на водоймах потонуло 8 людей. Усі випадки трапилися у місцях, не обладнаних для купання.

**Рятувальники нагадують:**

* відпочивати на воді можна лише на визначених та спеціально облаштованих пляжах, де чергують рятувальники;
* купатися краще вранці або ввечері, коли сонце гріє, але немає небезпеки перегрівання;
* температура води повинна бути не нижче +17 °С, в більш холодній – перебувати небезпечно. Плавайте у воді не більше 20 хвилин, причому цей час повинен збільшуватися поступово, починаючи з 3–5 хвилин;
* не входьте, не пірнайте різко у воду після тривалого перебування на сонці;
* ніколи не заходьте у воду в стані алкогольного сп'яніння;
* не пірнайте в незнайомих місцях і не запливайте далеко. Ніколи не плавайте наодинці, особливо якщо ви не впевнені у своїх силах;
* дуже обережно плавайте на надувних матрацах, подушках тощо. Вітром або плином їх може віднести дуже далеко від берега;
* за будь-яких умов не лишайте дітей самих біля води. Неповнолітні повинні відпочивати біля річки чи озера суворо під наглядом дорослих.



Відділ запобігання надзвичайним ситуаціям

Чернівецького районного управління

Головного управління ДСНС України

у Чернівецькій області