**Правила безопасности на воде!**

В связи с установлением жаркой погоды происходит резкое увеличение количества погибших на водоемах республики. Как свидетельствует статистика, основную долю составляют дети, оставленные без присмотра, и взрослые, находящиеся в состоянии алкогольного опьянения.

Государственный комитет Республики Башкортостан по чрезвычайным ситуациям напоминаете самые простые правила безопасного поведения, отдыхая на берегу водоема:

* Купайтесь только в установленных местах: на пляжах, водных станциях, в специально оборудованных и разрешенных местах.
* Ни в коем случае не оставляйте без присмотра вблизи открытой воды малолетних детей! Они могут утонуть мгновенно! Даже на мелководье будьте с ними всегда рядом!
* Не заплывайте далеко от берега и рассчитывайте свои силы.
* Не купайтесь в нетрезвом виде.
* Не купайтесь долго в холодной воде.
* Во время купания не доводите тело до озноба – это чревато опасными для организма судорогами.
* Не стоит пытаться переплывать реки и озера на спор.
* Если вы не умеете плавать – не следует чрезмерно доверять себя надувным плавательным средствам.
* Не подплывайте к идущим плавательным средствам.
* Не ныряйте в местах с неизвестной глубиной, так как можно удариться головой о грунт, потерять сознание и погибнуть.
* Необходимо помнить, что пострадавшему можно вернуть жизнь не позднее 5-6 минут после прекращения дыхания.

**Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду!**

**Единый телефон Спасения -112.**