**Памятка. Купание в августе становится опасным**

Идёт август – солнечный и жаркий месяц лета.

Но необходимо помнить, что вода в водоемах в августе уже начинает остывать. Световые сутки уменьшились и остывающая за ночь вода в реке, озере, море уже не успевает прогреваться до летнего предела.

**Спасатели напоминают правила поведения на воде:**

* Купаться следует в солнечную безветренную погоду, при температуре воды не ниже +18°С, но оптимальной для человека будет вода в пределах от +20 до + 24°С.
* Нельзя заходить в воду после долгого нахождения на солнцепеке либо по окончании физической нагрузки – это может привести к обмороку.
* Нельзя пребывать в воде до озноба, чтобы не было переохлаждения и судороги.
* Не входите в воду в состоянии опьянения.
* Не оставляйте детей у воды без присмотра, в том числе и на мелководье.
* Категорически запрещается купание в водоемах с предупреждающими знаками «Купание запрещено».
* В случае, если с вами произошла непредвиденная ситуация на воде, не поддавайтесь панике, сохраняйте хладнокровие – это залог вашего спасения.
* В случае если вы стали свидетелем ЧС, звоните по телефону 112.

**МКУ «УГОЧС» администрации Арсеньевского городского округа**