

Советы по безопасности во время плавания

Никогда не плавайте в одиночку.



Плавайте только в специально отведенных местах в присутствии спасателя. Взрослые должны всегда присматривать за детьми во время плавания, даже если рядом находится спасатель. Не плавайте в закрытых пляжных зонах или в открытых водоемах, например, заливах или реках. Пляжи NYC Parks открыты ежедневно с выходных, предшествующих празднику День поминовения до праздника День труда включительно с 10:00 до 18:00. Открытые бассейны NYC Parks работают ежедневно с четверга, 29 июня.

Учитесь плавать.



Получите основные навыки плавания и безопасного пребывания в воде. NYC Parks предлагает бесплатные занятия по плаванию в течение всего года. Для получения более подробной информации об уроках плаванию, включая регистрацию, посетите сайт nycgovparks.org и найдите раздел «learn to swim» (учитесь плавать) или позвоните по номеру 311.

Остерегайтесь обратных течений.



Обратные течения — это потоки вод, которые быстро движутся в даль от берега. При попадании в течение сохраняйте спокойствие и плывите параллельно берегу, пока не выберетесь из течения, затем плывите обратно к пляжу. **Не плывите прямо против течения.**

Никогда не плавайте в нетрезвом состоянии.



Употребление алкоголя является фактором почти каждого четвертого обращения подростков и взрослых лиц в отделение неотложной помощи по поводу утопления. Если вы употребляете алкоголь или наркотики, не плавайте и не присматривайте за купающимися детьми.

Избегайте рисков и будьте осторожны.



Нырять только тогда, когда это разрешено, избегайте соревнований по задержке дыхания, заплывайте только на то расстояние от берега, с которого сможете вернуться, соблюдайте правила, перечисленные на всех установленных знаках, пейте воду и пользуйтесь солнцезащитным кремом.

Отправьте сообщение с текстом «BEACH» на номер 55676, чтобы получить информацию о рекомендациях и закрытии пляжей г. Нью-Йорка от Программы NYC Health Beach Program.