



ПРИВІТ

МЕНЕ ЗВАТИ РУФФ, І Я ЛЮБЛЮ ВОДУ. У ВОДІ Й БІЛЯ НЕЇ КРУТО РОЗВАЖАТИСЯ, АЛЕ ВОНА МОЖЕ ОБЕРНУТИСЯ ПОТУЖНОЮ Й НЕБЕЗПЕЧНОЮ СИЛОЮ. НАШІ РЯТУВАЛЬНИКИ НА ВОДІ Й НА СУШІ РЯТУЮТЬ ЛЮДЕЙ У НЕБЕЗПЕЦІ, АЛЕ КРАЩЕ ЗАПАМ'ЯТАТИ ЧОТИРИ ПОРАДИ, ЯКІ ДОПОМОЖУТЬ УНИКНУТИ ЗАГРОЗИ. МИ РОЗКАЖЕМО ТОБІ ПРО ПОВЕДІНКУ НА ВОДІ, АБИ ВЕСЕЛОЩІ ЗАВЖДИ БУЛИ БЕЗПЕЧНИМИ!

ЦЕЙ ПОСІБНИК ВІД РУФФА ПРО ТЕ, ЯК БЕЗПЕЧНО РОЗВАЖАТИСЯ БІЛЯ ВОДИ, НАЛЕЖИТЬ _____



1 ЗУПИНИСЯ Й ПОДУМАЙ

Коли ти біля води, запитай себе:

- Чи безпечно тут плавати та чи є тут рятувальна служба?
- Наскільки тут глибоко?
- Наскільки небезпечне дно?
- На березі, чи спитав ти поради у рятувальників?



1. Річка: хтось стрибає, не перевірявши дно, а там небезпечне сміття, якого не видно; хтось знеси́ть течією.
2. Пляж: ділянка поблизу берега, де вода дуже змеза.
Море; хтось у воді дуже змеза.

Знайди небезпеку Зможеш помітити всі 4?



2 ТРИМАЙТЕСЬ РАЗОМ

Рідні й друзі можуть допомогти в надзвичайній ситуації.

- Завжди ходи до води з кимось.
- Повідом комусь, куди ти йдеш і коли повернешся.
- Візьми телефон, щоб покликати на допомогу.



Дві сестри насолоджувалися дозвіллям на пляжі, аж доки не опинилися в пастці на маленькому острові. Вони пройшли туди по піску, аби розвідати місцину, але рівень моря піднявся після припливу. Шлях назад закрило водою!

Хтось побачив їх і зателефонував 999. Емілі розповідає: «Човен RNLI наблизився, і з нього зіскочив чоловік. Мені було страшно, бо я не знала, як нам дістатися човна. Але він сказав: «Я понесу вас на спині!»

Член рятувальної команди Даф зазначає: «Вони вчинили правильно, бо трималися разом і не зрушили з місця».



ЕМІЛІ

ЛІДІЯ

3

ТРИМАЙСЯ НА ВОДІ

Якщо сталася халепа, спробуй УТРИМАТИСЯ НА ВОДІ, доки не заспокоїшся

- Потренуйся триматися на воді в басейні



1



Не панікуй. Не греби засильно. Тримайся за будь-який плавучий предмет, наприклад дошку для серфінгу чи м'яч.

2



Відхилися назад, щоб рот і ніс були над водою.

3



Підними живіт угору, а руки й ноги розведи в боки — зроби зірочку.

4



Обережно рухай руками й ногами, щоб триматися на воді.

5



Продовжуй, поки трохи не розслабишся. Далі продумай наступні кроки.

6



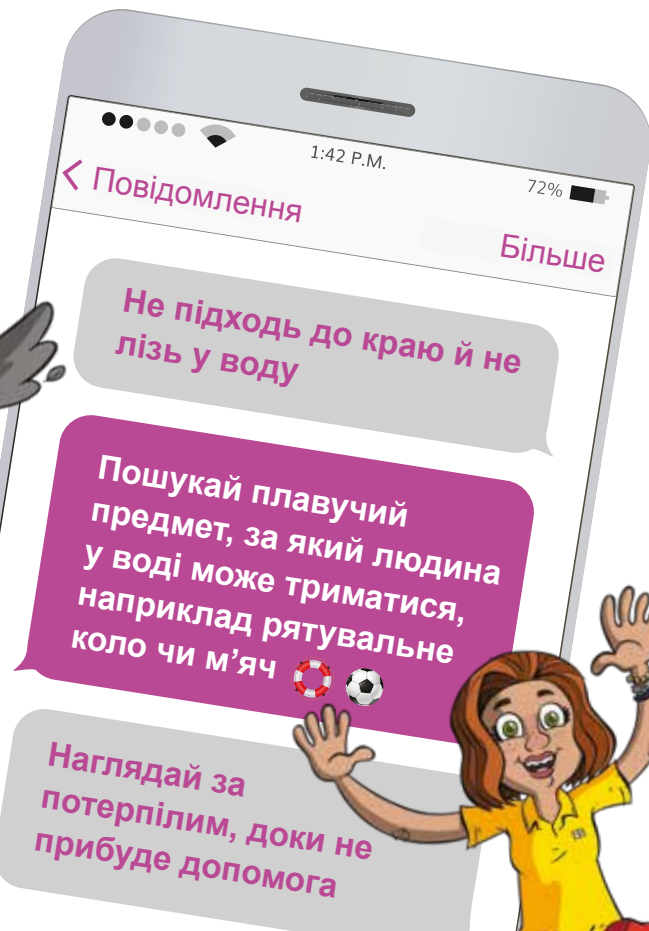
У стані спокою підними руку й покликай на допомогу. Пливи в безпечне місце, якщо можеш.

4

ТЕЛЕФОНУЙ 999 АБО 112

Ти можеш допомогти людині в біді

Після того, як ти зателефонував у службу порятунку...



БУДЬ У БЕЗПЕЦІ РОЗВАЖАЙСЯ!

ЗАПАМ'ЯТАЙ НАЗАВЖДИ:

1

ЗУПИНИСЯ Й ПОДУМАЙ

2

ТРИМАЙТЕСЬ РАЗОМ

3

ТРИМАЙСЯ НА ВОДІ

4

ТЕЛЕФОНУЙ 999 АБО 112

ПРИЄДНУЙСЯ ДО НАШОЇ КОМАНДИ



Більше цікавих порад з безпеки знайдеш на сайті RNLI.org

Приєднуйся до нашого клубу для дітей Storm Force на сторінці RNLI.org/JoinStormForce

Зареєструйся на безоплатний урок із плавання на сторінці SwimSafe.org.uk

RNLI – благодійна організація, що рятує життя на воді
Королівська спільнота з порятунку на воді (RNLI), благодійна організація, зареєстрована в Англії й Уельсі (209603), Шотландії (SC037736), Республіці Ірландія (CHY 2678 і 20003326), бейлівіці Джерсі (14), острові Мен (1308 and 006329F), бейлівіках Гернси й Олдерні, West Quay Road, Poole, Dorset, BH15 1HZ