**رعایت اصول ایمنی در دریا**

قبل از شناکردن، اطلاعات لازم درمورد وضعیت دمای آب، عمق آب و شرایط آب و هوایی کسب کنید.

هنگامی که هوای دریا مه آلود بوده یا مه در حال پیدایش و گسترش است برای حفظ سلامت و ایمنی خود از شنا کردن خودداری کنید.

از مصرف الکل، داروهای آرام بخش و مواد روانگردان، قبل از شنا خودداری کنید.

فنون شنا را به خوبی یاد بگیرید.

فقط از مکان های مشخص شده و تحت نظارت، برای شنا کردن استفاده کنید و از شنا کردن در مکان‌هایی که با تابلوی «شنا ممنوع» مشخص شده اند بپرهیزید.

هرگز به تنهایی در دریا شنا نکنید، همیشه به صورت چند نفره شنا کنید یا حداقل یک همراه داشته باشید.

اگر تصمیم به شنا کردن در دریا را دارید، از وجود «ناجیان غریق» اطمینان حاصل کنید.

از شوخی و بازی های پرخطر در داخل آب جداً خودداری کنید.

در ساحل دریا هرگز چشم از کودکان برندارید.

هرگز بدون جلیقه نجات، قایق سواری نکنید.

در صورت مواجهه با یک غریق، اگر به فن نجات غریق آشنا نیستید فقط با استفاده از چوب و طناب، جلیقه نجات و یا تشکیل زنجیره انسانی به وی کمک کنید.

مراقب جریان های شکافنده باشید و راه فرار از آن را فرا بگیرید.

**قوانین ایمنی در مناطق تفریحی و دریایی**

نصب تابلوهای هشداری در اطراف آبراه‌ها سدها و دریاچه‌ها الزامی است.

استقرار ناجیان غریق و تجهیزات مربوطه در حاشیه سدها و دریاچه‌ها الزامی است.

تمامی کارکنان مجموعه تفریحی آبی لازم است دوره‌های غریق نجات را در مراکز مورد تأیید فدراسیون نجات غریق بگذارنند.

نصب تابلو اسامی، تلفن و نشانی نزدیکترین مراکز درمانی، اورژانس، آتش نشانی و غیره در حاشیه رودخانه، سد و دریاچه الزامی است.

استخرها و دریاچه‌های پارک های تفریحی باید دارای گارد محافظ به ارتفاع حداقل ۱۵۰ سانتی متر و حریم حداقل ۲ متر باشد.

عمق دریاچه و استخر پارک های تفریحی نباید بیش از یک و نیم متر در نظر گرفته شود.

حتما پیرامون حوض ها و استخرهای خانگی از نرده های حفاظ استفاده کنید.

**قوانین ایمنی در استخر**

دویدن ممنوع

صرف غذا و نوشیدنی ممنوع

هُل دادن ممنوع

فریاد زدن ممنوع

شوخی کردن ممنوع

هرگز چشم از بچه ها برندارید

اسباب بازی ها را از محیط استخر دور کنید

**قوانین ایمنی و تذکرات در قایق های تفریحی**

کلیه قایق‌های تفریحی مورد استفاده در دریاچه‌ها و سدها باید گواهینامه صحت عملکرد داشته باشند.

استفاده از قایق‌ها باید تحت کنترل و نظارت دقیق ناظر قانونی باشد.

تعداد سرنشینان قایق باید مطابق با ظرفیت قایق باشد.

تمامی سرنشینان قایق باید قبل از سوارشدن جلیقه نجات پوشیده باشند ومراقب کودکان وسالمندان باشند.

تفریح کنندگان فقط از شناورهای تحت نظارت بازرسان اداره حفاظت و ایمنی دریانوردی استفاده کنند.

تفریح کنندگان از سوارشدن به شناورهای غیرمجاز که مخاطرات زیادی را به دنبال دارد و حتی بیمه مسئولیت آن را قبول نمی کند، خودداری کنند.

عجله کردن درهنگام سوار و پیاده شدن ازشناور(قبل ازپهلوگیری کامل) می تواند خطرناک باشد.