

Сообщения для социальных сетей о правилах безопасного и полезного для здоровья плавания

- Соблюдайте правила безопасности во время плавания!
<https://www.cdc.gov/healthywater/swimming/swimmers/rwi.html>
- Чистота воды в бассейне зависит от чистоты вашего тела!
<https://www.cdc.gov/healthywater/swimming/materials/infographic-clean-it-up-swimmers.html>
- Не допускайте попадания микробов в воду или в вашу ротовую полость!
<https://www.cdc.gov/healthywater/swimming/materials/infographic-clean-it-up-swimmers.html>
- Микробы – вот, чем опасно ныряние «бомбочкой».
<https://www.cdc.gov/healthywater/swimming/materials/infographic-clean-it-up-swimmers.html>
- Защитите себя от болезней при посещении бассейнов, гидромассажных ванн или оздоровительных комплексов, аквапарков и водно-развлекательных комплексов.
<https://www.cdc.gov/healthywater/swimming/materials/infographic-make-a-healthy-splash.html>
- Плескайтесь с пользой для здоровья – не сидите на струе воды.
<https://www.cdc.gov/healthywater/swimming/materials/infographic-make-a-healthy-splash.html>
- В фекалиях пользователей бассейнов могут содержаться микробы. Если другие пользователи бассейна проглотят эти микробы, они могут заразиться и заболеть.
- Познакомьтесь с методами защиты от инфицирования при посещении бассейна: <http://go.usa.gov/cuV4W>
- Более одного из пяти взрослых, проживающих в США, не знают о том, что посещение бассейна во время болезни может привести к потенциальному заражению других пользователей бассейна.
- Вы думаете, что такие химические средства, как хлор, способны мгновенно убивать микробы? Призадумайтесь! При помощи химических средств уничтожается большинство микроорганизмов в считанные минуты, но некоторые микробы продолжают жить в течение нескольких дней.
<https://www.cdc.gov/healthywater/swimming/swimmers/rwi.html>

- Прежде чем войти в воду примите душ.
<https://www.cdc.gov/healthywater/swimming/materials/infographic-clean-it-up-swimmers.html>
- Не допускайте, чтобы фекалии или моча оказались в воде.
<https://www.cdc.gov/healthywater/swimming/materials/infographic-make-a-healthy-splash.html>
- Вы не пьете ту воду, которую вы используете для мытья, так зачем пить воду, в которой вы купаетесь? Не глотайте воду!
- Каждый час – все из воды! Отведите детей в туалет, проверьте их подгузники, заново нанесите солнцезащитный крем и пейте больше жидкости.

С дополнительными сообщениями для социальных сетей о правилах безопасного плавания можно познакомиться на веб-сайте центров CDC:

<https://www.cdc.gov/healthywater/swimming/materials/socialmedia-library.html>