**Памятка!**

**Уважаемые отдыхающие!**

Для хорошего и комфортного отдыха воспользуйтесь нашими советами:

* + - 1. **Безопасно для Вашего здоровья купаться в море и находиться на солнце лучше всего с 09-00 до 12-00 и с 16-00 до 19-00.**
      2. **Во избежание солнечного удара всегда носите головной убор.**
      3. **Во избежание кишечных инфекций не покупайте на пляже и с рук продукты питания, выпечку сомнительного происхождения.**
      4. **Тщательно мойте фрукты и овощи.**
      5. **Соблюдайте правила личной гигиены, обязательно мойте руки с мылом перед приемом пищи.**
      6. **Купаясь в море, не допускайте попадания воды внутрь тела, не глотайте воду, не полощите рот, не промывайте нос.**

**Помните Ваше здоровье в Ваших руках!**

Администрация