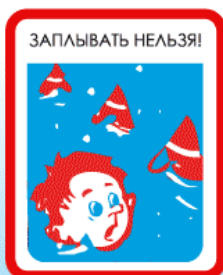
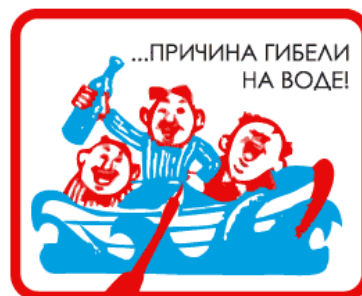


Памятка о безопасности на водоёмах в летний период. Основные правила безопасного поведения на воде

Водоёмы являются опасными в любое время года. Летом они опасны при купании и пользовании плавательными средствами.

АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



создано на основе серии этикеток к стичечным коробкам "Будьте осторожны!" (1977 г.)

ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Купаться можно только в установленных местах.

Не купайтесь в неизвестных и не предназначенных для этой цели водоёмах!

Не ныряйте в местах с неизвестным рельефом дна!

Не заплывайте за ограничительные знаки мест, отведенные для купания! Не подплывайте к большим судам, волевыми лодкам, баржам.

ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТЕРпяЩИМ БЕДСТВИЕ НА ВОДЕ

Если при плавании свело ногу, то необходимо на секунду погрузиться с головой в воду и, распрямив ногу, слегка потянуть рукой сплыв на себя за большой палец.

Если тонущий может ещё какое-то время самостоятельно оставаться на поверхности воды, достаточно бросить ему спасательный круг, за который он может держаться, пока к нему не подплывёт спасатель.

Если вы хороните человека, такой способ транспортировки пострадавшего в воде наиболее приемлем.

Подплывая к тонущему следует осторожно. Брать утопающего безопаснее всего за подмышки и, поддерживая его лицо над водой, плыть к берегу.

Летом на водоёмах следует соблюдать определенные правила безопасного поведения.

Во-первых, следует избегать купания в незнакомых местах, специально не оборудованных для этой цели.

Во-вторых, **при купании запрещается:**

- заплывать за границы зоны купания;
- подплывать к движущимся судам, лодкам, катерам, катамаранам, гидроциклам;
- нырять и долго находиться под водой;
- прыгать в воду в незнакомых местах, с причалов и др. сооружений, не приспособленных для этих целей;
- долго находиться в холодной воде;
- проводить в воде игры, связанные с нырянием и захватом друг друга;
- плавать на досках, лежаках, бревнах, надувных матрасах и камерах (за пределы нормы заплыва);
- подавать крики ложной тревоги;
- приводить с собой собак и др. животных.

Если не имеешь навыка в плавании, не следует заплывать за границы зоны купания, это опасно для жизни.

Не умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1–2 метра!

**Категорически запрещается
купание на водных объектах, оборудованных предупреждающими аншлагами
«Купание запрещено!»**

Уважаемые родители! Безопасность жизни детей на водоёмах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС!

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоёмах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой: провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоёмах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.

Категорически запрещено купание:

- детей без надзора взрослых;
- в незнакомых местах;
- на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых).

Необходимо соблюдать следующие правила:

- Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- Не нырять при недостаточной глубине водоёма, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.
- Продолжительность купания – не более 30 минут, при невысокой температуре воды – не более 5–6 минут.
- При купании в естественном водоёме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.