



БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

Простые правила:



Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах.



Не боритесь с сильным течением! Используйте его, чтобы приблизиться к берегу.



Не прыгайте в незнакомых местах! Не известно, что может оказаться на дне!



Не подплывайте к проходящим судам и не забирайтесь на предупредительные знаки.



Не купайтесь в штормовую погоду! Берегитесь волны.



Не заплывайте далеко от берега на надувных матрацах и автомобильных камерах.



Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь. Не купайтесь, если температура воды ниже 18°.



Не используйте для плавания самодельные устройства! Они могут перевернуться.

Оказание первой помощи:



Используйте для спасения любые подручные средства!



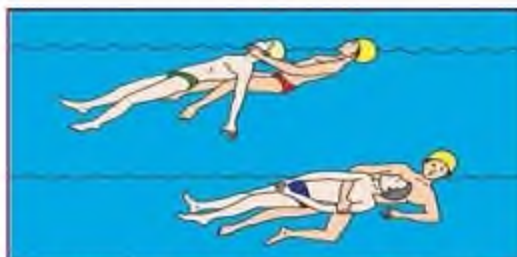
Не отплывайте от перевернувшейся лодки до прибытия подмоги!



Поднимайте упавшего из воды только с кормовой части тонущего средства!



Не оставляйте попыток достать утопающего со дна.



Не давайте утопающему схватить вас. Следите за тем, чтобы его голова постоянно находилась над водой!



Доставив пострадавшего на берег, очистите ему полость рта и удалите воду из дыхательных путей, легких и желудка!

В любой ситуации на воде главное не паниковать!

Не ныряйте в незнакомых местах!

Не известно, что там может оказаться на дне!

Прыжки в воду с естественных и искусственных объектов, не предназначенных для этих целей,
категорически запрещены.



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД



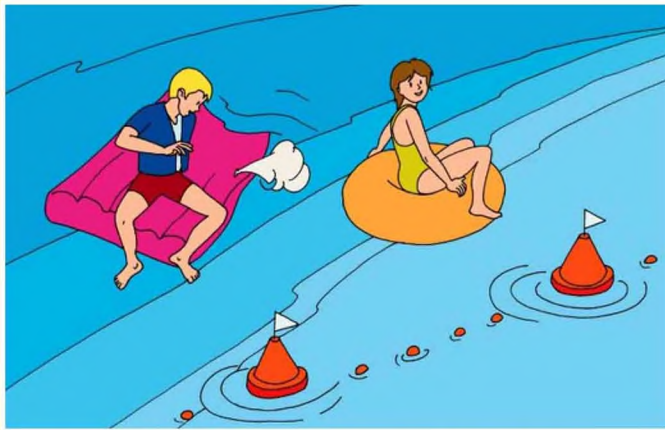
НЕ СТОЙТЕ И НЕ ИГРАЙТЕ В ТЕХ МЕСТАХ, ОТКУДА МОЖНО СВАЛИТЬСЯ В ВОДУ!



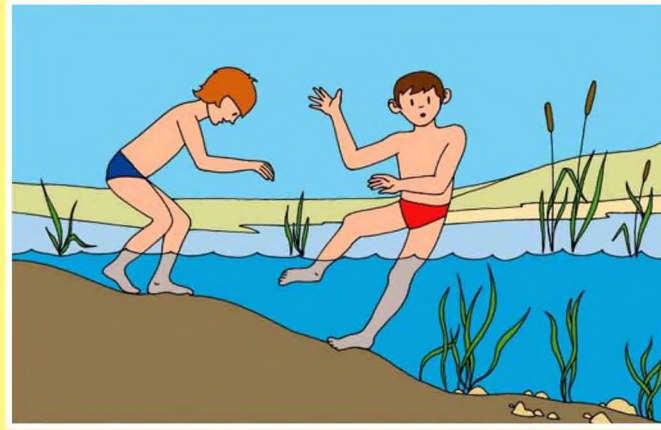
НЕ НЫРЯЙТЕ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ, НЕ ИЗВЕСТНО, ЧТО ТАМ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ НА ДНЕ!



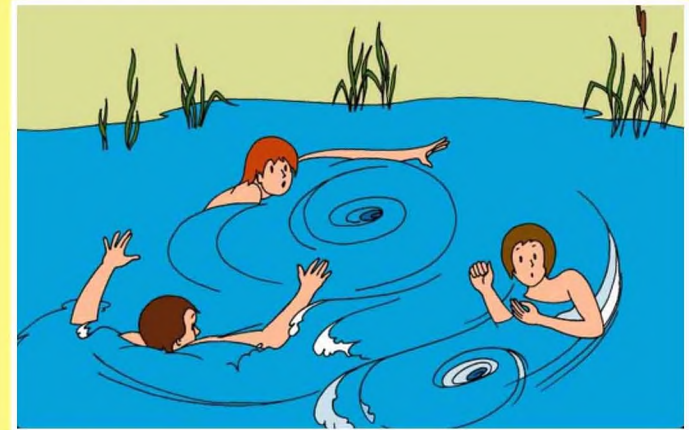
НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ПЛАВАТЕЛЬНЫЕ САМОДЕЛЬНЫЕ УСТРОЙСТВА, ОНИ МОГУТ НЕ ВЫДЕРЖАТЬ ВАШ ВЕС И ПЕРЕВЕРНУТЬСЯ!



НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА НА НАДУВНЫХ МАТРАСАХ И АВТОМОБИЛЬНЫХ КАМЕРАХ!



В ВОДЕ ИЗБЕГАЙТЕ ВЕРТИКАЛЬНОГО ПОЛОЖЕНИЯ, НЕ ХОДИТЕ ПО ИЛИСТОМУ И ЗАРОСШЕМУ ВОДОРОСЛЯМИ ДНУ!



НЕ БОРИТЕСЬ С СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ, ПЛЫВИТЕ ПО ТЕЧЕНИЮ ПОСТЕПЕННО ПРИБЛИЖАЯСЬ К БЕРЕГУ!



Правила поведения на водных объектах:

1. Купаться следует в специально оборудованных местах.
2. Находиться в воде не более 10–15 минут. При переохлаждении могут возникнуть судороги.
3. Не допускать шалостей на воде, связанных с нырянием и захватом купающихся.
4. Не подплывать к моторным, парусным судам, лодкам.
5. Не заплывать далеко от берега, в том числе на надувных матрасах, кругах и автомобильных камерах.
6. Не купаться у крутых обрывистых берегов с сильным течением, в заболоченных и зарос-

ших растительностью местах.

7. Запрещено подавать сигналы ложной тревоги.

8. Не прыгать в воду с неприспособленных для этих целей сооружений.



9. Запрещено засорять водоемы и берега.

10. Запрещено заплывать за буйки, обозначающие границы купания.

11. Запрещено приводить с собой и купать собак и других животных.

12. Запрещено плавать на досках, бревнах, лежаках и т.п.

13. Не оставлять без присмотра малышей, они могут упасть в воду и утонуть.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД



Весело качаться детям на волнах
На цветных матрасах, надувных кругах.
Только непременно вы должны узнать:
Далеко не надо в воду заплывать!



Если развлекаться будешь на воде,
Проследи, чтоб шутка не вела к беде...
Не топи другого- может оказаться,
Что воды случится другу наглотаться.



Пляж буйками окружен
От буйков, коряг и волн.
Значит, можно здесь купаться,
Ничего не опасаться.



И большим, и детям
Хочется сказать:
В незнакомом месте
Вам нельзя нырять!



Не надо безобразничать
И делать дырки в круге:
Не стоит жизнью рисковать
Ни другу, ни подруге!



На высоком берегу
Дети не играйте!
Из-под ног уйти земля
Может, так и знайте!

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДОЕМАХ



**ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ
СЕЗОНОМ ПОСЕТИТЕ
ВРАЧА**

**КУПАЙТЕСЬ ТОЛЬКО
В РАЗРЕШЕННЫХ
МЕСТАХ**



**НЕ КУПАЙТЕСЬ В
ЗАБОЛочЕННЫХ И
ЗАРОСШИХ ВОДОЕМАХ**



**НЕ ПЕРЕОХЛАЖДАЙТЕСЬ
И НЕ ПЕРЕГРЕВАЙТЕСЬ,
ПОСЛЕ ПРИЕМА ПИЩИ
СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕРЫВ
1,5-2 ЧАСА**



**НЕ КУПАЙТЕСЬ В
ШТОРМОВУЮ ПОГОДУ,
БЕРЕГИТЕСЬ ВОЛНЫ**



**НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ
К СУДАМ,
НЕ ВЗБРАЙТЕСЬ
НА БУЙКИ!**



КАК ВЕСТИ СЕБЯ НА ВОДЕ



**НЕ ИГРАЙТЕ В ТЕХ
МЕСТАХ, ОТКУДА
МОЖНО УПАСТЬ
В ВОДУ**

**НЕ НЫРЯЙТЕ В
НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ**



**НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ
ДЛЯ ПЛАВАНИЯ
САМОДЕЛЬНЫЕ
УСТРОЙСТВА**

**НЕ ОТПЛЫВАЙТЕ
ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА
НА НАДУВНЫХ
ПЛАВСРЕДСТВАХ**



**В ВОДЕ ИЗБЕГАЙТЕ
ВЕРТИКАЛЬНОГО
ПОЛОЖЕНИЯ,
НЕ ХОДИТЕ ПО
ИЛИСТОМУ ДНУ**



**НЕ БОРИТЕСЬ С
СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ,
ПЛЫВИТЕ ПО ТЕЧЕНИЮ,
ПОСТЕПЕННО
ПРИБЛИЖАЯСЬ
К БЕРЕГУ**



ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ЛОДКАМИ И КАТЕРАМИ



**НЕ ВЫХОДИТЕ НА
СУДОВОЙ ХОД,
НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ
К ПРОХОДЯЩИМ
СУДАМ**

**НЕ ПРЫГАЙТЕ
С БОРТОВ ЛОДОК
И КАТЕРОВ**



**НЕ ПЕРЕГРУЖАЙТЕ
ЛОДКИ И КАТЕРА**



**НЕ КАТАЙТЕСЬ
НА ЛОДКАХ, КАТЕРАХ
И ГИДРОЦИКЛАХ В
МЕСТАХ МАССОВОГО
КУПАНИЯ ЛЮДЕЙ**



**НОЧЬЮ НА КАТЕРАХ И
ЛОДКАХ ОБЯЗАТЕЛЬНО
ВКЛЮЧАЙТЕ БЕЛЫЕ
ФОНАРИ**



**НЕ МЕНЯЙТЕСЬ МЕСТАМИ
ПРИ ДВИЖЕНИИ ЛОДОК
И КАТЕРОВ**



ПАМЯТКА

Правила поведения на воде при купании

Купаться можно, если:

- После еды прошло 1,5-2 часа;
- Температура воздуха должна быть +20 +25 градусов;
- Если не чувствуешь себя плохо (нет озноба, температуры, «гусиной кожи»);
- Если не перегрелся перед этим на солнце;
- Нет штормового предупреждения или сильного прибоя;
- Температура воды выше +15 °С;
- Место для купания специально оборудовано.

Существенное значение имеет и место купания. На официально допущенном к эксплуатации пляже отдых и купание безопаснее всего, поскольку на пляже несут дежурство спасатели и медицинские работники. Находясь в походе или отдыхая на «диком» водоеме, не забывайте об опасностях, которые таит вода. Не купайтесь и не ныряйте в незнакомом месте, не заплывайте далеко.

Из других правил, которые помогут, как минимум, не испортить отдых, а как максимум, сохранить жизнь:

- НЕ выплывать на судовой ход и не приближаться к судам;
- НЕ устраивать игр в воде, связанных с захватами;
- НЕ плавать на надувных матрасах или камерах (они предназначены для загорания на берегу);
- НЕ заходить в воду в состоянии алкогольного опьянения.

Безопасное поведение на пляже:

- Нельзя нырять в незнакомых местах. Недалеко от поверхности могут опасно торчать острые камни или металлические предметы.
- В подвижные игры (бадминтон, волейбол, футбол) лучше играть подальше от берегов, чтобы никто не рисковал упасть в воду.
- Если мяч, круг или игрушку сдуло ветром и подхватило волнами – не пытайтесь догнать их. Очень легкий предмет будет быстро отдаляться, пытаясь его догнать, не хватит сил на обратный путь.
- Даже в жаркую погоду лучше не купаться дольше 15 минут подряд, чтобы не переохладиться.
- Нельзя заплывать за буйки. Если случайно заплыл, немедленно вернись. Буйки ставят не просто так: они отмечают безопасную для купания глубину!
- Помни, в воде - не место шуткам. Любая, даже самая безобидная, может обернуться плохо.

- Не стоит использовать для катания самодельные средства, они ненадежны.
- Если ты увидел катер, лучше выйди из воды или отплыви как можно дальше от него.
- Если тебя подхватило течение, то не пытайся плыть против него. Плыви по течению, но по направлению к берегу.
- При длительном пребывании человека в воде и при переохлаждении могут возникнуть судороги. Чаще всего судороги охватывают икроножные мышцы. В этой ситуации нужно сделать глубокий вдох, погрузиться вертикально в воду с головой, выпрямить ноги, осуществить захват руками больших пальцев ног и сильно потянуть на себя. Следует помнить, что работа сведённой мышцей ускоряет исчезновение судорог. Устранив судороги, нужно плыть к берегу, поскольку они могут охватить мышцы снова. Если судороги охватили ноги, и их не удалось ликвидировать, нужно лечь на спину и плыть к берегу, работая руками. Если поражены руки, то работать нужно ногами. Главное в этой ситуации заключается в мобилизации всех сил на выход из создавшегося положения, подавление страха и паники.
- Если у кого-то другого свело судорогой ногу в воде, то нужно позвать на помощь. Затем, не подплывая к пострадавшему вплотную (чтобы он в панике не схватил тебя за руку или ногу), помочь ему перевернуться на спину, чтобы он не захлебнулся. Пусть попробует сильно потянуть ступню на себя за большой палец, уколоть ее чем-нибудь или ущипнуть – тогда судорога может пройти.

Первая помощь при утоплении:

1. Убедись, что тебе ничто не угрожает. Извлеки пострадавшего из воды. (При подозрении на перелом позвоночника — вытаскивай пострадавшего на доске или щите.).



2. Уложи пострадавшего животом на свое колено, дай воде стечь из дыхательных путей. Обеспечь проходимость верхних дыхательных путей. Очисти полость рта от посторонних предметов (слизь, рвотные массы и т.п.).



Вызови (самостоятельно или с помощью окружающих) «скорую помощь».

3. Определи наличие пульса на сонных артериях, реакции зрачков на свет, самостоятельного дыхания.



4. Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют — немедленно приступай к сердечно-легочной реанимации. Продолжай реанимацию до прибытия медицинского персонала или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения.



5. После восстановления дыхания и сердечной деятельности придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Укрой и согрей его. Обеспечь постоянный контроль за состоянием!

