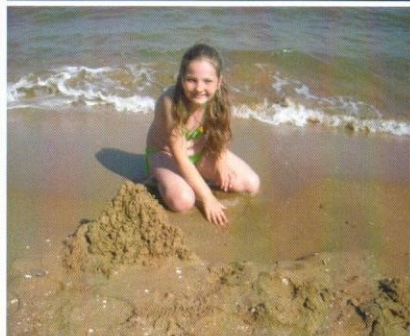
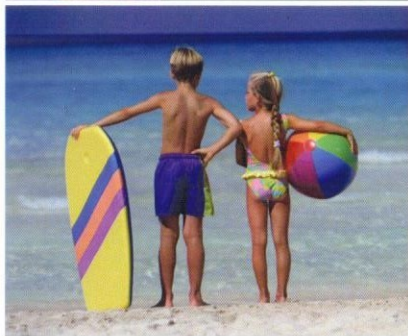




Отдыхайте безопасно!



Муниципальное образование
«Высоцкое городское поселение»
Выборгского района Ленинградской области

Правила охраны жизни людей на воде

Как прекрасно лето!



Яркое солнце, теплый воздух — самое время выбраться на речку и искупаться в освежающей воде. Вода — это жизнь, мы сами состоим

в основном из воды. Так что **купаться — это не только приятное и веселое занятие — это еще и полезно!**

Безусловно, это правда.

Но не всё так однозначно, как кажется на первый взгляд. Ведь **купаться тоже надо уметь!**

Даже если Вы очень хороший пловец, на водоёмах необходимо соблюдать целый ряд правил. Правила совсем несложные, а их выполнение



гарантирует Вам безопасность и приятное времяпрепровождение на пляже.

Итак, ПОЕХАЛИ!

Пробежимся по самым основным пунктам, на что следует обратить внимание при отдыхе на водоёмах.

1. ВОДА. Начинать купание следует при температуре воды не ниже 18 градусов.

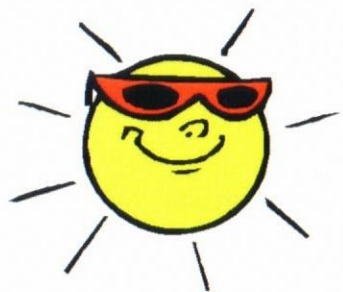
2. ПОГОДА. Купайтесь только при ясной безветренной погоде при температуре воздуха 25 и более градусов.

3. ЕДА. Не рекомендуется купаться ранее, чем через 1,5 часа после еды.

4. САМОЧУВСТВИЕ. Не следует входить в воду уставшим, разгоряченным или вспотевшим.

5. УЧИТЕСЬ ПЛАВАТЬ. Если Вы плохо плаваете, не доверяйте надувным матрасам и кругам.





Вот и все правила. Легко! Правда? Далее мы рассмотрим разные ситуации на воде. Но запомните один важный момент. Что бы ни случилось, не поддавайтесь панике. Паника - основная причина трагедий на воде.

Где и как можно купаться?

Конечно, никто не сомневается в Ваших способностях быстро плавать и ловко нырять. Но не зря же в народе говорят: «Предупреждён, значит вооружен!». Так что обратите внимание на данные рекомендации.

- Купаться можно только в разрешенных местах.



Отметим, что места для купания обозначены специальными знаками (В зеленой рамке. Надпись сверху. Ниже изображен плывущий человек. Знак укрепляется на столбе белого цвета). Там, где купаться запрещено, тоже устанавливают знаки (В

красной рамке, перечеркнутой красной чертой по диагонали с верхнего левого угла. Надпись сверху. Ниже изображен плывущий человек. Знак укреплен на столбе красного цвета).

- Нельзя нырять в незнакомых местах!

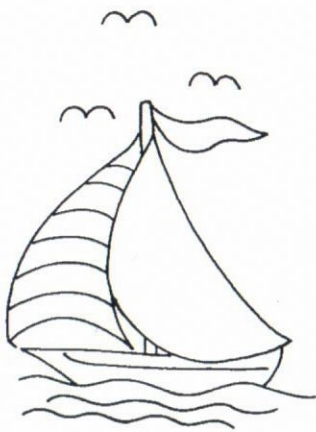
На дне могут оказаться притопленные бревна, камни, коряги и т.д. В лучшем случае, нырнув «рыбкой» на корягу, можно отделаться шишкой и распугать сомов. О плохом давайте не будем, и не будем зря рисковать.

- Не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли или тина.



Запутаться в водорослях легко, а вот выбраться из них — не очень! Здесь тоже неоправданный риск, который совершенно нам не нужен.

- **Не отплывайте далеко от берега на надувном круге или матрасе.** Особенно, если Вы плохо плаваете или вовсе не умеете плавать. Ваше плавсредство может оказаться неисправным, а это очень опасно.



- **Не подплывайте к проходящим судам, и не цепляйтесь за них!**

Даже с небольшого судна не всегда можно заметить человека за бортом и поменять курс. Чтобы избежать трагедии, придерживайтесь старого доброго правила «Не заплывай за буйки». Это обезопасит Ваш отдых.

Далее рассмотрим некоторые опасные ситуации, с которыми может столкнуться каждый, купаясь в реке или озере.

ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ НА ВОДЕ Что делать, ЕСЛИ...

Ситуация 1. Если Вы оказались в воде на сильном течении, не пытайтесь плыть навстречу течению. В этом случае нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу;

Ситуация 2. Если Вы попали в водоворот, наберите побольше воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;

Ситуация 3. Если у Вас свело судорогой мышцы, ложитесь на спину и плывите к берегу, постарайтесь при этом растереть сведенные мышцы. Не стесняйтесь позвать на помощь.





ОСТОРОЖНО ДЕТИ на воде Ребятам на заметку!

- когда купаешься, поблизости от тебя должны быть взрослые;
- не играй там, где можно упасть в воду;
- если не умеешь плавать или плаваешь плохо, не заходи на глубокое место, даже с надувным матрасом;
- не ныряй в незнакомых местах и не заплывай за буйки;
- не устраивай в воде игры с захватами;
- не пытайся плавать на бревнах, досках, самодельных плотках.



БЕЗОПАСНОСТЬ НА ЛОДКЕ

Управлять гребными лодками и катерами могут только взрослые, имеющие специальные права на самостоятельное управление плавсредствами.

При катании на лодке запрещается:

- перегружать лодку сверх установленной нормы;
- пользоваться лодкой детям до 16 лет без сопровождения взрослых;
- брать в лодку детей, не достигших 7 лет;
- прыгать в воду и купаться с лодки;
- кататься в вечернее и ночное время;
- кататься около шлюзов, плотин, плотов;
- останавливаться около мостов и под мостами;
- управлять лодкой в нетрезвом состоянии.

Важные условия безопасности!

Посадку в лодку производите, осторожно ступая посреди настила, чтобы не раскочевать её и не перевернуть.

Для этого же **располагаться в лодке нужно равномерно** только на штатных сидениях.

Нельзя садиться на борт лодки, это тоже может привести к переворачиванию судна.

Меняться местами, переходить из лодки в лодку необходимо с большой осторожностью без резких движений, в идеале - только у берега.

Опасно подставлять борт лодки параллельно идущей волне. **Волну надо «резать» носом лодки** поперёк или под углом.

Необходимо соблюдать осторожность на мелководье в незнакомых местах, следить за торчащими из воды предметами и расставленными сетями.

ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТОНУЩЕМУ ЧЕЛОВЕКУ

Бросьте тонущему человеку плавающий предмет, ободрите его, позовите помощь.

Добираясь до пострадавшего вплавь, учтите течение реки.

Если тонущий не контролирует свои действия, подплывите к нему сзади и захватив его за голову, под руку, за волосы, буксируйте к берегу.

На берегу необходимо оказать пострадавшему первую доврачебную помощь, ликвидировать кислородную недостаточность.

При попадании жидкости в дыхательные пути:

положите пострадавшего животом на согнутое колено;

проведите очистку от слизи, слюны носовой полости и носоглотки;

путем сдавливания грудной клетки удалите воду, попавшую в дыхательные пути;

после этого пострадавшего уложите на спину и при отсутствии дыхания или сердечной деятельности проведите искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

ПОМНИТЕ

Нарушение правил безопасного поведения на воде - это главная причина гибели людей, в том числе детей.



ТЕЛЕФОНЫ:

Телефонный код Санкт-Петербург 8(812)

Единая дежурно-диспетчерская служба района	22175
Спасатели	55055
Региональная Служба Спасения (круглосуточно):	380-91-19 (многоканальный), 545-47-45, 545-35-18
Единая дежурно-диспетчерская служба	112
Пожарная охрана	101
Полиция	102
Скорая	103
ГУВД	573-21-81 573-21-84 573-23-09

БЕЗОПАСНОГО ВАМ ОТДЫХА НА ВОДЕ!

