

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ОТКРЫТЫХ ВОДОЁМАХ

ЕСЛИ ТОНЕТ ЧЕЛОВЕК

- ! Громко зовите на помощь: "Человек тонет!"
- ! Попросите вызвать спасателей и "скорую помощь".
- ! Бросьте тонущему спасательный круг или длинную верёвку с узлом на конце.

Если хорошо плаваете, снимите одежду и обувь и вплавь доберитесь до тонущего. Заговорите с ним. Если услышите адекватный ответ, смело подставляйте ему плечо в качестве опоры и помогите доплыть до берега.

! Если утопающий находится в панике, схватил вас и тащит за собой в воду, применяйте силу. Если освободиться от захвата вам не удастся, сделайте глубокий вдох и нырните под воду, увлекая за собой спасаемого. Он обязательно вас отпустит.

! Если утопающий находится без сознания, можно транспортировать его до берега, держа за волосы.

! Вытащив пострадавшего из воды, необходимо быстро очистить ему ротовую полость, положив животом на колени, выдавить из лёгких воду и начать реанимационные мероприятия.



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

Опасность чаще всего представляют сильное течение (в том числе подводное), глубокие омуты и подводные холодные ключи.

Поэтому осторожность при купании вполне оправдана, а знание элементарных правил просто необходимо.

ЕСЛИ ТОНЕШЬ САМ

- ! Не паникуй.
- ! Сними с себя лишнюю одежду и обувь, громко зови на помощь.
- ! Перевернись на спину, широко раскинь руки, расслабься, сделай несколько глубоких вдохов.



ЕСЛИ ЗАХЛЕБНУЛСЯ ВОДОЙ

- ! Постарайся развернуться спиной к волне.
- ! Прижми согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделай несколько резких выдохов, помогая себе руками.
- ! Очисти от воды нос и сделай несколько глотательных движений.
- ! Восстановив дыхание, ложись на живот и двигайся к берегу. При необходимости позови людей на помощь.

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

1. Купаться следует только в специально оборудованных местах.
2. Не входите в воду в состоянии алкогольного опьянения. Купание в нетрезвом виде может привести к трагическому исходу!
3. В воде следует находиться не более 10-15 минут. При переохлаждении тела могут начаться судороги.
4. При судорогах помогает укальвание любым острым предметом (булавка, щепка, острый камень и др.).
5. Не подплывайте близко к идущим судам. Вблизи идущего теплохода возникает течение, которое может затянуть под винт.
6. Опасно прыгать или нырять в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу и сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.
7. Не допускайте грубых игр на воде. Нельзя подплывать под купающихся, "топить", подавать ложные сигналы о помощи и др.
8. Не оставляйте возле воды малышей без присмотра. Они могут оступиться, упасть, захлебнуться водой или попасть в яму.
9. С большой осторожностью плавайте на надувных матрасах и надувных игрушках. Ветром или течением их может отнести далеко от берега, а волной - захлестнуть, из них может выйти воздух, что приведет к потере плавучести.
10. Не заплывайте в зону акватории, где передвигаются катера и гидроциклы. Вы рискуете пострадать от действий невнимательного владельца скоростного моторного плавсредства.

ТЕЛЕФОНЫ ЕДИНОЙ ДЕЖУРНО-ДИСПЕТЧЕРСКОЙ СЛУЖБЫ:

112