

Дорогие ребята!

Вода – опасная для людей стихия. Даже спокойная водная гладь, несмотря на кажущуюся безопасность, таит в себе угрозы.

Помните, опасно:

- *находиться у водоема без сопровождения родителей;
- *купаться в незнакомых местах, специально не оборудованных для этой цели, имеющих знак «купаться запрещено»;
- *нырять и долго находиться под водой;
- *прыгать в воду в незнакомых местах, с причалов и др. сооружений, не приспособленных для этих целей.

Если вы оказались свидетелем несчастного случая на водных объектах, то не теряйтесь, не убегайте домой, а громко зовите на помощь. Взрослые услышат и помогут выручить из беды. А также незамедлительно позвоните спасателям по телефону 101 или 112.



ГРАЖДАНЕ

Будьте благодарными и осторожными по отношению к природе!
Не подвергайте свою жизнь опасности!



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ЛЮДЕЙ НА ВОДОЕМАХ

РЕКОМЕНДУЕТСЯ:

- 1 Купаться в специально оборудованных плавках, оснащенных спасательными средствами
- 2 Находиться в воде не более 20 минут
- 3 Купаться утром с 6 до 10 или вечером с 17 до 19 (нет опасности перегрева)
- 4 Купаться при температуре воды не ниже 17°C

ЗАПРЕЩЕНО:

- 1 Оставлять детей без присмотра
- 2 Заплывать далеко от берега на надувных средствах (матрацах, кругах, жилетах)
- 3 Входить в воду после употребления алкоголя или в состоянии измененного сознания
- 4 Нырять без предварительного смачивания всего тела водой и в незнакомых, мелких местах
- 5 Нырять с мостов, причалов, пристаней
- 6 Заплывать далеко от берега без предварительной разминки всех мышц тела, а также через небольшой промежуток времени после приема пищи (менее двух часов)
- 7 Заплывать за буйки
- 8 Купаться в одиночку в вечернее и ночное время суток
- 9 Подплывать к близко идущим судам, катерам или лодкам и нырять под них

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ в ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ НА ВОДЕ;

Почувствовали, что свело руку или ногу (судороги)

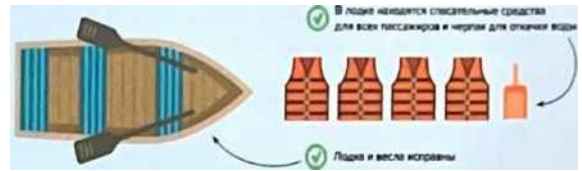
- Не впадайте в панику
- Старайтесь удержаться на поверхности воды, дышите на спине
- Энергично разминайте

Занутились и выдохся

- Не делайте резких движений и рыжков
- Лягте на спину и спокойными движениями выдыхайте в ту сторону, откуда пришли
- Если это не поможет, подтяните ноги к животу и осторожно освободитесь

Меры безопасности при пользовании лодками

0 Необходимо убедиться, что



0 Нельзя Д Не рекомендуется

