

Правила поведения на воде в летний период.

1. Купайтесь только в разрешенных, безопасных и заведомо известных местах.
2. При отсутствии пляжа выбирайте берег с чистым, ровным, песчаным дном.
3. Вода в местах купания должна быть прозрачной.
4. Человеку, не умеющему плавать, нельзя заходить в воду выше пояса.
5. Детям до 12 лет запрещено купаться без сопровождения взрослых.
6. Разгоряченным в воду заходить нельзя, необходимо постоять в тени, обтереться водой.
7. Первое купание начинайте в теплую погоду при температуре воды +18 градусов в безветренную погоду не более 5 минут, все последующие купания не больше 15 минут.
8. Не купайтесь сразу после приема пищи.
9. Не плывите в идущим судам. Это опасно для жизни.
10. Не допускайте грубых шалостей на воде.
11. Не плавайте с досками, бревнами, автомобильными камерами.
12. Не бросайте в воду стекло, банки и другие опасные предметы.
13. Не купайтесь в санитарной зоне водозаборов и гидравлических сооружений.
14. Выйдя из воды, разотрите тело полотенцем.

Оказание первой помощи на воде.

1. Попав в сильное течение, не плывите против него, плывите по течению, стремитесь приблизиться к берегу.
2. Если попадете в водоворот, не теряйтесь, наберите побольше воздуха, погрузитесь в воду и ныряйте в сторону от водоворота.
3. При переохлаждении, переутомлении и резких движениях могут возникнуть судороги. Не теряйте самообладание. Сведенную мышцу нужно помассажировать и плыть к берегу.
4. Оказывающий помощь тонущему должен уметь хорошо держаться на воде и плавать.
5. Приближайтесь к пострадавшему аккуратно, т.к. он в панике может сковать ваши движения.
6. Буксировку тонущего можно производить с помощью захвата за голову или под руки.
7. Вытащив пострадавшего, положить его на спину, очистить полость рта и носа, при необходимости слать искусственное дыхание или наружный массаж сердца.

*О несчастных случаях
на воде сообщать в
Службу Спасения по телефону
3-14-40, 3-12-17, 112 (с мобильного)*