



Памятка

о поведении на воде в летний период.

Таганрогский линейный отдел МВД России на транспорте напоминает, что нарушение правил поведения на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС!

Проведите разъяснительную беседу о правилах поведения в водоемах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.

Поэтому, купаясь и катаясь на лодках и маломерных судах, строго выполняйте правила поведения на воде:

- Купаться можно в разрешенных местах и на оборудованных пляжах.
 - Для купания выбирайте песчаный берег, тихие неглубокие места с чистым дном.
- Не купайтесь в запрещенных и необорудованных для купания местах (у плотин, на водосбросе, в карьерах, котлованах, бассейнах для промышленных нужд).

Категорически запрещается:

- Заплывать далеко от берега, выплывать за пределы ограждения мест купания.
 - Подплывать близко к проходящим судам, катерам, весельным лодкам, гидроциклам, баржам.
 - Взбираться на технические предупредительные знаки, буи, бакены и др.
 - Прыгать в воду с лодок, катеров, парусников и других плавательных средств.
 - Купаться у причалов, набережных, мостов и т.д.
 - Купаться в вечернее время после захода солнца.
 - Прыгать в воду в незнакомых местах.
 - Купаться у крутых, обрывистых берегов.
 - Помните, что после еды разрешается купаться не раньше чем через полтора - два часа.
 - Во время купания не делайте лишних движений, не держите свои мышцы в постоянном напряжении, не нарушайте ритма дыхания, не переутомляйте себя, не принимайте участия в больших заплывах без разрешения врача и необходимых тренировок.
 - Попав на быстрое течение, не плывите против течения, проплывайте на груди или на боку, горизонтально на немного повышенной скорости. Остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко.
- Попав в водоворот, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте смелый рывок в сторону по течению.

Помните, что причиной гибели пловцов часто бывает сковывающая его движения судорога. Причины этому следующие:

- Переохлаждение в воде.
- Переутомление мышц, вызванное длительной работой их без расслабления.
- Купание незакаленного в воде с низкой температурой.
- Предрасположенность пловца к судорогам.
- Во всех случаях пловцу рекомендуется переменить стиль плавания и по возможности выйти из воды.

Если тонет человек:

- Сразу громко зовите на помощь: «Человек тонет!»
- Попросите вызвать спасателей и «скорую помощь».
- Бросьте тонущему спасательный круг, длинную веревку 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 же 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 отпустит вас. Если утопающий находится без сознания, можно транспортировать его до берега, держа за волосы.

Если тонешь сам:

- Не паникуйте. Снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричи, зови на помощь.

- Перевернитесь на спину, широко раскиньте руки, расслабьтесь, сделайте несколько глубоких вдохов.
- Прежде, чем пойти купаться, не забудьте взять с собой английскую булавку. Она поможет вам, если в воде начнутся судороги. Если же у вас свело ногу, а булавки при себе нет, ущипните несколько раз икроножную мышцу.
- Если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его. Плывайте к берегу.

Внимание! Помните, что нарушение правил поведения на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей.

ОПДН Таганрогского ЛО МВД России на транспорте

С наступлением жаркой погоды становится все больше желающих отдохнуть у воды. К сожалению, беспечность на водных объектах может привести к трагедии. В летний период 2021 года на территории Ростовской области зарегистрированы случаи гибели детей и подростков в результате утопления.

Причинами гибели несовершеннолетних на воде могут стать:

- оставление детей без присмотра,
- купание в необорудованных водоёмах,
- нарушение целостности плавательных средств,
- нарушение правил безопасности на воде.

Нахождение родителей в нетрезвом состоянии у водного объекта также может стать причиной гибели ребенка.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Безопасность детей на водоемах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС!

Водная стихия не прощает халатности. Чтобы не допустить гибели детей на водоемах в летний период важно соблюдать элементарные правила безопасности:

- купаться только в специально оборудованных местах;
- не оставлять детей без присмотра, особенно в воде;
- постепенно входить в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела;
- температура воды должна быть не ниже 17-19 градусов;
- находиться в воде не более 15-20 минут (в противном случае при переохлаждении могут возникнуть судороги, произойдет остановка дыхания и потеря сознания);
- во избежание перегревания отдыхать на пляже в головном уборе;
- использование детьми плавательных средств в воде возможно только под присмотром взрослых;
- купаться только в границах зоны для купания;
- не нырять в незнакомых местах, при недостаточной глубине водоема, при нахождении вблизи других пловцов.
- не прыгать в воду в незнакомых местах, с причалов и др. сооружений, не приспособленных для этих целей;
- не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам;
- не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

Родители, для ваших детей именно вы являетесь самым большим примером!

**Соблюдайте правила безопасности!
Берегите жизнь и здоровье ваших детей!**