

# **Памятка о безопасности на водных объектах в летний период**

09.07.2019

## **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ! Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС!**

С наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой: провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных 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.

### **Категорически запрещено купание:**

- детей без надзора взрослых;
- в незнакомых местах;
- на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых).

### **Необходимо соблюдать следующие правила:**

- Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.
- Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).
- Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.
- Продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.
- При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.
- Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.
- Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

### **При купании недопустимо:**

1. Плавать в незнакомом месте, под мостами и у плотин.
2. Нырять с высоты, не зная глубины и рельефа дна.
3. Заплывать за буйки и ограждения.
4. Приближаться к судам, плотам и иным плавсредствам.
5. Прыгать в воду с лодок, катеров, причалов.
6. Хватать друг друга за руки и ноги во время игр на воде.

**Избегайте употребление алкоголя до и во время нахождения в воде или у береговой линии. Алкоголь ухудшает чувство равновесия, координацию движений и самоконтроль.**

**Не умеющим плавать купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1-2 метра!**

**КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ купание на водных объектах, оборудованных предупреждающими аншлагами «КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!»**

**Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.**

### **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.

#### **Вы захлебнулись водой:**

- не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне;
- прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками;
- затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений;
- восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу;
- при необходимости позовите людей на помощь.

**Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.**



## ЛИНЕЙНЫЙ ОТДЕЛ МВД РОССИИ НА ВОДНОМ ТРАНСПОРТЕ

### **Необходимо знать и помнить!** **Правила поведения на водном транспорте!**



Отправившись в поездку на корабле, обязательно внимательно осмотрите корабль для того, чтобы узнать все выходы для спасения и, если случится опасная ситуация – не бегать по коридорам, а сразу идти на выход

При возникновении чрезвычайной ситуации необходимо точно выполнять указания капитана, его помощников и экипажа судна.

#### **На борту теплохода категорически запрещается!**

- начинать самостоятельную высадку или посадку до причала лодки или полной подачи трапа корабля;
- двигаться вдоль борта судна на причал или подниматься с причала на борт корабля не по специальному трапу;
- выходить и находиться на площадке, не имеющей ограждения;
- самостоятельно заходить одному в служебные помещения и открывать технические помещения, особенно в случаях когда зайти в помещение предлагают малознакомые или незнакомые люди.
- перевешиваться за борта судна.



#### **Если была объявлена массовая эвакуация, следует делать следующее:**

- пропустить к шлюпкам детей и женщин;
- надеть спасательный жилет (если на улице зима, то следует надеть с начала тёплую одежду и только потом жилет);
- взять с собой только самые необходимые вещи (деньги, документы, одеяло, аптечку, еду и воду);
- не спеша опускаться в шлюпку.

***Помните: нарушение правил поведения на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей!***

Адрес страницы: <http://chertanovo-severnoe.mos.ru/kdn/detail/8205902.html>

[Управа района Чертаново Северное города Москвы](#)