ЛИНЕЙНЫЙ ОТДЕЛ МВД РОССИИ НА ВОДНОМ ТРАНСПОРТЕ

Необходимо знать и помнить!
Правила поведения на воде в летний период.

Самый полезный отдых летом – это отдых на воде. Купаясь, катаясь на лодках, катамаранах вы укрепляете организм, развиваете ловкость и выносливость.

Нарушение правил поведения на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей.

Поэтому, купаясь и катаясь на лодках и маломерных судах, следует строго выполнять нижеследующие правила поведения на воде:

- купаться можно в разрешенных местах, в купальнях или 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 водосборе, в карьерах, котлованах, бассейнах для промышленных нужд).

Помните, что при купании 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 другие гидротехнические сооружения.

- прыгать в воду с лодок, катеров, парусников и других плавательных средств.

- купаться у причалов, набережных, мостов.
- купаться в вечерние 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 свой мышцы в постоянном напряжении, не гонитесь за скоростью продвижения в воде, 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 рывок в сторону по течению.

Помните, что причиной гибели пловцов часто бывает сковывающая его движения судорога, причиной которой служат:

- переохлаждении в воде.
- переутомление мышц, вызванное переутомлением и беспрерывным плаваньем одним стилем.
- купание незакаленного в воде с низкой температурой.
- предрасположенность купающегося к судорогам.
- при судороге ног, если нет булавки ущипните несколько раз икроножную мышцу, если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его.

- во всех случаях пловцу рекомендуется переменить стиль плавания и по возможности выйти из воды.

Помните: пренебрежение соблюдения правил безопасности на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей.

У ВОДЫ БЕЗ БЕДЫ

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

МЧС России

ОБЩИЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ

Находясь на водном объекте, необходимо:

ЗНАТЬ и СОБЛЮДАТЬ меры безопасности

Немедленно сообщать в оперативные службы обо всех чрезвычайных происшествиях (телефон службы спасения «112»)

Оказывать посильную помощь терпящим бедствие (с соблюдением мер предосторожности)

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ ЛЕТОМ

ЗАПРЕЩЕНО

Распивать алкогольные напитки и находиться в состоянии алкогольного опьянения на водном объекте

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ПЛЯЖЕ

ЗАПРЕЩАЕТСЯ приводить с собой собак и других животных, купать их

Не мешайте отдыхать другим (громкая музыка, спортивные игры)

СОВЕТЫ КУПАЮЩИМСЯ

Перед купальным сезоном обязательно посетите врача

Воздержитесь от купания на 1,5-2 часа после приема пищи

Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ ЛЕТОМ

Не перегревайтесь

Не переохлаждайтесь

Не купайтесь в состоянии алкогольного опьянения

Не купайтесь у крутых обрывистых берегов с сильным течением, в заболоченных и заросших растительностью местах

Не купайтесь в штормовую погоду

Не ныряйте в воду в незнакомых местах, с крутых берегов, причалов

Не допускайте одиночного купания детей без присмотра

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ ЛЕТОМ

Не игнорируйте знак «Купаться запрещено».
В этом месте в полном объеме не выполнены требования по обеспечению безопасного купания.
Здесь могут быть следующие опасности:

- заражение паразитами, живущими в водоплавающих птицах, использующих водоемы;
- аллергия, кишечные инфекции от промышленных, бытовых сбросов или бесхозных свалок;
- сильное течение, водоворот, подводные ямы, водоросли, острые предметы на дне водоема, кораги, утопленные деревья и др.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

Не заплывайте за ограничительные знаки

Не плавайте на автомобильных камерах и надувных матрацах

Не подплывайте к проходящим мимо судам. Не взбирайтесь на технические предупредительные знаки

Не допускайте грубых шалостей в воде (нельзя хватать за ноги, топить, подавать ложные сигналы о помощи)

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ ЛЕТОМ

ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТОНУЩИМ НА ВОДЕ

Если видите тонущего, немедленно зовите на помощь окружающих, спасателей

Если есть лодка, подплывите на ней к тонущему и постарайтесь ему помочь

Если умеете хорошо плавать, постарайтесь самостоятельно добраться до тонущего. (В холодной воде не снимайте с себя одежду, чтобы избежать переохлаждения организма. Сбросьте только обувь)

Приблизившись к утопающему, обхватите его сзади за плечи и постарайтесь избежать судорожных попыток ухватиться за вас, которые будет предпринимать паникующий тонущий человек

Если утопающий находится без сознания, плывите с ним к берегу, взяв рукой под подбородок таким образом, чтобы его лицо постоянно находилось над поверхностью воды

Вынесите утопающего на берег

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ ЛЕТОМ

Попросите находящихся поблизости людей вызвать «Скорую помощь»

Немедленно приступайте к оказанию первой помощи

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

ВАЖНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ

Пожарная и спасатели	101
[illegible]	102
[illegible]	103
Баллы	112
[illegible]	1 [illegible] 001
[illegible]	02
Мобильный	112
[illegible]	1 [illegible] 001
Сада Лана	01

ВНИМАНИЕ!

[illegible] 112