



Служба ГОЧС и ТБ г.Усолье-Сибирское напоминает:

Будьте осторожны на воде!

Купайтесь только в разрешённых местах, на оборудованных пляжах!

Купание в состоянии алкогольного опьянения приводит к трагедии!



НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ БЕЗ ПРИСМОТРА



Если необходима помощь спасателей



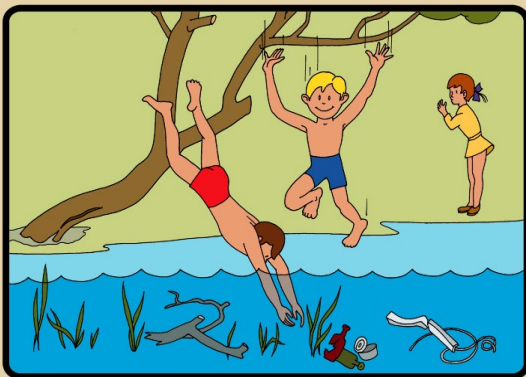
Не используйте самодельные устройства для плавания!

Не купайтесь в штормовую погоду и в ночное время!

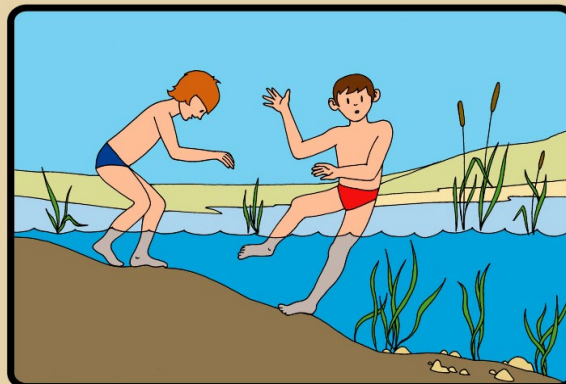


КАК ВЕСТИ СЕБЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ

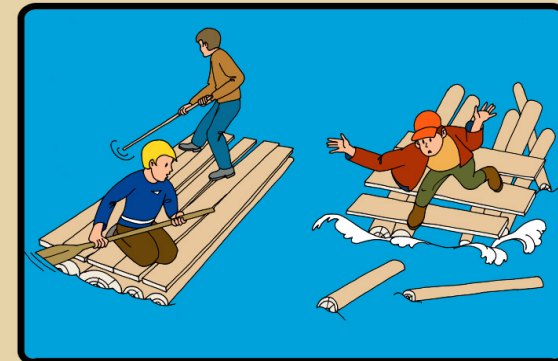
ГИМС МЧС России ПРЕДУПРЕЖДАЕТ: Пренебрежение Правилами охраны жизни людей на водных объектах **ОПАСНО** для Вашей жизни!



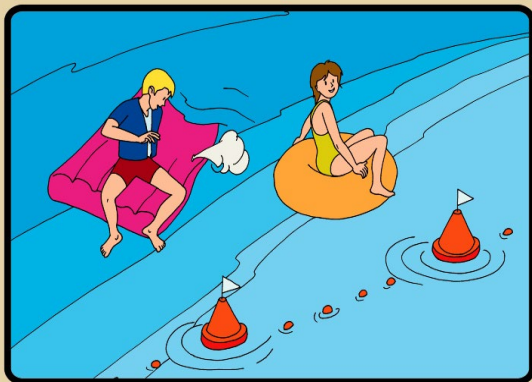
**НЕ НЫРЯЙТЕ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ !
НЕ ИЗВЕСТНО, ЧТО ТАМ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ
НА ДНЕ !**



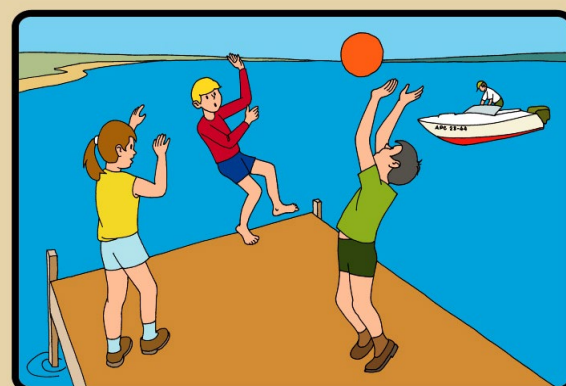
**В ВОДЕ ИЗБЕГАЙТЕ ВЕРТИКАЛЬНОГО ПОЛОЖЕНИЯ.
НЕ ХОДИТЕ ПО ИЛИСТОМУ И ЗАРОСШЕМУ
ВОДОРΟΣЛЯМИ ДНУ.**



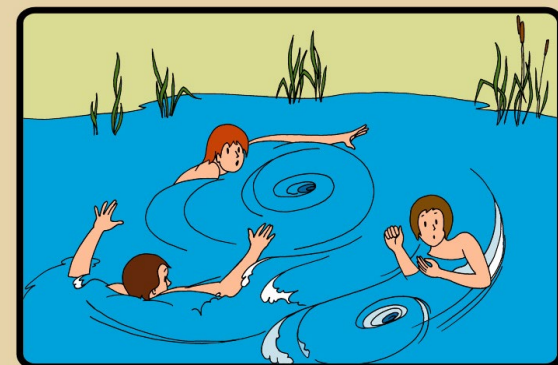
**НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПЛАВАНИЯ САМОДЕЛЬНЫЕ
УСТРОЙСТВА !
ОНИ МОГУТ НЕ ВЫДЕРЖАТЬ ВАШ ВЕС И
ПЕРЕВЕРНУТЬСЯ !**



**НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА НА НАДУВНЫХ
МАТРАСАХ И АВТОМОБИЛЬНЫХ КАМЕРАХ !**



**НЕ СТОЙ И НЕ ИГРАЙ В ТЕХ МЕСТАХ, ОТКУДА
МОЖНО СВАЛИТЬСЯ В ВОДУ !**



**НЕ БОРИТЕСЬ С СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ !
ПЛЫВИТЕ ПО ТЕЧЕНИЮ ПОСТЕПЕННО ПРИБЛИЖАЯСЬ
К БЕРЕГУ !**



МЫ ПЕРВЫМИ ПРИДЕМ ВАМ НА ПОМОЩЬ!

Телефон ГИМС МЧС России по _____
Телефон ЦУКС МЧС России по _____

**ЕДИНАЯ
СЛУЖБА
СПАСЕНИЯ**



УВАЖАЕМЫЕ ВЗРОСЛЫЕ!

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



→ ПОМНИТЕ!

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

Единая служба спасения

с домашнего **01**
с мобильного **112**



Общероссийская общественная организация
«Всероссийское добровольное
пожарное общество»

**ПРАВИЛА
БЕЗОПАСНОСТИ
НА ВОДЕ**



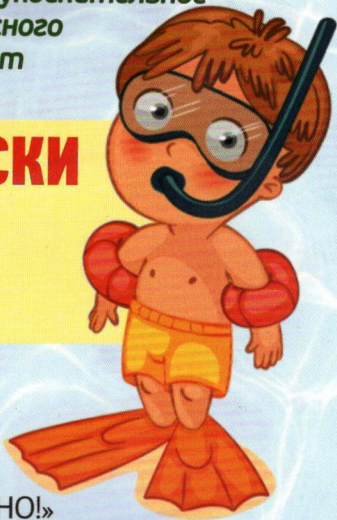
www.vdpo38.ru

Наступил долгожданный купальный сезон. Сотни жителей устремляются в выходные дни поближе к воде. Свежий воздух, солнце, купание не только доставляют удовольствие, но и служат хорошим средством закаливания организма. Вместе с этим вода регулярно уносит жизни.

Иркутское отделение Всероссийского добровольного пожарного общества напоминает: только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.

КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩЕНО КУПАНИЕ:

- ✓ На водных объектах, оборудованных предупреждающими аншлагами «КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!»
- ✓ Детей без надзора взрослых.
- ✓ В незнакомых местах.
- ✓ На надувных матрасах, камерах и других плавательных средствах без надзора взрослых.



Необходимо соблюдать следующие правила:



Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне, при нахождении вблизи других пловцов.



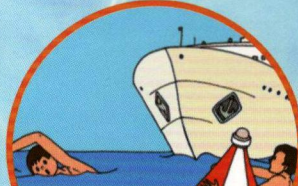
Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.



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).



При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.



Продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.

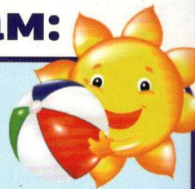
Если тонет человек:

- 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:

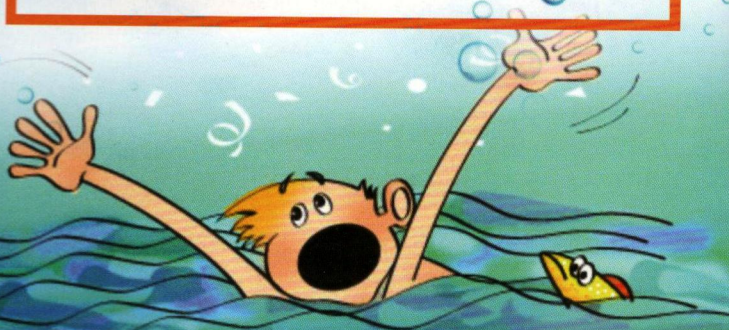
- Не паникуй.
- Сними с себя лишнюю одежду, обувь, кричи, зови на помощь.
- Перевернись на спину, широко раскинь руки, расслабься, сделай несколько глубоких вдохов.



- ✓ **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:

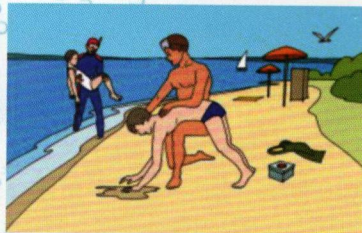
- Не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне.
- Прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками.
- Затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений.
- Восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу.
- При необходимости позовите людей на помощь.



ПОМОГИ!

Правила оказания помощи при утоплении:

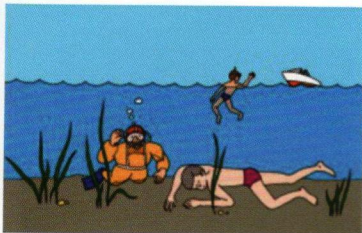
1. Перевернуть пострадавшего лицом вниз, опустить голову ниже груди.
2. Очистить рот.
3. Резко надавить на корень языка.
4. При появлении рвотного и кашлевого рефлексов - добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка.
5. Если нет рвотных движений и пульса - положить на спину



и приступить к реанимации (искусственное дыхание, непрямой массаж сердца). При появлении признаков жизни - перевернуть лицом вниз, удалить воду из легких и желудка.

6. Вызвать "Скорую помощь".

7. Если человек уже погрузился в воду, не оставляйте попыток найти его на глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший находился в воде не более 6 минут.



НЕЛЬЗЯ

- ☞ ОСТАВЛЯТЬ ПОСТРАДАВШЕГО БЕЗ ВНИМАНИЯ (в любой момент может произойти остановка сердца)!
- ☞ САМОСТОЯТЕЛЬНО ПЕРЕВОЗИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО, если есть возможность вызвать спасательную службу по номеру телефона «112»!