



ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ по безопасному поведению на воде в летнее время

При наступлении теплых солнечных дней люди стремятся к воде. Но нельзя и забывать, что приятное времяпрепровождение у воды может обернуться непоправимой трагедией. За лето 2014 г. на водных объектах Брянской области погибло 57 человек, из них 2 детей.

В большинстве случаев, почти всех опасных ситуаций, связанных с отдыхом на воде, можно избежать, соблюдая следующие правила поведения на воде в летнее время:

➤ купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева. Температура воды должна быть не ниже 18-19⁰С, воздуха – не менее 22⁰С;

➤ продолжительность купания не должна превышать 15-20 минут, причем это время должно увеличиваться постепенно с 3-5 минут. В противном случае может произойти переохлаждение и возникнуть судорога, остановка дыхания, потеря сознания;

➤ после длительного пребывания на солнце не входить и не прыгать в воду. Периферические сосуды сильно расширены для большей теплоотдачи, а при охлаждении в воде происходит резкое рефлекторное сокращение мышц, которое влечет за собой остановку дыхания;

➤ недопустимо входить в воду в состоянии алкогольного опьянения, так как алкоголь блокирует сосудосуживающий и сосудорасширяющий центр в головном мозге, изменяется чувствительность кожного покрова, нарушается координация движений, угнетается дыхательная и сердечная деятельность, появляется апатия и сонливость, а также снижается самоконтроль и происходит переоценка своих возможностей;

➤ купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах;

➤ не купайтесь у крутых обрывистых берегов с сильным течением, в заболоченных и заросших растительностью местах;

➤ не заплывайте далеко от берега, так как можно не рассчитать своих сил. Почувствовав усталость, не паникуйте и не стремитесь как можно быстрее доплыть до берега. Отдохните, перевернувшись на спину и поддерживая себя на поверхности легкими движениями рук и ног;

➤ не подплывайте к проходящим судам, не взбирайтесь на технические предупредительные знаки;

➤ если захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Плывайте по течению, постепенно приближаясь к берегу;

➤ не теряйтесь если попали в водоворот – наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и, сделав сильный рывок в сторону, всплытите.

ВНИМАНИЕ РОДИТЕЛИ! Не оставляйте детей без присмотра! Помните, что ребенок намного беззащитнее Вас. Часто несчастные случаи с детьми происходят в присутствии взрослых, которые спокойно загорают на берегу, а нередко выпивают с компанией, в то время как ребенок предоставлен сам себе и находится в воде без контроля родителей.

Служба спасения – 112, 01

Телефон доверия Главного управления
МЧС России по Брянской области
(4832) 599-000

Государственная инспекция по
маломерным судам Брянской области
(4832) 67-74-42



Главное управление МЧС по Брянской области

ИНФОРМИРУЕТ

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД



Запрещено плавание
в судоходных местах!



Нырять с лодки
нельзя!



За буйки
не заплывать!



Не ныряйте
в незнакомом месте.

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ВОДНЫМИ ОБЪЕКТАМИ ДЛЯ КУПАНИЯ



Не перегружайте
лодку.



Не пересекайте
курс.



Запрещается
употребление
спиртных напитков.



Пройдите
техосмотр.

ОСНОВНЫЕ ДЕЙСТВИЯ ПО ОКАЗАНИЮ ПОМОЩИ



Транспортировка
потерпевшего
с поддержкой
за волосы



Транспортировка
пострадавшего
за разноименную руку



Выполнение
непрямого
массажа сердца



Выполнение
одновременно
массажа сердца
и искусственного
дыхания

Телефоны экстренных служб

01 - служба реагирования в чрезвычайной ситуации, служба пожарной охраны
03 - служба скорой медицинской помощи

112 - единый номер вызова экстренных оперативных служб

02 - служба милиции