

БЕРЕГИ СВОЮ ЖИЗНЬ!



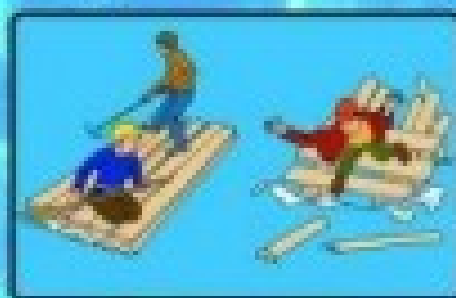
**НЕЗНАНИЕ, ДОВЕРЧИВОСТЬ
И НЕБРЕЖНОСТЬ ПРИВОДИТ
К ГИБЕЛИ ЛЮДЕЙ НА ВОДЕ!**

БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ НА ВОДОЕМАХ!

**НЕ КУПАЙТЕСЬ И
НЕ НЫРЯЙТЕ
в незнакомых местах!**



**НЕ ПЫТАЙТЕСЬ ПЛАВАТЬ
на бревнах, досках,
самодельных плотках!**



**НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ
близко
к моторным лодкам!**



**ИЗБЕГАЙТЕ МЕСТ,
откуда можно
упасть в воду!**



**НЕ КАТАЙТЕСЬ
на лодках, катерах, гидроциклах
в местах массового
купания населения!**



**НЕ ПРЫГАЙТЕ
в воду с катеров, лодок,
других не приспособленных
для этих целей сооружений!**



Не оставляйте детей без присмотра!

**ПЬЯНСТВО-основная причина ГИБЕЛИ
людей на водоемах!**

**СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО
ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМАХ!**



Одна из главных причин травматизма происходит на воде – это нарушение правил безопасности поведения на воде, которые следует соблюдать первоочередно:

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- купаться в местах, где выставлены щиты (знакосты) с предупреждениями и запрещающими надписями;
- купаться в небуржуазных, опасных местах;
- подплывать к нескольким лодкам и другим плавсредствам;
- прыгать в воду с вышки, не приспособленной для этих целей;
- загромождать и засорять водоемы;
- растопить спертые баллоны, купаться в купальнике-алюминиевом чайнике;
- оставлять на берегу бутылку, стекло и другой мусор;
- играть с мячом и в спортивные игры в неопределенных для этих целей местах, а также купаться в воде пьяными, стьяемыми с выпивкой и водянком купальщикам, особенно в глубоких местах;
- подавать крика ложной тревоги.

При обучении плаванию ответственность за безопасность несет преподаватель (инструктор, тренер), проводящий обучение или тренировка.

При групповом обучении плаванию группы не должны превышать 10 чел. За группой должны наблюдать опытный спасатель и инструктор-работник.

Обучение плаванию должно проводиться в специально отведенных местах.

Каждый проводящий обязан оказать первую помощь пострадавшему безотлагательно на воде.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ:

Четыре-пять минут – это предельный срок, в течение которого человека можно вернуть к жизни после прекращения дыхания и кровообращения:

- подплыть к утопающему, надорвать штаны так, чтобы они не стали препятствием в воде, лучше всего спадать на плечи;
- на берегу надо осмотреть пострадавшего, повернуть на бок, проветрить нос и рот от воды, тины;
- голова пострадавшего водиток воды на спину или живот, чтобы голова свесилась, надрыть на спине, выложить воду из желудка и дыхательных путей;
- после этого выложить пострадавшего на спину, запрокинуть голову и начинать делать искусственное дыхание, начиная с выдыхания воздуха в рот.

ЕСЛИ ВЫ ТОНЕТЕ, ТО НЕ ПАНИКОВАТЬ:

- падать спиной головой или рукой;
- в воде не надо бороться с течением, которая имеет поддерживать температуру тела на несколько градусов выше температуры воды, в которой вы оказались;
- если вы тонете, обязательно на секунду оторваться с плавкой в воду и, распрямив ноги, сильно толкнуть рукой на себя ступни на большой волне.



ПАМЯТКА ПО ОБЕСПЕЧЕНИЮ БЕЗОПАСНОСТИ ЛЮДЕЙ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД



Запрещено плавание
в судоходных местах!



Нырять с лодки
нельзя!



За буи
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

Правила безопасного поведения на воде летом

1. Купаться можно только в местах разрешённых и в присутствии взрослых



2. Нельзя нырять в незнакомых местах - на дне могут оказаться брёвна, камни, коряги, стёкла.



3. Не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли и тина.



4. Не стоит затевать игру, где в шутку надо "топить" друг друга.





Не подплывайте к моторным, парусным судам, весельным лодкам и другим плавсредствам, не прыгайте с них и других сооружений, непригодных для этих целей в воду.

Купайтесь только под наблюдением взрослых в специально отведенных местах.



Купайтесь в специально отведенных местах, оборудованных пляжами, где вы можете получить помощь спасателя.



Не заплывайте далеко от берега на надувных матрацах и автомобильных камерах. Не используйте для плавания самодельные устройства.

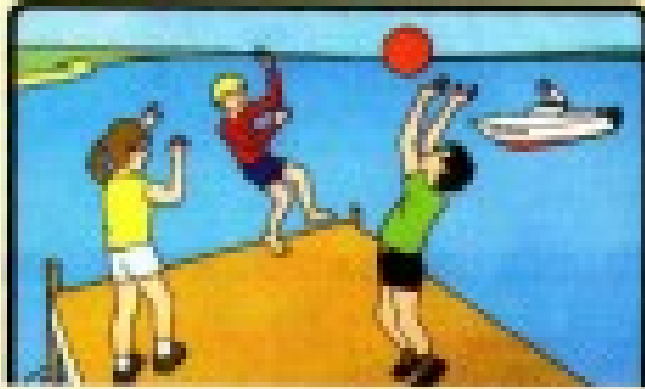


Не устраивайте в воде игры, связанные с нырянием и захватом купающихся. Не подавайте ложные сигналы бедствия.



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМАХ ЛЕТОМ

КАК ВЕСТИ СЕБЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ



Не стойте и не играйте в тех местах, откуда можно свалиться в воду



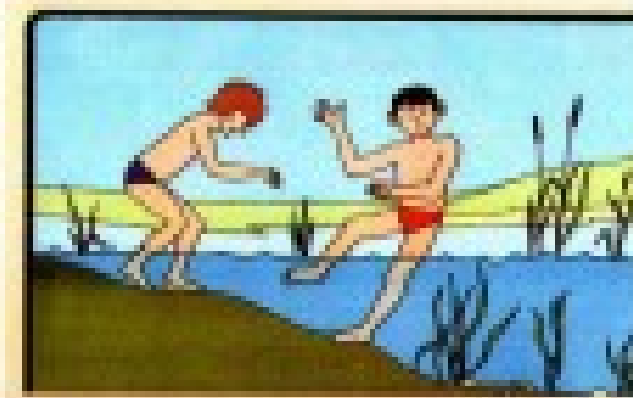
Не ныряйте в незнакомых местах! Неизвестно, что там может оказаться на дне!



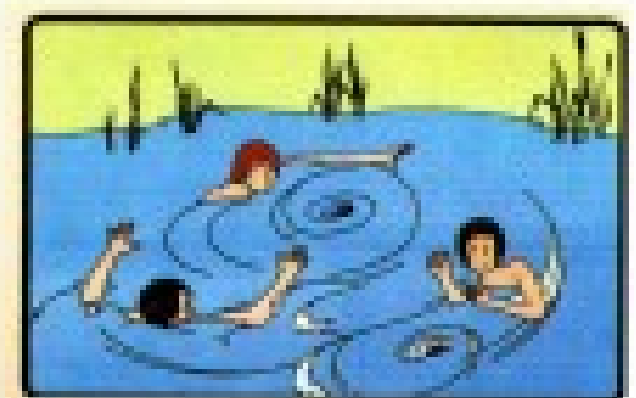
Не заплывайте далеко от берега на надувных матрацах и автомобильных камерах



Не используйте для плавания самодельные устройства! Они могут не выдержать вашего веса и перевернуться



В воде избегайте вертикального положения. Не ходите по илному и заросшему водорослями дну



Не боритесь с сильным течением! Плавайте по течению, постепенно приближаясь к берегу

САНКИ, ЛЫЖИ И КОНЬКИ



Не катайся на санках с гор, –
упадешь и ударившись.

Даже опытные хоккеисты надевают шлемы, наколенники
и налокотники. Бери с них пример.

Играть в хоккей и кататься на коньках нужно на специально
оборудованных катках.

Нельзя кататься с горок, которые расположены рядом
с проезжей частью.



Если у тебя промокли ноги, немедленно иди домой,
а то простудишься.

Выходить на тонкий лед нельзя!

Не пытайся определить прочность льда,

наступая на него.

Но если ты оказался на льду,

передвигайся мелким

скользящим шагом.



Если лед начал потрескивать, немедленно отойди назад

скользящим шагом, не ступая ступней сто льда.

Если лед проломился, и ты попал в воду, кричи, зови на

помощь!



Как выбраться из полыньи

Постарайся самостоятельно выбраться на лед.

Без резких движений наполмай грудью или наваливайся

боком на край льда.

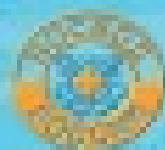
Почередно вытаски на поверхность ноги.

Выбравшись из полыньи, откатысь или отползи от нее.

Знай, даже мокрая одежда на морозе некоторое время

сохранит тепло твоего тела. У тебя есть время добраться

до теплого помещения.



Мурманское
региональное
отделение ВОСВОД



Государственная
инспекция по
надзору за
Мурманской области

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ В ЗИМНЕЕ ВРЕМЯ ГОДА

ЗИМА – СОСУЛЬКИ, ГОЛОЛЕД



Когда идешь по двору, будь осторожен, здесь тоже едет машина. Помните, на одной машине не может остановиться сразу!

На улице держись подальше от домов! С крыши может упасть сосулька или обвалиться снег.

Не ходи в овражистой зоне.

На скользком тротуаре передвигайся небольшими шагами, ступи на всю подошву!

В моменты падения старайся сгруппироваться, чтобы не удариться головой.

Падать не на спину и не боком.

Старайся при падении не опираться на руку.

