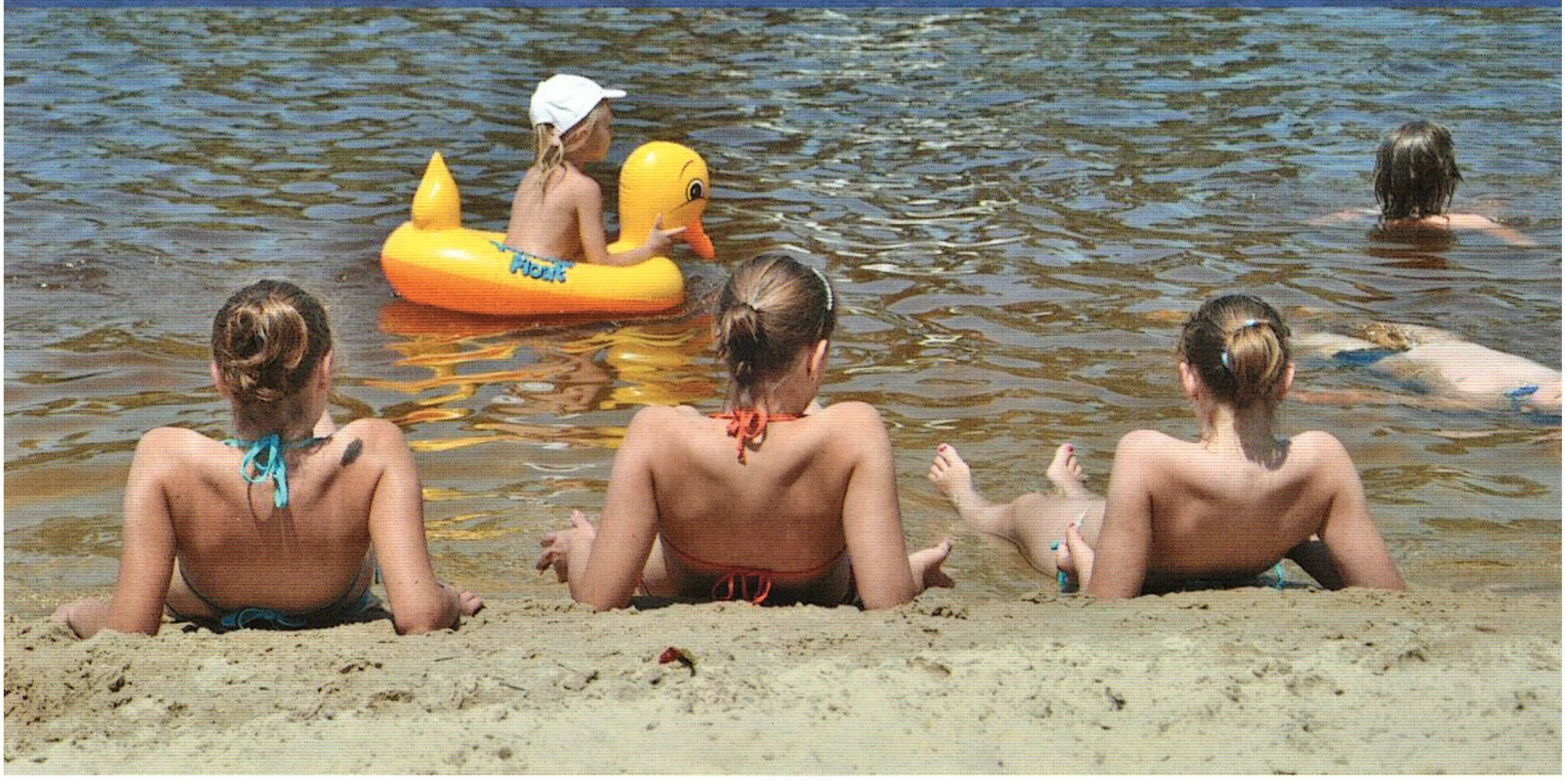
ГУ МЧС России по Алтайскому краю
ККУ «УГОЧС и ПБ Алтайского края»

Вода не страшна тем, кто соблюдает осторожность!



Не оставляйте детей
у воды без присмотра

Не заходите в воду
в состоянии алкогольного опьянения

Не купайтесь в незнакомых
и не оборудованных местах

ПОМНИ! БЕЗОПАСНЫЙ ОТДЫХ НА ВОДЕ - ЭТО:

- Дисциплинированность и строгое соблюдение правил поведения на воде
- Умение не только плавать, но и оказывать помощь товарищу, попавшему в беду

ТЕЛЕФОН ЕДИНОЙ СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ 112

ГУ МЧС России
по Алтайскому краю
ККУ "УГОЧС и
ПБ Алтайского края»

ВОДА НЕ СТРАШНА ТЕМ, КТО СОБЛЮДАЕТ ОСТОРОЖНОСТЬ!

ПОМНИ!
БЕЗОПАСНЫЙ ОТДЫХ НА ВОДЕ – ЭТО:

- дисциплинированность и строгое соблюдение правил поведения на воде
- умение не только плавать, но и оказывать помощь товарищу, попавшему в беду

Не купайтесь в незнакомых и необорудованных местах

Не оставляйте детей у воды без присмотра

Не заходите в воду в состоянии алкогольного опьянения

Правила безопасного поведения на воде

КУПАЙТЕСЬ ТОЛЬКО В СПЕЦИАЛЬНО ОТВЕДЕННЫХ МЕСТАХ на оборудованных пляжах, где в случае беды вам помогут спасатели. На непроверенном водоеме могут быть водовороты, глубокие ямы, густые водоросли, холодные ключи, коряги, сильное течение, захламленное дно, что может привести к травме, а ныряние - к гибели.

НЕ ВХОДИТЕ РЕЗКО В ВОДУ И НЕ НЫРЯЙТЕ ПОСЛЕ ДЛИТЕЛЬНОГО ПРЕБЫВАНИЯ НА СОЛНЦЕ не исключен спазм дыхательных путей, «Холодовой шок», сразу после приема пищи (может возникнуть спазм желудка и начаться рвота).

ПРИ КУПАНИИ НЕ ДОВОДИТЕ СЕБЯ ДО ОЗНОБА при переохлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания, потеря сознания

НЕ КУПАЙТЕСЬ В СОСТОЯНИИ АЛКОГОЛЬНОГО ОПЬЯНЕНИЯ - это самая частая причина гибели людей на воде, даже небольшая доза спиртного вызывает нарушение координации движений.

НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К БЛИЗКО ИДУЩИМ (СТОЯЩИМ У ПРИЧАЛОВ) СУДАМ КАТЕРАМ, ЛОДКАМ, ПЛОТАМ не ныряйте под них вас может затянуть под днище, винты, ударить бортом, захлестнуть волной.

НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ НАДУВНЫМИ МАТРАЦАМИ, КАМЕРАМИ - особенно если не умеете плавать, даже слабый ветер способен унести их далеко от берега.

НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ЗА БУЙКИ И ДРУГИЕ ОГРАЖДЕНИЯ, установленные в мостах для купания. Они предупреждают: дальний заплыв - это переохлаждение, мышечное переутомление, судороги, гибель.

НЕ ДОПУСКАЙТЕ ШАЛОСТЕЙ НА ВОДЕ, СВЯЗАННЫХ С КУПАНИЕМ И НЫРЯНИЕМ не подавайте ложных сигналов бедствия.

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ НА ВОДЕ

- Если вас подхватило течение реки, двигайтесь по диагонали к ближайшему берегу.
- Если вы попали в водоворот, не теряйтесь: наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и, сделав сильный рывок в сторону, выплывайте.
- Если у вас свело ногу, погрузитесь в воду и, распрямив ногу, с силой рукой потяните на себя ступню за большой палец.

Ваша безопасность - ваша ответственность

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ

КУПАЙТЕСЬ ТОЛЬКО В СПЕЦИАЛЬНО ОТВЕДЁННЫХ МЕСТАХ, на оборудованных пляжах, где в случае беды вам помогут спасатели. В непроверенном водоеме могут быть водовороты, глубокие ямы, густые водоросли, холодные ключи, коряги, сильное течение, захламленное дно, что может привести к травме, а ныряние к гибели

НЕ ВХОДИТЕ РЕЗКО В ВОДУ И НЕ НЫРЯЙТЕ ПОСЛЕ ДЛИТЕЛЬНОГО ПРЕБЫВАНИЯ НА СОЛНЦЕ (не исключён спазм дыхательных путей, «Холодовой шок»), сразу после приёма пищи (может возникнуть спазм желудка и начаться рвота), в состоянии утомления

ПРИ КУПАНИИ НЕ ДОВОДИТЕ СЕБЯ ДО ОЗНОБА, при переохлаждении могут возникнуть судороги, произойти остановка дыхания, потеря сознания

НЕ КУПАЙТЕСЬ В СОСТОЯНИИ АЛКОГОЛЬНОГО ОПЬЯНЕНИЯ: даже небольшая доза спиртного вызывает нарушение координации движений

НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К БЛИЗКО ИДУЩИМ (СТОЯЩИМ У ПРИЧАЛОВ) СУДАМ, КАТЕРАМ, ЛОДКАМ, НЕ НЫРЯЙТЕ ПОД НИХ: вас может затянуть под днище, винты, ударить бортом, захлестнуть волной

НЕ ПОЛЬЗУЙТЕСЬ НАДУВНЫМИ МАТРАЦАМИ, КАМЕРАМИ: даже слабый ветер способен унести их далеко от берега

НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ЗА БУЙКИ И ДРУГИЕ ОГРАЖДЕНИЯ, установленные в местах для купания. Они предупреждают: дальний заплыв – это переохлаждение, мышечное переутомление, судороги, гибель

НЕ ДОПУСКАЙТЕ ШАЛОСТЕЙ НА ВОДЕ, СВЯЗАННЫХ С КУПАНИЕМ И НЫРЯНИЕМ, не пугайте других, не подавайте ложных сигналов бедствия

КАК ДЕЙСТВОВАТЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ НА ВОДЕ

Если вас подхватило течение реки,
двигайтесь по диагонали к ближайшему берегу.

Если вы попали в водоворот,
не теряйтесь: наберите побольше воздуха в лёгкие, погрузитесь в воду и, сделав сильный рывок в сторону, выплывайте.

Если у вас свело ногу,
погрузитесь в воду и, распрямив ногу, с силой рукой потяните на себя ступню за большой палец.