

Правила поведения на воде

Администрация МО «Славский муниципальный район» напоминает, что основными причинами гибели людей на воде по-прежнему остаются купание в неустановленных местах, несоблюдение мер личной безопасности и распитие алкоголя.

- ✓ Начинать купание рекомендуется в солнечную безветренную погоду, когда температура воды достигнет 17-19 градусов тепла, а воздуха - 20-25 градусов. В воде следует находиться не более 10-15 минут, а перед заплывом необходимо обязательно обтереть тело водой.
- ✓ В походах место для купания нужно выбирать там, где чистая вода, ровное песчаное или гравийное дно, небольшая глубина (до двух метров) и нет сильного течения (до 0,5 метров в секунду).
- ✓ Запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков. Перевернитесь на спину, стремясь при этом мягкими, спокойными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыли.
- ✓ Если это не удастся, то, освободив руки, нужно поднять ноги и постараться осторожно освободиться от растений при помощи рук. Ни в коем случае нельзя близко подплывать к проходящим судам: возле них возникает сильное течение, которое может затянуть под винт.
- ✓ Крайне опасно прыгать или нырять в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, корягу или сваю, сломать шейные позвонки, потерять сознание и умереть.
- ✓ Не менее опасно нырять с катеров, лодок и пристаней: под водой могут оказаться большие бревна, железобетонные сваи или просто куски железа. Нырять разрешается только в специально оборудованных для этого местах.
- ✓ Категорически запрещено купаться возле крутых, обрывистых берегов: здесь на дне могут оказаться корни деревьев или крупные камни. Нередко песчаное дно в таких местах бывает зыбким, что очень опасно для людей, не умеющих плавать.
- ✓ Часто причиной гибели является вдох при неожиданном попадании воды в лицо. Чтобы избавиться от воды, попавшей в дыхательные пути, нужно быстро остановиться и, подняв как можно выше голову, сильно откашляться.
- ✓ Если в силу обстоятельств вы оказались в холодной воде, то постарайтесь принять оптимальную для согревания позу. Для этого желательно как можно сильнее сжаться, уменьшив, таким образом, площадь соприкосновения тела с водой.
- ✓ Если у вас свело ногу, воспользуйтесь английской булавкой (ее советуют иметь при себе) или просто сильно ущипните икроножную мышцу. Если это не поможет, то можно использовать еще один достаточно известный прием: надо крепко взять рукой большой палец ноги и затем ее резко выпрямить.
- ✓ Важно помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение "лежа на спине".
- ✓ Находясь на волнах, нужно внимательно следить за тем, чтобы делать вдох именно между гребнями волн. Плавая против них, следует спокойно подниматься на волну и скатываться с нее, если волна идет с гребнем, то лучше всего подныривать под нее ниже гребня.
- ✓ Попав в быстрое течение, не надо бороться против него: необходимо, не нарушая дыхания, плыть по течению к берегу. Оказавшись в водовороте, не нужно паниковать и терять чувство самообладания. Следует набрать как можно больше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.



дети до 14 лет должны купаться под присмотром взрослых!

НОМЕРА ТЕЛЕФОНОВ ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ!

Единый телефон спасения: "01" (при наборе с мобильного телефона - "112").

3-12-01- служба противопожарной охраны ПЧ-28 г.Славск

(с мобильного телефона 010, 8-40163-3-12-01);

3-11-02- отдел полиции г.Славск (с мобильного телефона 020, 8-40163-3-11-02);

3-12-03- скорая медицинская помощь г.Славск

(с мобильного телефона 030, 8-40163-3-12-03).

3-12-12, 3-14-72 – ЕДДС Славского муниципального района

(с мобильного телефона 8-40163-31212, 8-40163-31472);

3-77-07- поисково-спасательная служба г.Советска

(с мобильного телефона 8-40161-37708);

Прочтите, запомните и храните под рукой!

От Ваших знаний и умений зависит Ваша жизнь, жизнь близких!