**БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД**

|  |  |
| --- | --- |
| http://kemkmg.ru/wp-content/uploads/2021/06/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B8%D0%BB%D0%B0-%D0%BF%D0%BE%D0%B2%D0%B5%D0%B4%D0%B5%D0%BD%D0%B8%D1%8F-%D0%BD%D0%B0-%D0%B2%D0%BE%D0%B4%D0%B5-2.jpg |  С наступлением долгожданного лета сотни людей устремляются на отдых к водоемам. Вода – добрый друг и союзник человека, свежий воздух, солнце, купание не только доставляют удовольствие, но и служат хорошим средством закаливания организма. Но в тоже время она не терпит легкомысленности и может являться источником повышенной опасности. Последствия легкомысленного поведения будут самыми тяжёлыми. Чтобы их избежать, каждый человек должен знать элементарные правила безопасности на воде.  |

Основная причина несчастных случаев при купании – недооценка опасностей неумение выходить из тяжёлой ситуации. В целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период убедительная просьба: родителям провести разъяснительную работу о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим Вы предупредите несчастные случаи с Вашими детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.

**Меры безопасности при купании в водоёмах**

**На водоёмах ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

* купание в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждениями и запрещающими надписями;
* купание в необорудованных, незнакомых местах;
* заплывать за буйки, обозначающие границы плавания;
* подплывать к моторным, парусным судам, весельным лодкам и к другим плавсредствам;
* прыгать в воду с катеров, лодок, причалов, а также сооружений, не приспособленных для этих целей;
* купаться в состоянии алкогольного опьянения;
* купание детей без надзора взрослых, взрослые обязаны не допускать купание детей в установленных местах, их шалостей на воде, плавания на неприспособленных для этого средствах (предметах) и других нарушений на воде;
* играть с мячом и в спортивные игры в не отведенных для этих целей местах, а также допускать в воде шалости, связанные с нырянием и захватом купающихся;
* подавать крики ложной тревоги;
* плавать на досках, бревнах, лежаках, автомобильных камерах, надувных матрацах;
* загрязнять и засорять водоёмы и берега;
* приводить с собой собак;
* проезд к местам массового отдыха автотранспорта, кроме машин скорой медицинской помощи и органов внутренних дел.

**На водоёмах необходимо соблюдать следующие ПРАВИЛА:**

* купаться только в специально отведенных местах;
* не подплывать к близко идущим судам, лодкам и не допускать шалостей на воде;
* прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений;
* постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела. При охлаждении в воде происходит резкое рефлекторное сокращение мышц, что влечет за собой остановку дыхания;
* во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе;
* продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут;
* не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов;
* если вас подхватило течение, двигайтесь по диагонали к ближайшему берегу;
* не подавай ложных сигналов тревоги, не плавай на надувных матрацах, камерах, досках;
* никогда не играй в игры с удерживанием "противника" под водой - он может захлебнуться;
* не допускайте ситуаций неоправданного риска.

**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 удается, 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 паникуйте;
* снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричи, зови на помощь;
* перевернитесь на спину, широко раскиньте руки, расслабьтесь, сделайте 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. Плывите 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.

**Правила оказания помощи при утоплении:**

1. Перевернуть пострадавшего лицом вниз, опустить голову ниже таза.
2. Очистить ротовую полость.
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.

**ПОМНИТЕ!**

* Каждый гражданин обязан оказывать посильную помощь людям, терпящим бедствие на воде.
* Соблюдать указанные правила, берегите себя и своих близких.
* Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.

**Если Вы стали очевидцем несчастного случая на водном объекте или сами попали в аналогичную ситуацию, и существует возможность сообщить о происшествии, срочно обращайтесь за помощью в МЧС России по телефонному номеру «01» с мобильного телефона «112» или ЕДДС Ягоднинского городского округа 2-20-81**

**БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ И ОСТОРОЖНЫ!**

**БЕРЕГИТЕ СЕБЯ И СВОИХ БЛИЗКИХ!**

Отдел по делам ГО и ЧС администрации

Ягоднинского городского округа