Безопасность на водах, профилактика правонарушений.

ПАМЯТКА «ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ»

Перед купанием надо отдохнуть, в воду входить быстро, но только на мелководье.

Во время купания нельзя стоять без движения.

Не рекомендуется купаться при температуре воды ниже 17 - 19С и температуре воздуха ниже 21 - 23 С.

Продолжительность купания не должна превышать 15 — 20 минут.

Длительное пребывания в воде может привести к сильному переохлаждению тела и опасным для жизни судорогам.

Купание ночью запрещено.

Время купания определяется по местным условиям, но не ранее чем за 2 часа до приема пищи.

Требования безопасности

При появлении усталости спокойно плывите к берегу.

При появлении судорог, не теряйтесь, старайтесь удержаться на воде и зовите на помощь.

При оказании вам помощи не хватайтесь за спасающего, а старайтесь помочь ему своими действиями.

Открытые водоемы, безусловно, источник опасности, и поэтому осторожность при купании и плавании вполне оправдана.

Купание полезно только здоровым людям, поэтому проконсультируйтесь с врачом, можно ли вам купаться. Первый раз купаться следует в солнечную, безветренную погоду при температуре воздуха 20-23 градуса тепла, воды — 17-19 градусов. Лучшее время суток для купания — 8-10 часов утра и 17-19 часов вечера. Не следует купаться раньше чем через полтора часа после приема пищи.

Взрослые должны ознакомить детей с правилами безопасности на водных объектах, прежде чем дети отправятся в лагеря, туристические походы, пикники.

Умение хорошо плавать — одна из важнейших гарантий безопасного отдыха на воде, но помните, что даже хороший пловец должен соблюдать постоянную осторожность, дисциплину и строго придерживаться правил поведения на воде.

Перед купанием следует отдохнуть.

Не рекомендуется входить в воду разгоряченным.

Не отплывайте далеко от берега, не заплывайте за предупредительные знаки.

Купайтесь в специально отведенных и оборудованных для этого местах.

Перед купанием в незнакомых местах обследуйте дно.

Входите в воду осторожно, медленно, когда вода дойдет вам до пояса, остановитесь и быстро окунитесь.

Никогда не плавайте в одиночестве, особенно, если не уверены в своих силах.

Не подавайте ложных сигналов бедствия.

Следите за играми детей даже на мелководье, потому что они могут во время игр упасть и захлебнуться.

Не устраивайте в воде игр, связанных с захватами — в пылу азарта вы можете послужить причиной того, что партнер вместо воздуха вдохнет воду и потеряет сознание.

Учиться плавать дети могут только под контролем взрослых.

При преодолении водоёмов на лодках несовершеннолетние должны быть в спасательных средствах.

Опасно прыгать (нырять) в воду в неизвестном месте — можно удариться головой о грунт, корягу, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.

Уставший пловец должен помнить, что лучшим способом для отдыха на воде является положение «лежа на спине».

Попав в быстрое течение, не следует бороться против него, необходимо не нарушая дыхания плыть по течению к берегу.

Оказавшись в водовороте, не следует поддаваться страху, терять чувство самообладания.

Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

Помните: купание в нетрезвом виде может привести к трагическому исходу!

Правила безопасного поведения на воде

Если что-то произошло в воде, никогда не пугайтесь и не кричите. Во время крика в легкие может попасть вода, а это как раз и есть самая большая опасность.

Не плавайте в одиночку: в случае опасности товарищ поможет тебе.

Не следует плавать сразу после еды.

Не плавайте в незнакомом месте без взрослых.

Не ныряйте в незнакомом месте.

Не плавайте в очень холодной воде.

Не плавайте в грязной воде.

ЕСЛИ ВЫ НАЧИНАЕТЕ ТОНУТЬ:

При судороге ног:

• позовите находящихся поблизости людей на помощь;

• постарайтесь глубоко вдохнуть воздух, расслабиться и свободно погрузиться в воду лицом вниз;

• возьмитесь двумя руками под водой за голень сведенной ноги, с силой согните колено, а затем выпрямите ногу с помощью рук, делая это несколько раз, пока можете задерживать дыхание;

• при продолжении судорог до боли щипайте пальцами мышцу;

• после прекращения судорог смените стиль плавания или некоторое время полежите на спине, массируя руками ногу, затем медленно 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.

ВЫ УВИДЕЛИ ТОНУЩЕГО ЧЕЛОВЕКА:

- привлеките внимание окружающих громким криком «Человек тонет!», вызовите «Скорую помощь» и, скинув одежду и обувь, доплывите до утопающего;

- спасательный круг, резиновую камеру или надувной матрас кидайте в воду по возможности ближе к утопающему;

- если человек находится в воде вертикально или лежит на животе, подплывите к нему сзади и за волосы (либо, просунув руку под подбородок) приподнимите ему голову, перевернув на спину, чтобы лицо находилось над водой;

- если человек лежит на спине, подплывайте со стороны головы;

- не давайте утопающему схватить вас за руку или за шею — поднырните под него и слегка ударьте снизу по подбородку, развернув спиной к себе;

- при погружении человека на дно оглянитесь вокруг, запомните ориентиры на берегу, чтобы течение не отнесло вас от места погружения, затем начинайте под водой искать утонувшего;

- при обнаружении тела возьмите его за волосы и, резко оттолкнувшись от дна, всплывайте на поверхность;

- если утонувший не дышит, прямо в воде сделайте ему несколько вдохов «изо рта в рот» и, подхватив его одной рукой за подбородок, плывите к берегу.

ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ:

ПОМНИТЕ! Паралич дыхательного центра наступает через 4-6 минут после погружения под воду, а сердечная деятельность может сохраняться до 15 минут. Поэтому мероприятия первой помощи должны выполняться быстро!

При попадании жидкости в дыхательные пути:

- положите пострадавшего животом на согнутое колено;
- проведите очистку от слизи, слюны носовой полости и носоглотки;
- путем сдавливания грудной клетки удалите воду, попавшую в дыхательные пути;
- после этого пострадавшего уложите на спину и при отсутствии дыхания, или сердечной деятельности проведите искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

Статьи КоАП РБ:

Статья 24.42. Купание в запрещенных местах

Купание в запрещенных местах рек, озер или иных водоемов – влечет наложение штрафа в размере от одной до трех базовых величин.

Любую известную Вам информацию о лицах совершающих противоправные деяния, Вы можете сообщить в Ельский РОВД по спец.линии "102", либо 8-029-6085402, анонимность гарантирована.