

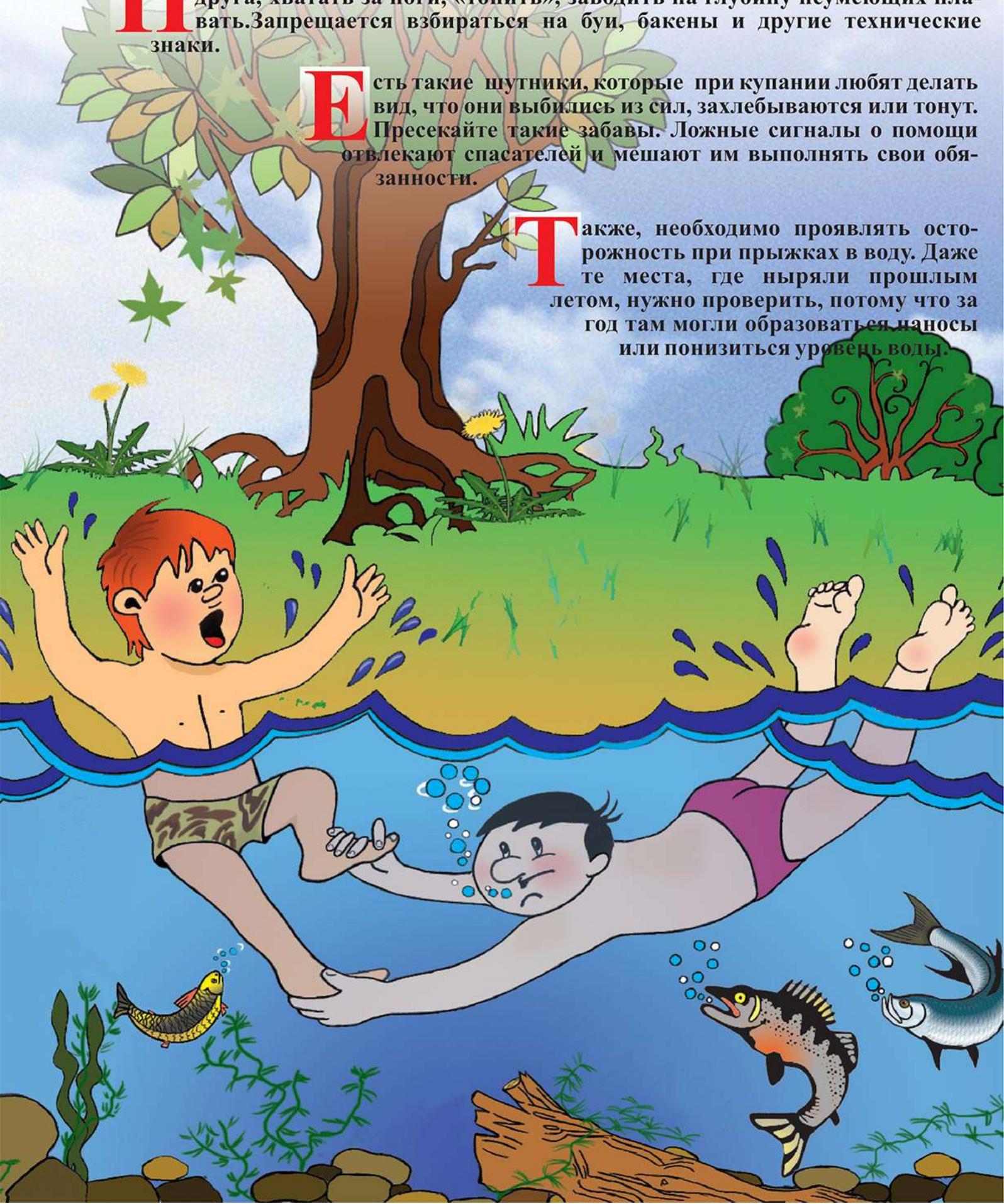


Наступают летние каникулы. Все вы, конечно, любите искупаться и позагорать в жаркий день, поваляться на горячем песке и снова броситься в прохладную воду, поплавать, понырять, сыграть в «морской бой». Что может быть лучше этого?

Но не допускайте грубых шалостей в воде. Опасно подныривать друг под друга, хватать за ноги, «топить», заводить на глубину неумеющих плавать. Запрещается взбираться на буи, бакены и другие технические знаки.

Есть такие шутники, которые при купании любят делать вид, что они выбились из сил, захлебываются или тонут. Пресекайте такие забавы. Ложные сигналы о помощи отвлекают спасателей и мешают им выполнять свои обязанности.

Также, необходимо проявлять осторожность при прыжках в воду. Даже те места, где ныряли прошлым летом, нужно проверить, потому что за год там могли образоваться наносы или понизиться уровень воды.



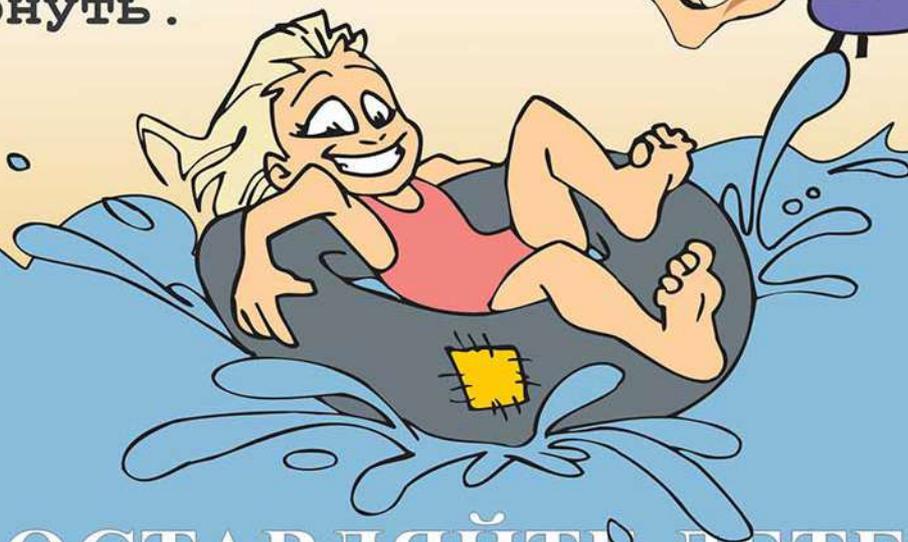
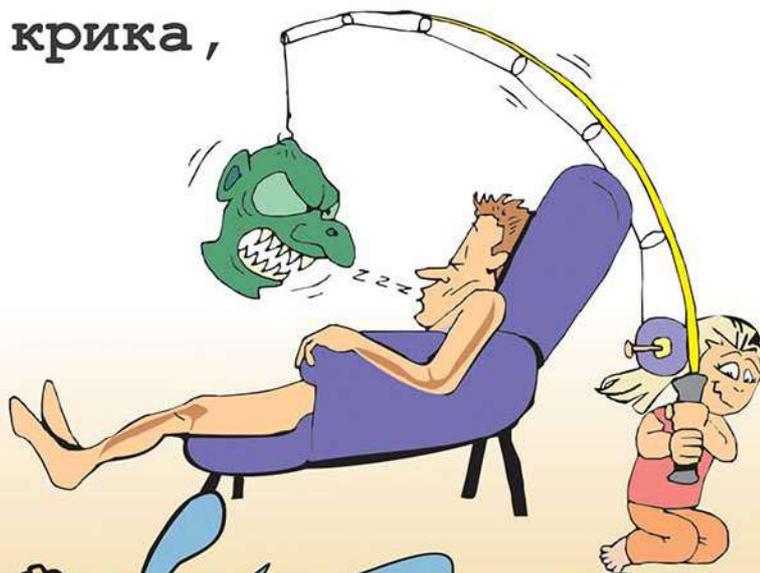


ПОСЛУШНЫМ ДЕТЯМ ЧИТАТЬ ЗАПРЕЩАЕТСЯ!

Недавно ученые открыли, что на свете бывают непослушные дети, которые все делают наоборот. Им дают полезный совет: "Умывайтесь по утрам" - они берут и не умываются. Им говорят: "Здоровайтесь друг с другом" - они тут же начинают не здороваться. Ученые придумали, что таким детям нужно давать не полезные, а вредные советы. Они все сделают наоборот, и получится как раз правильно.

Если всей семьей купаться
Вы отправились к реке,
Не мешайте папе с мамой
Загорать на берегу.
Не устраивайте крика,
Дайте взрослым
отдохнуть.

Ни к кому не
приставая,
Постарайтесь
утонуть.



НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ У ВОДЫ БЕЗ ПРИСМОТРА!

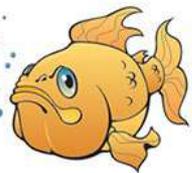
ЗОЛОТЫЕ ПРАВИЛА



Если что-то произошло на воде, никогда не пугайся и не кричи. Во время крика в твои лёгкие может попасть вода, а это как раз и есть самая большая опасность.



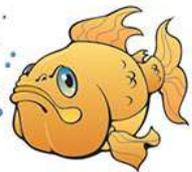
Не плавай в одиночку: в случае опасности товарищ поможет тебе.



Не следует плавать сразу после еды.



Не балуйся в воде, не дерись, не устраивай шумную возню.



Не плавай в незнакомом месте без взрослых.



Не ныряй в незнакомом месте.



Не плавай в очень холодной воде.



Не плавай в грязной воде.



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ

НЕСЧАСТНЫЕ СЛУЧАИ НА ВОДЕ БЫВАЮТ СРАВНИТЕЛЬНО ЧАСТО. ПОЭТОМУ - НУЖНО ЗНАТЬ И СОБЛЮДАТЬ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ:

НЕ НАДО ПЛЫТЬ ПРОТИВ СИЛЬНОГО ТЕЧЕНИЯ, ПОДПЛЫВАТЬ К ВОДОВОРОТАМ, ЗАПЛЫВАТЬ ЗА БУЙКИ.

ЗАПУТАВШИСЬ В ВОДОРΟΣЛЯХ, НЕ ДЕЛАТЬ РЕЗКИХ ДВИЖЕНИЙ И РЫВКОВ. ЛУЧШЕ ЛЕЖЬ НА СПИНУ, ПОДТЯНУТЬ НОГИ И ОСТОРОЖНО ОСВОБОДИТЬСЯ ОТ ВОДОРΟΣЛЕЙ РУКАМИ.



ОПАСНО ПОДПЛЫВАТЬ К ИДУЩИМ КАТЕРАМ, МОТОРНЫМ ЛОДКАМ. ЕСЛИ КАТЕР ИДЕТ ПРОТИВ ТЕЧЕНИЯ РЕКИ, ТО ПЛЫВУЩЕГО РЯДОМ МОЖЕТ

ЗАТЯНУТЬ ПОД НЕГО.



Нет! Скорей плыви назад.
Здесь не зря буйки стоят.

Может, вместе
поплывем?
Веселее плыть
вдвоем.



**Служба спасения 01,
для сотовых 01, 112, 911**

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ВОДЕ

Одновременно с умением плавать необходимо научиться и отдыхать в воде.

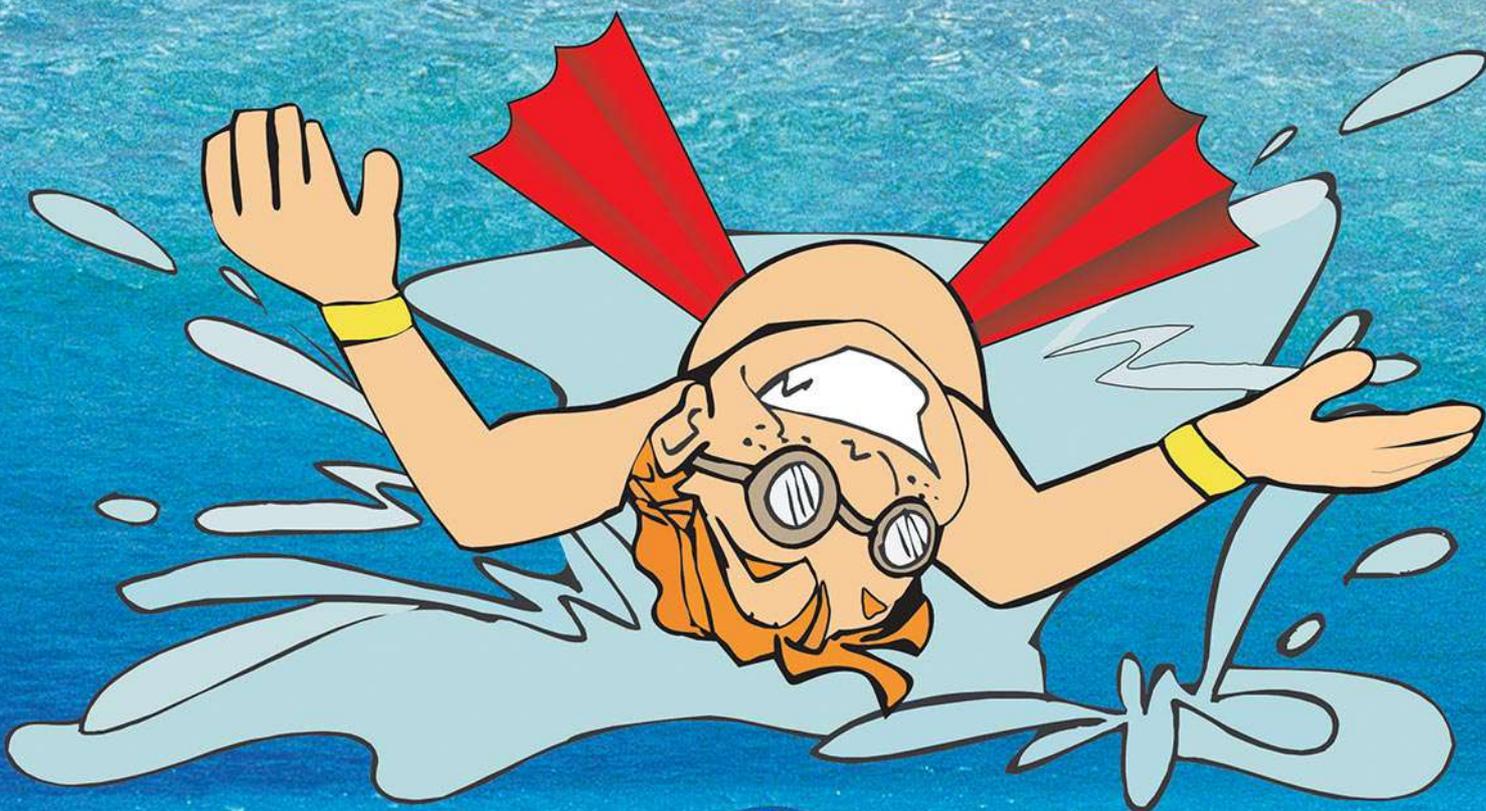
 Первый способ лежа на спине (спокойно расправив руки и ноги, закрыть глаза, лечь головой на воду и расслабиться, слегка помогая себе удержаться в горизонтальном положении).

 Второй способ сжавшись «поплавок» (вдохнуть, погрузить лицо в воду, обнять колени руками и прижать к телу, сдерживая выдох медленно выдыхать в воду, а затем опять быстрый вдох над водой и снова «поплавок»).

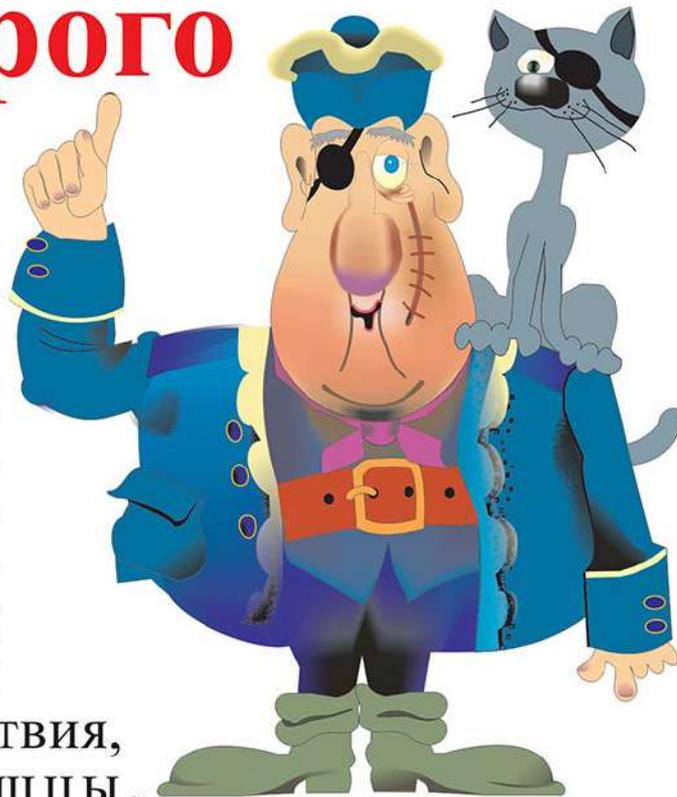
Отдохнув, надо опять плыть к берегу. Не теряйте энергию на страх, утешьте себя мыслью, что бояться поздно надо действовать.



**ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ МЧС РФ
ПО КУРГАНСКОЙ ОБЛАСТИ
НАПОМИНАЕТ**



Советы старого пирата!



Причиной гибели человека нередко служат судороги, которые возникают при плавании в холодной воде, резких движениях или утомлении. Они очень болезненны. Избавиться от них можно, если, пренебрегая болью, производить действия, которые растянут мышцы, охваченные судорогой. Например, при судорогах икроножной мышцы нужно, взявшись за большой палец, тянуть на себя стопу, выпрямляя при этом ногу в коленном суставе.

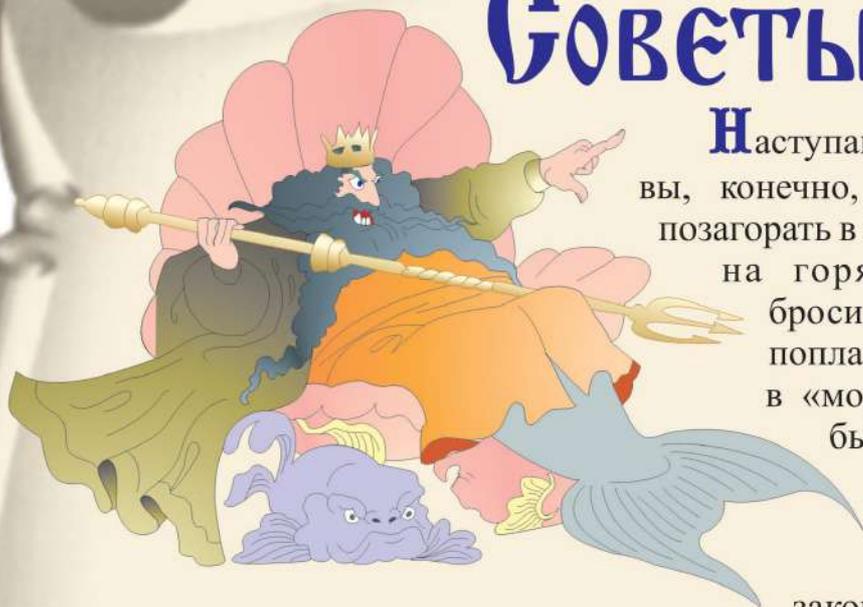
При судорогах мышц живота следует согнутые в коленях ноги подтягивать к животу. Сжимая и разжимая кулаки, вы избавитесь от судорог рук.

При любом варианте возникновения судорог надо плыть на спине, выполняя мягкие движения (при необходимости только одними руками или ногами). Перед началом противосудорожных действий необходимо сделать глубокий вдох. Следует позвать на помощь других.

Всегда следует помнить, что потеря самообладания и незнание правил действия при возникновении опасности главная причина гибели людей на воде. В любой бедственной ситуации постарайтесь сохранить самообладание. Не поддавайтесь чувству страха, он может погубить даже опытного пловца

**Служба спасения 01,
для сотовых 01, 112, 911**

Советы Нептуна



Наступают летние каникулы. Все вы, конечно, любите искупаться и позагорать в жаркий день, поваляться на горячем песке и снова броситься в прохладную воду, поплавать, понырять, сыграть в «морской бой». Что может быть лучше этого?

Но не забывайте, что водная стихия сурова к тем, кто пренебрегает ее законами, не соблюдает мер безопасности.

Чтобы не случилось несчастья, прежде всего нужно знать и не нарушать правила купания.

Купаться и загорать лучше всего на оборудованном пляже. Неумеющим плавать не следует заходить в воду выше пояса.

Находиться в воде рекомендуется не более 10-15 минут. После купания следует насухо вытереть лицо и тело.

Не плавайте на надувных матрацах и автомобильных камерах. Ветром или течением их может отнести далеко от берега, а волной - захлестнуть или перевернуть.

Не допускайте грубых шалостей в воде. Опасно подныривать друг под друга, хватать за ноги, «топить», заводить на глубину неумеющих плавать. Запрещается взбираться на буи, бакены и другие технические знаки.

Некоторые шутники при купании любят делать вид, что они выбились из сил, захлебываются или тонут. Пресекайте такие забавы. Ложные сигналы о помощи отвлекают спасателей и мешают им выполнять свои обязанности.

Не оставляйте у воды младших братьев и сестер. Маленькие дети удивительно бесстрашны. Не ведая об опасности, они могут в воде оступиться и упасть, захлебнуться волной или попасть в яму. Не забывайте о своей ответственности за их безопасность.

Не разрешается заплывать за ограничительные знаки, отплывать далеко от берега или переплывать водоем на спор.

Будьте осторожны при прыжках в воду. Даже те места, где ныряли прошлым летом, нужно проверить, потому что за год там могли образоваться наносы или понизиться уровень воды.

Всех правил, которые нужно соблюдать у водоема, не предусмотреть. Осторожность - вот единственный залог безопасности на воде. Помните, что только береженого Нептун бережет.

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ МЧС РФ
ПО КУРГАНСКОЙ ОБЛАСТИ

Нептун

Река разлилась

Возвращался третий класс
С книжками с урока.
Видит - речка поднялась,
Разлилась широко.
Где недавно был каток,
Там бушующий поток.

Речка сбросила мостки,
Вырвалась из плена.
Все ей нынче пустыки,
Море по колено!
Затопила огород,
Мчится по оврагу,

По реке петух плывет,
Унесло беднягу.
Ну, теперь ему конец!
Он неопытный пловец.
Но с волной вперегонки
Вниз с крутого ската
Мчатся берегом реки
Школьники-ребята.
Они бегут к оврагу,
Вокруг ручьи текут.
Тяжелую корягу
Ребята волокут.
Петух плывет куда-то,
Несет его вода.
- Сюда! - кричат ребята.
- Сюда плыви, сюда!
- К реке бежит ватага,
В волну летит коряга.
За корягу, за сучки.
Зацепился край доски.
Машет крыльями петух!
Он летит на берег.
Озирается вокруг,
Счастью он не верит.
Знают все, что третий класс
Петуха сегодня спас.



ЕДИННЫЙ ТЕЛЕФОН СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ 01

(А.Барто)

ГЛАВНОЕ УПРАВЛЕНИЕ МЧС РФ ПО КУРГАНСКОЙ ОБЛАСТИ



Находиться в воде рекомендуется не более 10-15 минут.
После купания следует насухо вытереть лицо и тело.



ТЫ НЕ ПАРОВОД

Бодрый дух в здоровом теле!
Все ребята потолстели,
Съели много каши, щей,
Только Вася, как Кощей.
Нет у Васи аппетита.
И не ест он, и не спит он,
Не причесан, не одет
Целый день сидит в воде.
- Раз купаться,
Так купаться!
Раз пятнадцать окунаться!
Он домой бредет качаясь,
Отказался он от чая
И печально лег в кровать:
Завтра снова заплывать!
Все плывет перед глазами,
Пол и комната плывет...
Хоть бы вы ему сказали:
- Вася, ты не паровод!

(А.Барто)



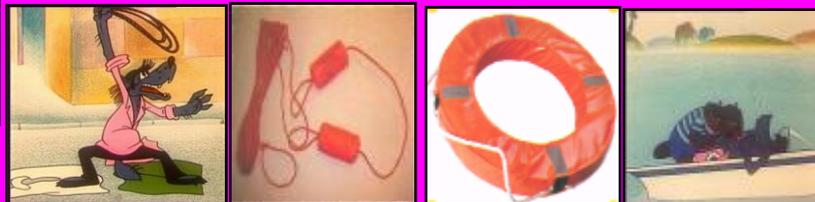
ПРАВИЛА КУПАНИЯ В ДЕТСКОМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛАГЕРЕ

МКУ «Управление по делам ГО и ЧС г. Кургана» **ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:** Пренебрежение Правилами охраны жизни людей на водных объектах **ОПАСНО** для Вашей жизни

В лагерях отдыха детей, расположенных на водных объектах, где возможен отдых детей на воде и купание их при благоприятных метеорологических условиях, ответственность за безопасность детей и методическое руководство при обучению плаванию возлагается на инструктора по плаванию, либо другое должностное лицо.



Места массового отдыха детей на базах должны быть оборудованы спасательными средствами: спасательными кругами с линиями до 25 метров; концами Александра.



Во время купания **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**



Глубины в местах купания детей не должны превышать 1.2 метра

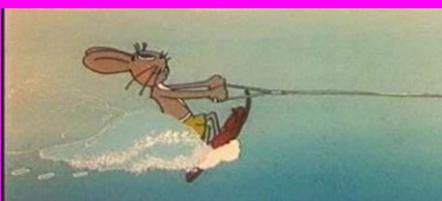


Подавать крики ложной тревоги бедствия

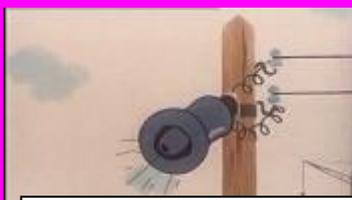


Проводить игры, связанные с нырянием и захватом купающихся

Каждый обязан оказать посильную помощь терпящим бедствие на воде



Использовать для купания доски, камеры и другие предметы



Слушайте информацию!



Шалить на воде



Заплывать за границу купания



Прыгать в воду в неизвестных местах, с перил ограждений и других сооружений



НЕ ПЕРЕГРЕВАЙТЕСЬ НА СОЛНЦЕ!

ПОМНИТЕ! РЯДОМ С ВАМИ СПАСАТЕЛИ!

Оказание помощи пострадавшим на воде

Существуют различные способы оказания помощи утопающему, но ни один из них не является универсальным.

ГИМС МЧС России ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:

Пренебрежение Правилами охраны и жизни людей на водных объектах
ОПАСНО для Вашей жизни

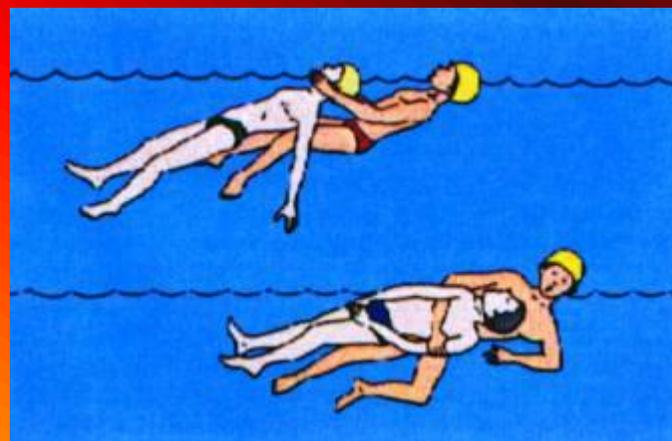


Используйте для спасения любые подручные средства



Не оставляйте попыток достать со дна утопшего в течение не менее 10 мин.

Не отплывайте от перевернувшейся лодки, толкайте ее к берегу или ждите помощи



Не позволяйте тонущему схватить Вас. При «буксировке» утопающего следите за тем, чтобы голова все время находилась над водой.

Поднимайте тонущего из воды только с кормы лодки



Доставив пострадавшего на берег, очистите ему полость рта и удалите воду из дыхательных путей, легких и желудка.

Водные просторы ни с чем несравнимы. Они манят к себе прохладой и красотами. Как только наступают теплые дни, берега водоемов и пляжи переполнены купальщиками.



Но далеко не всегда мы осознаем, сколь опасна эта среда.

Каждый день во время приятного и на первый взгляд безобидного купания вода уносит жизни в среднем 40 россиян.

Тонут маленькие дети, оставшиеся без присмотра. Тонут неопытные пловцы. Тонут и опытные. Более того, умение плавать – еще не гарантия безопасности во время купания.

Открытый водоём – это всегда риск. И надо постараться сделать этот риск минимальным.

Причины гибели человека на воде могут быть различными: неумение плавать, нарушение правил поведения на воде, купание в нетрезвом состоянии, внезапный приступ, страх, испуг и т.д.

Находясь у воды, никогда нельзя забывать о собственной безопасности. Более того, надо быть готовым помочь другому.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



- 1. Не ныряйте в незнакомых местах** – можно удариться головой о дно, повредить шейные позвонки, напороться на сваи, коряги, арматуру.
- 2. Не заплывайте за буйки** – там может оказаться резкий обрыв дна, холодный ключ, заросли водорослей и т.п.
- 3. 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.
- 4. Не заплывайте далеко на надувных матрасах, игрушках и камерах** – ветер или течением Вас может отнести очень далеко от берега, захлестнуть волной.
- 5. Не оставляйте детей без присмотра** – они могут оступиться и упасть в воду, захлебнуться волной или попасть в яму

- 6. Не купайтесь в нетрезвом состоянии** – у Вас потеряна координация, выпитый перед купанием алкоголь может подействовать неожиданно, Ваш «разгоряченный» организм может неадекватно отреагировать при соприкосновении с холодной водой.

Несколько советов

Человек, подавленный страхом, не способен трезво оценить обстановку, он делает бессмысленные движения, быстро слабеет и тонет.

СОХРАНЯЙТЕ САМООБЛАДАНИЕ.

Подавите в себе страх и испуг.

Если вы оказались в воде, не умея плавать, лягте на воду лицом вверх, широко раскиньте руки

и дышите как можно глубже и реже. Находясь в вертикальном положении, двигайте ногами так, как будто Вы крутите педали.

Если Вас подхватило течение реки – двигайтесь по диагонали к ближайшему берегу.

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

Запутавшись в водорослях, необходимо, не делая резких движений, попытаться освободиться свободной рукой и осторожно покинуть опасное место.

ПОМНИТЕ

Спасая человека на воде, нужно действовать обдуманно, осторожно, трезво оценивать ситуацию, не теряться в случае опасности.

Если человек уже погрузился в воду, не оставляйте попыток найти его на глубине, а затем вернуть его к жизни. Это можно сделать, если утонувший находился в воде не более 5 минут.

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 проявлении 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)
6. Вызвать «Скорую помощь»

НЕЛЬЗЯ

ОСТАВЛЯТЬ ПОСТРАДАВШЕГО БЕЗ ВНИМАНИЯ (в любой момент может произойти остановка сердца)
САМОСТОЯТЕЛЬНО ПЕРЕВОЗИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО, ЕСЛИ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫЗВАТЬ СПАСАТЕЛЬНУЮ СЛУЖБУ.

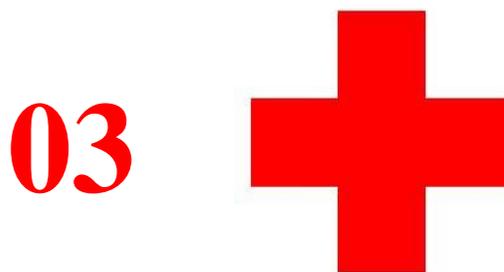
Телефоны экстренного реагирования

Служба спасения
(Единый дежурно-диспетчерский центр)



01
112

Скорая помощь



03

МКУ «Управление по делам ГО и ЧС города Курган»

Круглосуточный телефон
46-38-26

ПАМЯТКА

ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



г. Курган

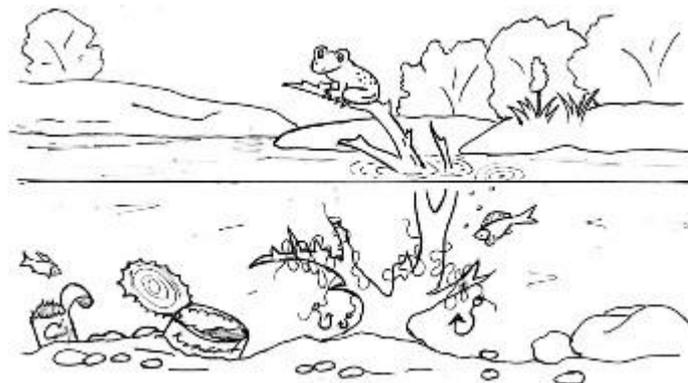
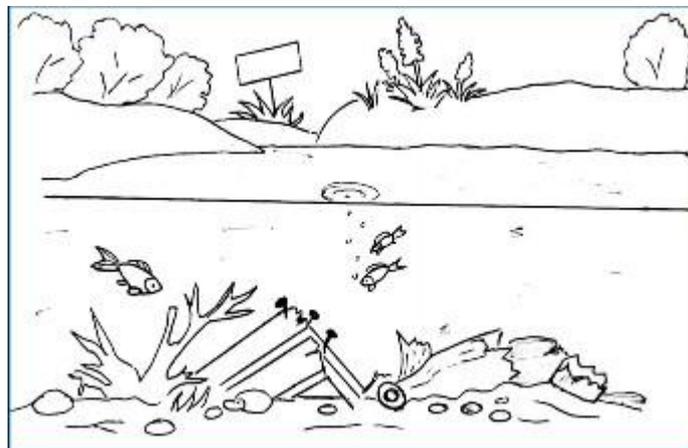
Солнце, море, пляж, песок...

Но не утони, дружок!



1. Купаться надо только в установленных местах (там, где находятся организованные пляжи).
2. В местах, не предназначенных для купания, может быть много опасностей, поэтому перед купанием надо выяснить, где купание безопасно.

Какие опасности могут подстергать при купании в неполюженном месте?



1. Можно ли нырять в воду в незнакомом месте? Или пусть в тебя там ржавая консервная банка вцепится?
2. Что безопасней и приятней: купаться в специально отведённом месте на пляже или остаться без мороженого на диком водоёме с коряжником?
3. Можно ли с ходу лезть в воду на глубину? Или лучше поучиться как следует плавать в «лягушатнике», но без лягушек?
4. Что интересней: бесшумно гонять на коньках по толстому льду или с треском провалиться на тонком ледку и заодно искупаться?

Не зная, братцы, броду,

Не лезьте лучше в воду!

Помощь при утоплении

Вынуть человека из воды (спасти лучше взрослому).

Если никого нет – за волосы или сзади подмышки и плыть на спине, держать голову лицом вверх (на ногах лучше иметь ласты).

Спасение очень опасно – тонущий может утопить того, кто его спасает.

Первая помощь на берегу: удаление воды из легких (это необходимо при утоплении в море, в пресной воде – можно не делать); очистить рот от песка и ила; сделать искусственное дыхание.

ПОМНИ, что гораздо легче не тонуть, чем потом спасти человека.