



## ЛИНЕЙНЫЙ ОТДЕЛ МВД РОССИИ НА ВОДНОМ ТРАНСПОРТЕ

### Необходимо знать и помнить!

### Правила поведения на воде в летний период.



Самый полезный отдых летом – это отдых на воде. Купаясь, катаясь на лодках, катамаранах вы укрепляете организм, развиваете ловкость и выносливость.

Нарушение правил поведения на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей.

Поэтому, купаясь и катаясь на лодках и

маломерных судах, следует строго выполнять нижеследующие правила поведения на воде:

- купаться можно в разрешенных местах, в купальнях или на оборудованных пляжах.

- для купания выбирайте песчаный берег, тихие неглубокие места с чистым дном.



Не купайтесь в запрещенных и необорудованных для купания местах (у плотин, на водосборе, в карьерах, котлованах, бассейнах для



промышленных нужд).

### Помните, что при купании категорически запрещается:

- заплывать далеко от берега, выплывать за пределы ограждения мест купания.

- подплывать близко к проходящим судам, катерам, весельным лодкам, гидроциклам, баржам.

- взбираться на технические предупредительные



знаки, буи, бакены и другие гидротехнические сооружения.

- прыгать в воду с лодок, катеров, парусников и других плавательных средств.



- купаться у причалов, набережных, мостов.
- купаться в вечерние время после захода солнца.
- прыгать в воду в незнакомых местах.
- купаться у крутых, обрывистых берегов.
- помните, что после еды разрешается купаться не раньше чем через полтора-два часа.

- во время купания не делайте лишних движений, не держите свои мышцы в постоянном напряжении, не гонитесь за скоростью продвижения в воде, не нарушайте ритма дыхания, не переутомляйте себя, не принимайте участия в больших заплывах без разрешения врача и необходимых тренировок.

- попав на быстрое течение, не плывите против течения, проплывайте на груди или на боку, горизонтально на немного повышенной скорости. Остерегайтесь водоворотов, никогда не подплывайте к ним близко.

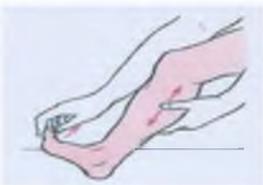
Попав в водоворот, не теряйтесь, наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и сделайте рывок в сторону по течению.



**Помните, что причиной гибели пловцов часто бывает сковывающая его движения судорога, причиной которой служат:**

- переохлаждении в воде.
- переутомление мышц, вызванное переутомлением и непрерывным плаванием одним стилем.
- купание незакаленного в воде с низкой температурой.
- предрасположенность купающегося к судорогам.

- при судороге ног, если нет булавки ущипните несколько раз икроножную мышцу, если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его.



- во всех случаях пловцу рекомендуется переменить стиль плавания и по возможности выйти из воды.

**Помните: пренебрежение соблюдением правил безопасности на воде ведет к несчастным случаям и гибели людей.**



# У ВОДЫ БЕЗ БЕДЫ

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ

## ОБЩИЕ МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ

Находясь на водном объекте, необходимо:

**ЗНАТЬ и СОБЛЮДАТЬ** меры безопасности



Немедленно сообщать в оперативные службы обо всех чрезвычайных происшествиях (телефон службы спасения «112»)



Оказывать посильную помощь терпящим бедствие (с соблюдением мер предосторожности)

### ЗАПРЕЩЕНО



Распивать алкогольные напитки и находиться в состоянии алкогольного опьянения на водном объекте

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЁМЕ ЛЕТОМ

#### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ПЛЯЖЕ



**ЗАПРЕЩАЕТСЯ** приводить с собой собак и других животных, купать их



Не мешайте отдыхать другим (громкая музыка, спортивные игры)

#### СОВЕТЫ КУПАЮЩИМСЯ



Перед купальным сезоном обязательно посетите врача



Воздержитесь от купания на 1,5-2 часа после приема пищи



Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЁМЕ ЛЕТОМ



Не перегревайтесь



Не переохлаждайтесь



Не купайтесь в состоянии алкогольного опьянения



Не купайтесь у крутых обрывистых берегов с сильным течением, в заболоченных и заросших растительностью местах



Не купайтесь в штормовую погоду



Не ныряйте в воду в незнакомых местах, с крутых берегов, причалов



Не допускайте одиночного купания детей без присмотра

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЁМЕ ЛЕТОМ

#### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



Не игнорируйте знак «Купаться запрещено». В этом месте в полном объеме не выполнены требования по обеспечению безопасного купания. Здесь могут быть следующие опасности:

- заражение паразитами, живущими в водоплавающих птицах, использующих водоемы;
- аллергия, кишечные инфекции от промышленных, бытовых сбросов или бесхозных свалок;
- сильное течение, водоворот, подводные ямы, водоросли, острые предметы на дне водоема, коряги, утопленные деревья и др.



Не заплывайте за ограничительные знаки



Не плавайте на автомобильных камерах и надувных матрацах



Не подплывайте к проходящим мимо судам. Не азбирайтесь на технические предупредительные знаки



Не допускайте грубых шалостей в воде (нельзя хватать за ноги, топить, поддавать ложные сигналы о помощи)

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЁМЕ ЛЕТОМ

#### ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТОНУЩИМ НА ВОДЕ



Если видите тонущего, немедленно зовите на помощь окружающих, спасателей



Если есть лодка, подплывите на ней к тонущему и постарайтесь ему помочь



Если умеете хорошо плавать, постарайтесь самостоятельно добраться до тонущего. (В холодной воде не снимайте с себя одежду, чтобы избежать переохлаждения организма. Сорвите только обувь).



Приблизившись к утопающему, обхватите его сзади за плечи и постарайтесь избежать судорожных попыток ухватиться за вас, которые будет предпринимать паникующий тонущий человек



Если утопающий находится без сознания, плывите с ним к берегу, взяв рукой под подбородок таким образом, чтобы его лицо постоянно находилось над поверхностью воды



Вывесите утопающего на берег

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЁМЕ ЛЕТОМ

#### ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

##### ТОНУЩИЙ В СОЗНАНИИ

- Снять мокрую одежду, завернуть в сухое одеяло.
- Наложить на него чепчик.

##### ТОНУЩИЙ В БЕССОЗНАТЕЛЬНОМ СОСТОЯНИИ

Желательно использовать лодку или водонепроницаемый коврик. Если нет возможности использовать лодку или коврик, то тонущего можно вынести на берег, взяв его за подбородок.

##### ПОСЛЕ ТОГО КАК ВОДА ВЫПЧЕТ

Если тонущий находится в сознании, то его можно вынести на берег, взяв его за подбородок.

Если тонущий находится в бессознательном состоянии, то его можно вынести на берег, взяв его за подбородок.

Если тонущий находится в бессознательном состоянии, то его можно вынести на берег, взяв его за подбородок.

Если тонущий находится в бессознательном состоянии, то его можно вынести на берег, взяв его за подбородок.

### ВАЖНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ

|                      |   |
|----------------------|---|
| Пожарные и спасатели | 101   |
| Полиция              | 102   |
| Скорая помощь        | 103   |
| Билайн               | 112, далее ввести код страны и оператора, набрав 1, можно набрать 001 |
| МТС                  | 112, далее ввести код страны и оператора, набрав 1, можно набрать 001 |
| Миратор              | 112, далее ввести код страны и оператора, набрав 1, можно набрать 001 |
| Свайт Линк           | 01  |

#### ВНИМАНИЕ!

Для вызова любой экстренной службы с мобильного телефона необходимо набрать номер 112 для всех мобильных операторов.



Попросите находящихся поблизости людей вызвать «Скорую помощь»



Немедленно приступайте к оказанию первой помощи