**Профилактическая работа с населением по поведению на водных объектах в летний период на территории Багаевского сельского поселения.**

**ПАМЯТКИ ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОСТИ ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЁМАХ**

Наступает долгожданный купальный сезон. Сотни жителей устремятся в выходные дни поближе к воде. Свежий воздух, солнце, купание не только доставляют удовольствие, но и служат хорошим средством закаливания организма. Вместе с этим вода регулярно уносит жизни. Помните: нарушение правил поведения на воде может привести к трагическому исходу!

**Памятка**

**по мерам безопасности при купании в водоемах**

*На водоемах 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;
* 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.

**Меры обеспечения безопасности детей на воде**

*Взрослые обязаны не допускать:*

* одиночное купание детей без присмотра;
* купание в неустановленных местах;
* катание на неприспособленных для этого средствах, предметах.

*Все дети должны помнить правила:*

* купаться только в специально отведенных местах;
* не подплывать к близко идущим судам, лодкам и не допускать шалостей на воде;
* 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 нырять в воду в незнакомых местах, с лодок, крутых берегов, причалов;
* опасно прыгать или резко входить в воду после длительного пребывания на солнце. При охлаждении в воде происходит резкое рефлекторное сокращение мышц, что влечет за собой остановку дыхания;
* не купаться в воде при температуре ниже +18°С;
* не бросать в воду банки, стекло и другие предметы, опасные для купающихся;
* купаться только в присутствии старших.

 **КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ**  купание на водных объектах, оборудованных предупреждающими аншлагами «КУПАНИЕ ЗАПРЕЩЕНО!»

**Помните!** Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.

**УВАЖАЕМЫЕ ВЗРОСЛЫЕ!**

Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит **ТОЛЬКО ОТ ВАС!**

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период обращаемся к Вам с убедительной просьбой:

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.

**Категорически запрещено купание:**

•  детей без надзора взрослых;

•  в незнакомых местах;

•  на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах (без надзора взрослых);

**Необходимо соблюдать следующие правила:**

•  Прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.

•  Постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).

•  Не нырять при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.

•  Продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.

•  При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.

•  Во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.

•  Не допускать ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

**ПАМЯТКА**

**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.

**ПАМЯТКА**

**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”.

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.

**НЕЛЬЗЯ:**

**ОСТАВЛЯТЬ ПОСТРАДАВШЕГО БЕЗ ВНИМАНИЯ** (в любой момент может произойти остановка сердца);

**САМОСТОЯТЕЛЬНО ПЕРЕВОЗИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО, ЕСЛИ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫЗВАТЬ СПАСАТЕЛЬНУЮ СЛУЖБУ.**

**Помните!** Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.

**Администрация Багаевского сельского поселения.**