

Отдохнув, снова плывите к берегу. Если Вас подхватило течение реки — двигайтесь по диагонали к ближайшему берегу. Если у Вас свело ногу, погрузитесь с головой в воду и, распрямив ногу, рукой потяните на себя ступню за большой палец.

Обязательно научите плавать Вашего ребенка и совершенствуйте этот навык сами!

### **ПАМЯТКА населению по соблюдению мер безопасности при купании**

При нахождении на пляжах и в других местах массового отдыха на водоемах помните, что **запрещается**:

- купаться в состоянии алкогольного опьянения;
- купаться и нырять в незнакомых либо опасных местах, заплывать за буйки;
- прыгать в воду с неприиспособленных для этих целей сооружений;
- приближаться к судам (катерам, моторным лодкам);
- отдаляться от берега на надувных матрасах;
- допускать шалости на воде, хватывать купающихся людей, подавать крики ложной тревоги;



- купаться при сильном ветре и грозе. Купание допускается только в установленных местах, при этом дети должны быть под постоянным наблюдением (родителей) взрослых.

**ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА БЕЗОПАСНОСТЬ ЛЮДЕЙ НА ВОДЕ НЕСУТ ЛИЦА, ОТВЕТСТВЕННЫЕ ЗА ОРГАНИЗАЦИЮ КОЛЛЕКТИВНЫХ ВЫЕЗДОВ НА ОТДЫХ ИЛИ ДРУГИХ МАССОВЫХ МЕРОПРИЯТИЙ НА ВОДОЕМАХ.**

Муниципальное бюджетное учреждение  
«Кировское управление  
гражданской защиты»  
**Дежурный ЕДДС**  
тел.: 48-00-00, 64-00-00, 112



Администрация  
города Кирова



Главное управление  
МЧС России  
по Кировской области

# **Как вести себя на воде в летнее время**

6+





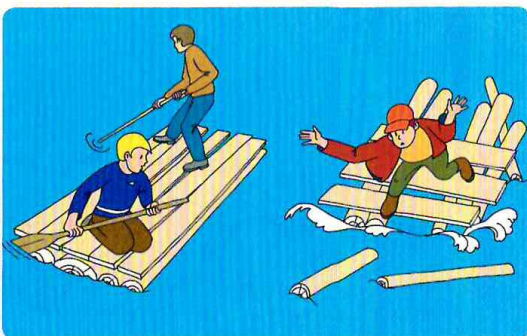
## ПАМЯТКА

### населению по действиям на воде

#### Действия при спасении утопающего

Используйте для спасения лодку, веревку, спасательный круг или подручные средства. Успокойте и ободрите пловца, заставьте его держаться за плечи спасателя.

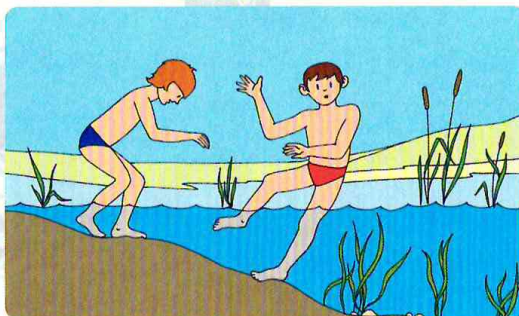
Если он не контролирует свои действия, то, подплыв к утопающему, подны-



рните под него и, взяв сзади одним из приемов захвата (классический — за волосы) транспортируйте его к берегу.

Если утопающий находится без сознания, транспортируйте его к берегу, взяв рукой под подбородок, чтобы его лицо постоянно находилось над поверхностью воды.

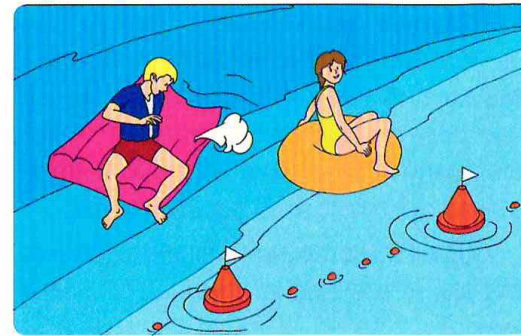
На берегу положите его животом на согнутое колено, очистите ротовую по-



лость, путем сдавливания грудной клетки удалите воду, попавшую в дыхательные пути.

Уложите пострадавшего на спину и при отсутствии дыхания или сердечной деятельности проведите искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

При восстановлении дыхания и сердечной деятельности дайте пострадавшему горячее питье, тепло укутайте и как можно быстрее доставьте в лечебное учреждение.



### Как действовать при экстремальной ситуации на воде

Если Вы оказались на 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 Вы устали, то отдыхайте на воде, лежа на спине. Для этого расправьте руки и ноги, лягте головой на воду и расслабьтесь.

