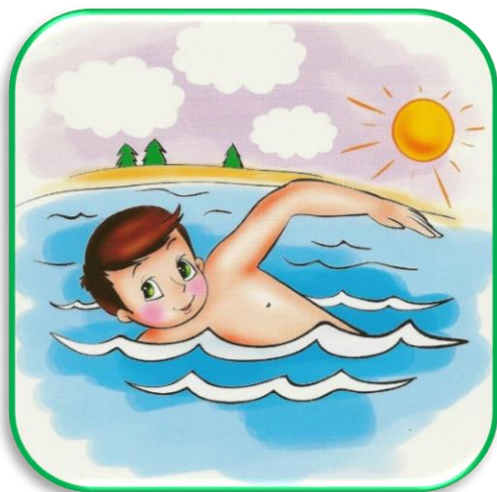


Безопасность на водоемах в летний период



Что за летний отдых без купания? Тоска, да и только. Особенно когда солнышко припекает, прохладная вода пруда или речки, озера или моря так и манит, так и приглашает окунуться.

Окунуться и поплавать – это хорошо, даже полезно. Но мелочи, о которых дети, и взрослые частенько забывают, могут испортить все удовольствие.

Печальная статистика свидетельствует, что в нашей стране ежегодно вода уносит более 10 тысяч человеческих жизней. На 100 000 населения гибнет 8-10 человек. Пребывание на воде не опасно только тем, кто умеет плавать. Вот почему первым условием безопасного отдыха на воде является умение плавать.

Человек, хорошо умеющий плавать, чувствует себя на воде уверенно и спокойно, а в случае необходимости может смело помочь товарищу, попавшему в беду. К сожалению, отдых на воде не всегда обходится без несчастных случаев.

Основными причинами гибели на воде являются:

- ✓ Не умение плавать;
- ✓ Употребление спиртного;
- ✓ Оставление детей без присмотра;
- ✓ Нарушение правил безопасности на воде;

Если взрослые гибнут, в основном по своей халатности, то гибель детей, как правило, на совести их родителей. Статистика свидетельствует, что среди тонущих около четверти составляют дети до 16 лет.

МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ



- Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева
- Температура воды должна быть не ниже 17-19⁰; находиться в воде рекомендуется не более 20 минут; причем, время пребывания в воде должно увеличиваться постепенно на 3-5 минут.

- Лучше купаться несколько раз по 15-20 минут, при охлаждении могут возникнуть судороги, произойдет остановка дыхания и потеря сознания.
- Не следует выходить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что влечет остановку сердца.



- Нельзя входить в воду в состоянии алкогольного опьянения, так как спиртное блокирует сосудосужающий и сосудорасширяющий центр головного мозга.

- Не разрешается нырять с мостов, причалов, пристаней, подплывать к близко проходящим лодкам, катерам и судам.



МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПОВЕДЕНИЯ ДЕТЕЙ НА ВОДЕ



➤ КУПАТЬСЯ ТОЛЬКО В ОТВЕДЕННЫХ ДЛЯ ЭТОГО МЕСТАХ



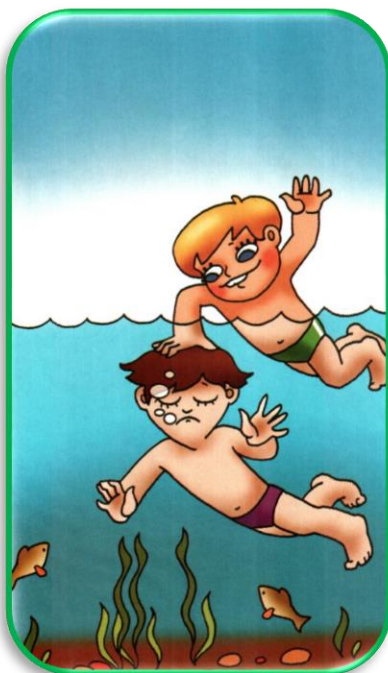
➤ НЕЛЬЗЯ ПОДАВАТЬ ЛОЖНЫЕ СИГНАЛЫ О ПОМОЩИ



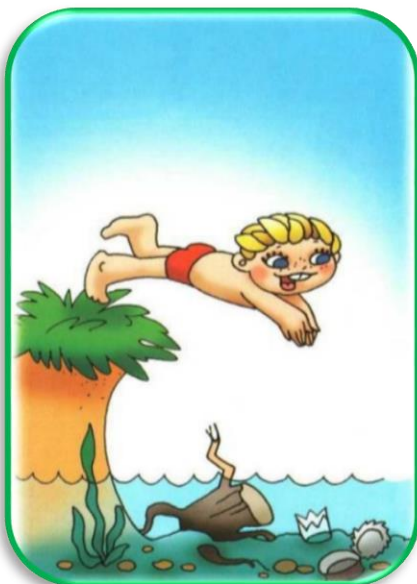
➤ НЕ ЗАПЛЫВАТЬ ЗА ЗНАКИ ОГРАЖДЕНИЯ ЗОНЫ КУПАНИЯ



➤ НЕ ПЛАВАТЬ НА НАДУВНЫХ КАМЕРАХ, ДОСКАХ, МАТРАЦАХ



➤ НЕЛЬЗЯ УСТРАИВАТЬ ИГРЫ НА ВОДЕ, СВЯЗАННЫЕ С ЗАХВАТАМИ



➤ НЕЛЬЗЯ НЫРЯТЬ С МОСТОВ, ПРИСТАНЕЙ (даже в тех местах, где ныряли прошлым летом, так как за год понизился уровень воды, поменялся рельеф дна, появятся посторонние предметы в воде)

Каждый человек должен быть готов к возникновению чрезвычайной ситуации. Физическая и психологическая готовность к ней более значима, чем государственные меры.

В чрезвычайных ситуациях очень важно сохранить максимум хладнокровия, избавиться от страха, оценить обстановку в целом и наметить наиболее безопасную линию поведения. Нерешительность, растерянность, объясняются, как правило, элементарной безграмотностью. Не зная, что предпринять для своего спасения, человек впадает в оцепенение или панику, сменяющуюся отчаянием, чувством обреченности.

Быть готовым к решительным и умелым действиям самому часто означает спасти свою жизнь.

Если человек всегда на чеку, ему легче защитить себя, или, по крайней мере, он не будет застигнут врасплох. Нерасторопный, неподготовленный и неуверенный человек – уже потенциальная жертва.

Основа выживания в экстремальных условиях – познание правил защиты, рационального поведения, оказание первой медицинской помощи.

Выполнение правил поведения на воде и дисциплина пребывания в местах отдыха – залог безопасности каждого человека.

**Территориальный отдел (по Красносельскому району
г. Санкт-Петербурга) управления по Красносельскому району
Главного управления МЧС России по г. Санкт-Петербургу и СПб
ГКУ «ПСО Красносельского района»**