

ВАША БЕЗОПАСНОСТЬ

Памятка о правилах безопасности на воде

В летнее время, как взрослым, так и детям хочется освежиться и расслабиться, окунувшись в теплую воду, при этом надо помнить о некоторых мерах предосторожности, которые помогут обеспечить безопасность.

1. Желательно плавать в таких местах, которые специально для этого предназначены.
2. Ни в коем случае не ныряйте в незнакомых местах, особенно в тех водоемах, которые находятся вблизи населенных пунктов. Невозможно предугадать, какое там дно и чем это грозит ныряльщику.
3. воде старайтесь избегать вертикального положения и не ходите по дну: Вы можете по-

резать ноги об острые камни, мусор и т.д..

4. Не стоит использовать в качестве плавательного средства самодельные устройства. Они могут перевернуться, утонуть, сломаться, что несет большую опасность для человека.

5. Плавая на матрасах, кругах, ни в коем случае не отдаляйтесь от берега на слишком большие расстояния (свыше 50 метров). Течение может вынести Вас достаточно далеко.

6. Если Вас несет течением, то не старайтесь ему сопротивляться: просто постепенно приближайтесь к берегу.

7. Если Вы плавали на лодке, и она перевернулась, то не отплывайте от нее, а старайтесь использовать для того, чтобы остаться на воде.

8. При катании на лодке или прогулочном катере, необходимо использовать основное средство безопасности – спасательный жилет.

9. Купаться в воде нужно при оптимальной температуре, желательно утром и вечером, когда солнечная активность невелика и нет риска перегрева, теплового удара и т.д. После долгого пребывания на солнце, входить в воду нужно постепенно, так как резкая смена температур может вызвать судорогу мышц, спазм дыхания, другие негативные последствия.

10. Ни в коем случае не погружайтесь в воду в состоянии алкогольного опьянения или в болезненном состоянии.

Соблюдайте правила поведения на воде!**Уважаемые жители города!**

Соблюдайте правила поведения на воде! Будьте бдительны, берегите детей, это сделает ваш отдых безопасным!

Уважаемые родители, контролируйте купание своих детей, не оставляйте их без наблюдения. В городе нет оборудованных мест для купания. Водоем в 7 квартале в районе дамбы не предназначен для купания, помните об этом.

Основными причинами гибели людей на воде являются:

- отсутствие специально оборудованных мест для купания детей, нахождение их на водоемах без присмотра родителей или старших;
- нахождение на воде или отдыха у водоемов в состоянии алкогольного опьянения;
- нарушение мер безопасности при рыбной ловле;
- купание в необорудованных местах без обеспечения мер безопасности.

По статистике, средний возраст погибших, до 30 лет. В основном это молодые люди и дети, причем, каждый шестой погибший — ребенок.

Часто несчастные случаи с детьми происходят в присутствии взрослых. В то время, пока дети плещутся в воде, родители спокойно загорают на берегу. Несчастные случаи на воде происходят с людьми в состоянии алкогольного опьянения. В таких случаях людей тянет на подвиги, они не обращают внимания на неумение плавать, на температуру воды. В этом случае, каждый несет ответственность за свою жизнь сам.

Человек считает себя в полной безопасности, если умеет плавать, но это не так. Купальщика подстерегает довольно много опасностей, например, мышечная судорога или простой страх, если вы заплыли слишком далеко и вам кажется, что сил на обратный путь не осталось. В этом случае вам поможет умение отдыхать в воде. Для этого необходимо лечь на спину, расправив руки и ноги, расслабиться и отдохнуть 2-3 минуты, легкими движениями помогая себе держаться на воде. А по поводу мышечной судороги, есть также несложный способ — погрузитесь в воду с головой на пару секунд и, распрямив сведенную судорогой ногу, с силой потяните за большой палец ступню на себя.

Отправляясь купаться, помните:

- не купайтесь, а тем более не ныряйте, в незнакомых водоемах;
- не заплывайте за буйки;
- не приближайтесь к судам;
- не устраивайте на воде игр с шуточными «утоплениями»;
- дети используют надувные матрасы только под присмотром взрослых.

Возможна и не такая редкая ситуация — на ваших глазах тонет человек. Только от вас зависит его жизнь! А у вас под рукой нет ни спасательного круга, ни даже веревки. Начинать помощь следует с ободряющих слов. Подплыв к нему, нужно поднырнуть под него, подхватить его сзади и плыть вместе с ним к берегу. Если тонущий пытается схватить вас за шею, руки или ноги, нырните. Инстинктивно утопающий будет стараться остаться на поверхности. Не стесняйтесь обращаться с человеком жестоко — ситуация это позволяет.

Запомните, если человек пробыл под водой менее 6 минут, его можно спасти:

- доплыв благополучно до берега, поверните его на бок, прочистите пальцем забитые тиной или песком рот и нос;
- положите пострадавшего животом себе на колено, голова при этом должна свешиваться вниз, и, сильно нажав, вытесните воду из желудка и дыхательных путей;
- делайте искусственное дыхание и массаж сердца;
- даже если от проводимых вами мероприятий нет видимой пользы, продолжайте до прибытия бригады врачей. Нельзя упустить шанс на спасение человека!

ПОМНИТЕ: соблюдение правил поведения на водных объектах сделают ваш отдых по настоящему радостным и приятным.

Н.Н. АЛФЕРЬЕВА,
специалист по ГОиЧС городской администрации

БЕРЕГИТЕ ЛЕС!

Памятка населению по соблюдению правил пожарной безопасности в весенне-летний пожароопасный период

Ежегодно с наступлением весенне-летнего пожароопасного периода в районе осложняется обстановка с пожарами. Как правило, в этот период происходит несанкционированное сжигание сухой травы, мусора, нередко возникают лесные пожары.

В этот жаркий пожароопасный период граждане должны быть предельно осторожными и внимательными. **Не сжигайте сухую траву, мусор и другие бытовые отходы!**

Не разводите костры на территории города — жечь костры категорически запрещается!

метили пожар?

Начинающийся лесной пожар можно потушить своими силами. Для этого достаточно пучка веток лиственных пород длиной 1,5 – 2 м. Нанося скользящие удары по кромке огня сбоку в сторону очага пожара и сбивая основное пламя, при каждом следующем ударе по этому же месту пучок веток задерживают, прижимают к горящей кромке и выворачивают его. Этим достигается охлаждение горящих материалов.

В пожароопасный сезон в лесу запрещается:

- бросать горящие спички, непогашенные окурки и вытряхивать пепел из курительных трубок (выработайте у себя привычку: не бросать использованную спичку, не переломив ее пальцами, ибо, не погасив спичку, ее нельзя сломать);
- оставлять на освещаемой солнцем поляне бутылки или осколки стекла;
- выжигать траву;
- разводить костры.

Н.Н. АЛФЕРЬЕВА,
ведущий специалист ГОиЧС
городской администрации

Как быть, если, находясь в лесу, вы за-