Памятка о поведении на воде и вблизи водоемов.

**Уважаемые жители и гости Егорьевского района. Находясь на отдыхе у водоема-помните**:

**Начинать купание следует при температуре воды не ниже 18 градусов и при ясной безветренной погоде при температуре воздуха 25 и более градусов.**

**Купаться можно только в разрешенных местах. Выбирайте пляжи, на которых постоянно дежурят спасатели, которые готовы в любой момент оказать первую медицинскую помощь.**

**Ребенку должно быть категорически запрещено не только купаться, но и находится недалеко от водоема или приближаться к нему, если по близости нет родителей. Никогда не оставляйте малыша под присмотром чужих людей.**

**В жаркие солнечные дни нужно купаться в головных уборах. Малышам нельзя находится в воде больше 30 минут, а если вода прохладная – 5-7 минут. Нельзя купаться сразу после обильного приема пищи. Нужно выждать 30-45 минут. Ни в коем случае нельзя играть в местах, где можно упасть в водоем.**

**Ребенку нельзя купаться в глубоких местах не только если он плохо плавает или неуверенно держится на воде, но даже если он отличный пловец.**

**Не стоит разрешать ребенку заплывать на глубину даже в присутствии родителей.**

**На воде категорически запрещены игры, во время которых нужно захватывать и топить других.**

**Нельзя нырять в незнакомых местах-на дне могут оказаться притопленные  бревна, камни, коряги, металлические прутья и т.д. Категорически запрещается прыгать в воду с обрывов, мостов или других возвышений. Не менее опасно нырять с плотов, катеров, лодок, пристаней и других плавучих сооружений. Под водой могут быть бревна-топляки, сваи, рельсы, железобетон и пр. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных. Нельзя купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов, песчаное  дно бывает зыбучим, что очень опасно.**

**Не следует купаться в заболоченных местах и там, где есть водоросли и тина.**

**Нельзя цепляться за лодки, залезать на знаки навигационного оборудования-бакены, буйки и т.д.**

**Не пытайся плавать на бревнах, досках, самодельных плотах.**

**Если вы решили покататься на лодке, выучите основные правила безопасности поведения в этом случае.**

**Обязательное соблюдение всех правил поведения на воде (в купальный сезон) – залог сохранения здоровья и спасение жизни многих людей. Поэтому, находясь у воды, никогда нельзя забывать о собственной безопасности. Более того, надо быть готовым помочь другому.**

**Чтобы избавиться от воды, попавшей в дыхательные пути и мешающей дышать, нужно немедленно остановиться, энергичными движениями рук и ног удерживаться на поверхности воды и, поднять голову как можно выше, сильно откашляться. Чтобы избежать захлебывания в воде, пловец  должен соблюдать правильный ритм дыхания.**

**Попав в быстрое течение, не следует  бороться против него, необходимо не нарушая дыхания плыть по течению к берегу.**

**Если человек тонет:**

**-бросьте тонущему человеку плавающий предмет, ободрите его, позовите помощь;**

**-добираясь до пострадавшего вплавь, учтите течение реки. Если тонущий не контролирует свои действия, подплывите к нему сзади и, захватив за голову, под руку, за волосы, буксируйте к берегу;**

**-на берегу необходимо оказать доврачебную помощь, ликвидировать кислородную недостаточность, применять реанимационные меры.**

**-если ребенок наглотался воды, для начала он должен хорошенько откашляться, вынесите его из воды, хорошенько укутайте полотенцем, напоите теплым сладким чаем, успокойте.**

**ПОМНИТЕ! Нарушение правил безопасного поведения на воде – это главная причина гибели людей (в том числе детей)**

**Также напоминаем, что с мобильного телефона любого оператора сотовой связи (Мегафон, Билайн, МТС, Теле2), для вызова экстренных оперативных служб, Вам необходимо набрать номер «112», либо напрямую экстренные оперативные службы: пожарно-спасательная служба – номер «101», полиция – номер «102», скорая медицинская помощь – номер «103», служба газа – номер «104».**