***Меры безопасности при отдыхе на водоемах.***

**Существуют правила поведения на воде, которые должны знать и соблюдать все отдыхающие:**

**Купаться разрешается только в местах специально для этого предназначенных.**

**Перед тем как начать плавать в незнакомом месте, обязательно нужно обследовать дно и берег.**

**Нельзя заплывать за буйки и приближаться к судам.**

**Не мешать другим купающимся, не сковывать их движений.**

**Не заходить в воду в нетрезвом состоянии. Алкоголь и купание – несовместимые вещи, которые могут привести к катастрофе.**

**При чрезвычайной ситуации звонить по номеру 01 или 112!!!**

ГКУСО ВО «Собинский социально-реабилитационный центр

для несовершеннолетних»

**Правила поведения**

**на воде**



**2017**

***Оказание помощи людям, терпящим бедствие на воде.***



**Прежде всего, дать себе секунду на размышление. Нет ли рядом спасательного средства? Им может быть все, что увеличит плавучесть человека и что вы в состоянии до него добросить. Спасательный круг можно бросить на 20-25 метров. Нет ли лодки? Можно ли позвать кого-то еще на помощь?**

**Ободрив криком потерпевшего, вы идете на помощь. Приближаясь, старайтесь успокоить и ободрить выбившегося из сил пловца. Если это удалось и он может контролировать свои действия, пловец должен держаться за плечи спасателя. Если нет, обращаться с ним надо жестко и бесцеремонно.**

**Коротко техника спасания выглядит так. Подплыв к утопающему, надо поднырнуть под него и, взяв сзади одним из приемов захвата (классическим - за волосы), транспортировать к берегу. Если утопающему удалось схватить вас за руки, шею или ноги, освобождайтесь и немедленно ныряйте – инстинкт самосохранения заставит потерпевшего вас отпустить.**

**Если человек уже погрузился в воду, не бросайте попыток найти его в глубине, а затем вернуть к жизни.**

***Оказание первой помощи людям, потерпевшим бедствие на воде.***

**Вытащив на берег, осмотрите потерпевшего: рот и нос могут быть забиты тиной или песком, их надо немедленно очистить (пальцами, повернув голову человека на бок). Затем положите пострадавшего животом на свое колено (голову свесить лицом вниз) и сильно нажав, выплесните воду из желудка и дыхательных путей и** **начните делать искусственно дыхание.**

**Если у пострадавшего не бьется сердце, искусственное дыхание надо сочетать с непрямым массажем сердца (2 вдоха, 10-15 надавливаний). Хорошо, если помощь оказывают двое. Тогда один делает искусственное дыхание, другой затем – массаж сердца (2 вдоха, 5 надавливаний). Не останавливайте меры по реанимации до прибытия «скорой помощи»: благодаря вашим действиям организм еще может жить.**

**Разумеется, приемы оживления и спасания совсем непросто применять без практики, и надо бы таким вещам учиться заранее. Но даже если у вас нет никакой подготовки – действуйте! Надо использовать любой шанс.**

****