

## **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ**

В связи с началом летнего отдыха и купального сезона 2022 года, администрация МО Белореченского района, предупреждает всех жителей и гостей о необходимости строгого соблюдения правил поведения на водных объектах.

**ЗНАЙТЕ**, что купаться следует в строго отведённых и обозначенных для этого местах, соответствующих всем необходимым требованиям безопасности.

### **Купающимся категорически запрещается:**

- Заплывать за пределы мест, отмеченных для купания (за буйки);
- Загрязнять воду и берег;
- Прыгать в воду с лодок, катеров, сооружений, не приспособленных для этих целей;
- Купаться в нетрезвом виде или наркотическом опьянении;
- Купаться в не отведённых и необорудованных местах.

### **Рекомендуем:**

- Перед купанием в незнакомых местах обследуйте дно.
- Не отплывайте далеко от берега, не заплывайте за предупредительные знаки.
- Не подавайте ложных сигналов бедствия.
- Попав в сильное течение, плывите по нему, стараясь приблизиться к берегу.
- Попав в водоворот, наберите в легкие как можно больше воздуха, погрузитесь в воду и, сделав рывок в сторону по течению, всплывите на поверхность.
- Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных. Нельзя купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов.

**При судорогах** не теряйте самообладания, старайтесь удержаться на поверхности воды и громко зовите на помощь. **Если есть возможность**, предпримите следующие действия:

1. Измените стиль плавания - плывите на спине.
2. При судороге пальцев руки - с силой сожмите кисть руки в кулак, сделайте резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону, разожмите кулак.
3. При судороге икроножной мышцы согнитесь, двумя руками обхватите стопу пострадавшей ноги и с силой подтяните стопу к себе.
4. При судорогах мышц бедра обхватите рукой ногу с наружной стороны ниже голени у лодыжки (за подъем) и, согнув ее в колене, потяните рукой с силой назад к спине.
5. Уколите острым подручным предметом (булавкой, иголкой и т.п.) мышцу, скованную судорогой.

- Помните, что лучшим способом отдыха на воде является положение "лежа на спине".
- Не устраивайте в воде игр, связанных с захватами – в пылу азарта Вы можете послужить причиной того, что партнер вместо воздуха вдохнет воду и потеряет сознание.

### **НЕЛЬЗЯ**

- ОСТАВЛЯТЬ ПОСТРАДАВШЕГО БЕЗ ВНИМАНИЯ (в любой момент может произойти остановка сердца);
- САМОСТОЯТЕЛЬНО ПЕРЕВОЗИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО, ЕСЛИ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫЗВАТЬ СПАСАТЕЛЬНУЮ СЛУЖБУ.

**УВАЖАЕМЫЕ БЕЛОРЕЧЕНЦЫ И ГОСТИ ГОРОДА !**

Не нарушайте правила поведения на воде, берегите своё здоровье и жизнь!  
Помните: купание в нетрезвом виде может привести к трагическому исходу!

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ И ПЕДАГОГИ!**

Не оставляйте детей без присмотра в местах отдыха вблизи водных объектов!  
Купание детей должно проводиться только под контролем взрослых.

Если Вы заметили беду, немедленно сообщите об этом по телефонам:

**по сотовому телефону на номер экстренной службы - 112, Оперативный дежурный ЕДДС – 8-991-850-89-11, 8-991-850-89-12**