

Управление по делам ГО и ЧС г. Кемерово

информирует

О ПРАВИЛАХ ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ в летний период

- Отдыхайте в **организованных местах!**
- Купание детей должно проходить только **под контролем взрослых!**
- **НЕ** купайтесь в состоянии опьянения!
- **НЕ** заплывайте за буйки и ограждения!
- **НЕ** подплывайте к судам, катерам, лодкам, плотам, **НЕ** ныряйте под них!
- **НЕ** подавайте ложных сигналов бедствия!



ЗАМЕТИЛИ ТОНУЩЕГО ЧЕЛОВЕКА

УСЛЫШАЛИ КРИКИ О ПОМОЩИ

НУЖНА ПОМОЩЬ

**ЗВОНИТЕ
СПАСАТЕЛЯМ**

**01
112**

Так бывает

Что делать?

В воде случились судороги: свели руки или ноги.	Старайтесь удержаться на поверхности воды, плавая на спине. Энергично разотрите сведенную мышцу.
Случайно хлебнули воды	Энергичными движения руками и ногами удержитесь вертикально в воде. Приподнимите голову над водой и откашляйтесь.
Попали в водоворот.	Глубоко вдохните. Погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению. Всплывайте на поверхность.
Запутались в водорослях.	Не делайте резких движений и рывков. Подтяните ноги к животу, освободите их от водорослей руками.
Попали в сильное течение.	Не плывите против потока. Плывайте по течению, постепенно смещаясь к берегу.



Управление по делам ГО и ЧС г. Кемерово

**информирует
О ПРАВИЛАХ ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ
в летний период**

- услышали крики о помощи
- заметили тонущего человека
- нужна помощь

➤ **звоните
спасателям** ➤



Отдыхайте в **организованных местах!**

Купание детей должно проходить только **под контролем взрослых!**

НЕ купайтесь в состоянии опьянения!

НЕ заплывайте за буйки и ограждения!

НЕ подплывайте к судам, катерам, лодкам, плотам,

НЕ ныряйте под них!

НЕ подавайте ложных сигналов бедствия!

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ:

В воде случились судороги, свело руки или ноги – старайтесь удержаться на поверхности воды, плавая на спине. Энергично разотрите сведенную мышцу.

Случайно хлебнули воды – энергичными движениями руками и ногами удержитесь вертикально в воде. Приподнимите голову над водой и откашляйтесь.

Попали в водоворот – глубоко вдохните. Погрузитесь в воду и сделайте сильный рывок в сторону по течению. Всплывайте на поверхность.

Запутались в водорослях – не делайте резких движений и рывков. Подтяните ноги к животу, освободите их от водорослей руками.

Попали в сильное течение – плывите по течению, постепенно смещаясь к берегу.