

В городском управлении по делам ГОЧС предупреждают, что главная причина возникновения несчастных случаев на воде – это незнание простейших правил безопасного поведения.

Правила безопасного поведения на воде:

1. Купаться следует в специально оборудованных местах: пляжах, бассейнах, купальнях.
2. Наиболее опасно для перегрева пребывание на солнце с 11 до 17 часов дня.
3. В жаркое время суток необходимо находиться в тени. Избегать прямых солнечных лучей, надевать головной убор.
4. Не входить в воду в состоянии алкогольного опьянения. Алкоголь блокирует нормальную деятельность головного мозга, увеличивается нагрузка на сердце.
5. Купаться после еды можно только спустя 1,5-2 часа. Продолжительность купания не должна превышать 15-20 минут.
6. Погружаться в водоем следует постепенно, особенно если тело сильно разогрето солнцем.
7. Продолжительность купания должна зависеть от температуры воздуха и воды, а также от силы ветра. Рекомендованная температура окружающей среды - от +25°С при ясной безветренной погоде.
8. При переохлаждении тела могут возникнуть судороги, при которых помогает укол любым острым предметом: булавкой, щепкой, острым камнем и др.
9. Необходимо пить много жидкости, не менее 2 литров в день, лучше воды.
10. Опасно прыгать или нырять в воду в неизвестном месте - можно удариться головой о грунт, коряги, сваю и т.п., сломать шейные позвонки, потерять сознание и погибнуть.
11. Не подплывать близко к идущим судам, т.к. вблизи идущего теплохода возникает течение, которое может затянуть под винт.
12. Нельзя использовать гребные и моторные плавсредства, водные велосипеды и мотоциклы в зонах пляжей, в общественных местах купания при отсутствии буйкового ограждения пляжной зоны и в границах этой зоны.
13. Не заплывать в зону акватории, где передвигаются катера и гидроциклы, т.к. рискуете пострадать от скоростного моторного плавсредства.
14. Не допускать грубых игр на воде. Нельзя подплывать под купающихся, «топить», подавать ложные сигналы о помощи и др. Безопасность на воде летом не допускает грубых игр с погружением и удержанием под водой.
15. Используйте надувные плавсредства, нельзя терять осторожность. Соблюдайте необходимые меры безопасности, плавая на надувных матрасах и надувных игрушках, т.к. ветром или течением их может отнести далеко от берега или захлестнуть водой.

Уважаемые граждане, управление по делам ГОЧС Нижнего Новгорода рекомендует соблюдать правила безопасного отдыха и пребывания на пляжах и на воде в летний период!

Если вы увидели, как тонет человек, необходимо немедленно позвать на помощь спасателей и сообщить по телефону ЕДДС Нижнего Новгорода 433-54-04.