**Администрация Курьинского района**

**Алтайского края**

**🖂 ул. Советская, д. 61, с. Курья, 658320**

**🕿 (385 76) 22 3 71, 22 4 01, факс (385 76) 22 4 01**

**Email: kur\_adm@ab.ru**

**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ, РУКОВОДИТЕЛИ и ПЕДАГОГИ УЧРЕЖДЕНИЙ ОБРАЗОВАНИЯ! Безопасность жизни детей на водоемах во многих случаях зависит ТОЛЬКО ОТ ВАС!**

В связи с наступлением жаркой погоды, в целях недопущения гибели детей на водоемах в летний период Администрация Курьинского района обращается к Вам с убедительной просьбой: провести разъяснительную работу с детьми о правилах поведения на природных и искусственных водоемах и о последствиях их нарушения. Этим Вы можете предупредить несчастные случаи с детьми на воде, от этого зависит жизнь Ваших детей сегодня и завтра.

Категорически запрещено купание:

• детей без надзора взрослых;

• в незнакомых местах;

• плавание на надувных матрацах, камерах и других плавательных средствах без спасательных жилетов (без надзора взрослых);

Соблюдайте следующие правила перед купанием и при купании:

• прежде чем войти в воду, сделайте разминку, выполнив несколько легких упражнений.

• постепенно входите в воду, убедившись в том, что температура воды комфортна для тела (не ниже установленной нормы).

• не ныряйте в воду при недостаточной глубине водоема, при необследованном дне (особенно головой вниз!), при нахождении вблизи других пловцов.

• ограничьте продолжительность купания - не более 30 минут, при невысокой температуре воды - не более 5-6 минут.

• при купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения, не подплывать близко к моторным лодкам и прочим плавательным средствам.

• во избежание перегревания отдыхайте на пляже в головном уборе.

• не допускайте ситуаций неоправданного риска, шалости на воде.

**Соблюдение этих простых правил – залог безопасности ваших детей!**

**ПАМЯТКА**

**Если вы увидели тонущего человека:**

• Сразу громко зовите на помощь: «Человек тонет!»;

• Попросите вызвать спасателей и «скорую помощь»;

• Бросьте тонущему спасательный круг, длинную веревку с узлом на конце;

• Если хорошо плаваете, снимите одежду и обувь и вплавь доберитесь до тонущего. Заговорите с ним. Если услышите адекватный ответ, смело подставляйте ему плечо в качестве опоры и помогите доплыть до берега. Если же утопающий находится в панике, схватил вас и тащит за собой в воду, применяйте силу. Если освободиться от захвата вам не удается, сделайте глубокий вдох и нырните под воду, увлекая за собой спасаемого. Он обязательно отпустит вас. Если утопающий находится без сознания, можно транспортировать его до берега, держа за волосы.

**Если тонешь сам:**

• не паникуйте, снимите с себя лишнюю одежду, обувь, кричи, зови на помощь;

• перевернитесь на спину, широко раскиньте руки, расслабьтесь, сделайте несколько глубоких вдохов. Прежде, чем пойти купаться, не забудьте взять с собой обыкновенную булавку. Она поможет вам, если в воде начнутся судороги. Если же у вас свело ногу, а булавки при себе нет, ущипните несколько раз икроножную мышцу. Если это не помогает, крепко возьмитесь за большой палец ноги и резко выпрямите его. Плывите к берегу.

**Вы захлебнулись водой:**

• не паникуйте, постарайтесь развернуться спиной к волне;

• прижмите согнутые в локтях руки к нижней части груди и сделайте несколько резких выдохов, помогая себе руками;

• затем очистите от воды нос и сделайте несколько глотательных движений;

• восстановив дыхание, ложитесь на живот и двигайтесь к берегу;

• при необходимости позовите людей на помощь.

**ПАМЯТКА**

**Правила оказания помощи при утоплении:**

1. Перевернуть пострадавшего лицом вниз, опустить голову ниже таза.
2. Очистить ротовую полость.
3. Резко надавить на корень языка.
4. При появлении рвотного и кашлевого рефлексов - добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка.
5. Если нет рвотных движений и пульса - положить на спину и приступить к реанимации (искусственное дыхание, непрямой массаж сердца). При появлении признаков жизни - перевернуть лицом вниз, удалить воду из легких и желудка.
6. Вызвать “Скорую помощь”. Если человек уже погрузился в воду, не оставляйте попыток найти его на глубине, а затем вернуть к жизни. Это можно сделать, если утонувший находился в воде не более 6 минут.
7. **НЕЛЬЗЯ ОСТАВЛЯТЬ ПОСТРАДАВШЕГО БЕЗ ВНИМАНИЯ (в любой момент может произойти остановка сердца)**

**НЕЛЬЗЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО ПЕРЕВОЗИТЬ ПОСТРАДАВШЕГО, ЕСЛИ ЕСТЬ ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫЗВАТЬ СПАСАТЕЛЬНУЮ СЛУЖБУ.**

**Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.**

1. **Немедленно сообщите о происшествии по одному из телефонов: 01, 02 или 112 для абонентов сотовой связи.**

|  |
| --- |
| **ПРАВИЛО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ.**  Как показывает практика, большинство несчастных случаев с людьми на водоемах происходит в летний период. Ежегодный анализ, показывает, что основными причинами гибели людей на воде являются:   1. *среди детей и подростков:*  * неумение плавать; * оставление детей без присмотра взрослых; * купание в необорудованных, запрещенных местах.  1. *среди взрослых:*  * купание в нетрезвом виде; * нарушение правил эксплуатации маломерных судов и гребных лодок; * незнание, а порой игнорирование правил поведения у воды, на воде и способов спасания и оказания первой доврачебной помощи.    Правила поведения на воде.   1. Выбирайте для купания безопасные или специально оборудованные места; 2. Не купайтесь в нетрезвом состоянии; 3. Не подплывайте к судам (моторным и парусным), лодкам и другим плавсредствам; 4. Не оставляйте детей у воды и на воде без присмотра; 5. Не ныряйте в незнакомых местах; 6. Не заплывайте далеко от берега и за знаки ограждения акватории пляжа; 7. Не купайтесь в котлованах; 8. Не купайтесь ночью; 9. Не используйте для плавания доски, надувные матрацы, автомобильные камеры; 10. Не бросайте в воду банки, стекло и другие предметы, опасные для купающихся; 11. Не прыгайте в воду с лодок, катеров, причалов, а также сооружений, не предназначенных для этих целей; 12. Не устраивайте в воде игр, связанных с нырянием и захватом рук, головы, ног купающегося; 13. Не играйте с мячом и в другие спортивные игры в местах, не предназначенных для этих целей; 14. Спасательный круг – не игрушка. Он в любую минуту может понадобиться для спасения жизни человека. 15. Не зовите на помощь, если вам ничего не угрожает. Такие «шутки» мешают спасателям работать. 16. Детям, не достигшим 16 лет, рекомендуется кататься на лодках только вместе со взрослыми и в спасательных жилетах. 17. Прежде, чем сесть в лодку, убедитесь в ее исправности. Проверьте, в порядке ли уключины и весла, на месте ли черпак для отлива воды, причальный канат и спасательные принадлежности: спасательный круг, нагрудник или жилет для каждого пассажира, которые понадобятся вам для оказания помощи.   Советы купающимся  *До купания:*   1. Прежде чем начать купание, посоветуйтесь с врачом, т. к. купание полезно не всем. 2. Начинайте купание в солнечную безветренную погоду, при температуре воздуха 20-25ºС, воды – 17-19ºС. 3. Выбирайте для купания безопасные или специально отведенные для этого места. Если поблизости нет пляжа, купальни, водной станции, можно купаться в водоеме с чистым песчаным берегом. 4. После еды не следует купаться раньше, чем через час. 5. Нельзя купаться в нетрезвом виде. 6. Перед купанием надо отдохнуть. Разгоряченным входить в воду не рекомендуется. 7. Не купайтесь при большой волне. 8. Не прыгайте в воду в незнакомых местах.   *Во время купания:*   1. Входите в воду осторожно. На мелком месте остановитесь и быстро окунитесь с головой. 2. Не доводите себя до озноба, купайтесь не более 10-15 минут. 3. При судорогах – не теряйтесь! Старайтесь удержаться на поверхности воды, зовите на помощь. 4. Не надо часто выходить из воды и стоять мокрым на ветру. 5. Попав в сильное течение, не плывите против него, используйте течение, чтобы приблизиться к берегу. 6. Попав в водоворот, не пугайтесь. Наберите побольше воздуха в легкие, погрузитесь в воду и, сделав сильный рывок по направлению течения, всплывайте на поверхность. 7. Не плавайте далеко от берега, не заплывайте за предупредительные знаки. 8. Помните: шалости на воде могут привести к несчастному случаю. 9. Купаться рекомендуется не более двух раз в сутки. |



**Немедленно сообщите о происшеств телефонам: 01, 02 или 112 для абонентосотовой связи.**

**Немедленно сообщите о происшествии по телефонам: 01, 02 или 112 для абонентов сотовой связи.**