Памятка для учащихся и родителей «Безопасное лето».

Отдых у воды подарит радость общения с природой и хорошее самочувствие для здоровья только тому, кто будет постоянно помнить, что вода – это не безопасная для человека среда.

Знание правил поведения на воде спасло не одну человеческую жизнь!

Пренебрежение Правилами охраны жизни людей на водных объектах ОПАСНО ДЛЯ ВАШЕЙ ЖИЗНИ

Единая служба спасения: 112

ЭТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ!

Основные правила поведения на маломерном судне:

1. При катании на маломерном судне (лодке, байдарке, катере) все пассажиры должны быть одеты в спасательные жилеты.
2. Все маломерные суда должны быть оборудованы первичными средствами спасения (спасательный круг, спасконец Александрова).
3. Во время движения нельзя сидеть на борту судна и переходить с одного судна на другое.
4. Не перегружайте судно.
5. Не катайтесь возле шлюзов и плотин.
6. ЗАПРЕЩАЕТСЯ эксплуатация маломерных судов в зоне пляжа.

СЛУЖБА СПАСЕНИЯ.....101
ПОЛИЦИЯ..... 102
СКОРАЯ ПОМОЩЬ..... 103

На печатную продукцию предоставлена положительная рецензия от Главного Управления Министерства РФ по делам ГО, ЧС и ликвидации последствий стихийных бедствий по г. Санкт-Петербургу

Муниципальное образование муниципальный округ МОСКОВСКАЯ ЗАСТАВА

БЕЗОПАСНОЕ ЛЕТО

памятка населению

Купаясь или катаясь на лодке, люди нередко нарушают правила поведения на воде. Вода не любит шуток. Она жестоко наказывает тех, кто, купаясь, не соблюдает правил безопасности на воде.

ООО "ОБЖ СПб" тел/ф: (812) 579-79-99, моб.: 8-921-329-23-42.
E-mail: 89213292342@mail.ru. WWW.ROOBGD.RU
© Авторские права защищены законом. Запрещается издание, перевиздание, тиражирование и копирование без согласия авторов.
На печатную продукцию предоставлена положительная рецензия от Главного Управления Министерства РФ по делам ГО, ЧС и ликвидации последствий стихийных бедствий по г. Санкт-Петербургу.
Тираж 500 экз. Заказ 249/08-2016
ДИЗАЙН И ПЕЧАТЬ: ТИПОГРАФИЯ ООО "МЕДИА СТАЙЛ" Т. 346-55-08. ПЕТЕРГОФ, САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ПР., 60

ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ 112

Большинство несчастных случаев на воде происходит из-за неумения плавать: попав на глубинное место, человек легко теряется и тонет. Нередко плохо плавающие люди заплывают далеко от берега и не рассчитывают силы. Некоторые пловцы любят показать, что они умеют плавать лучше других, стараются заплыть подальше, нырнуть глубже, прыгнуть в воду с лодки. Некоторым из них приходится дорого заплатить за браваду.

Купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах!

Не купайтесь у крутых берегов с сильным течением, в заболоченных и заросших растительностью местах!

Не подплывайте к проходящим судам. Не взбирайтесь на технические предупредительные знаки!

Не купайтесь в штормовую погоду! Берегитесь волны!

Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь! Не купайтесь при температуре воды - ниже 18°, воздуха - ниже 22°.
После приема пищи сделайте перерыв 1,5 -2 часа!

Не ныряйте в незнакомых местах. Прежде, чем прыгнуть в воду или нырнуть, необходимо знать глубину данного места и нет ли под водой камней, свай или других предметов, при столкновении с которыми возможны очень серьезные травмы, порой не совместимые с жизнью.

Глубина места для прыжков в воду зависит от высоты, с которой вы будете нырять:	с высоты до 1 м - не мене 2 м; с высоты до 5 м - не менее 4 м; с высоты до 10 м - не менее 6 м

Нередко человек тонет, если его **движения внезапно сковывают судороги**. Главными причинами судорог является переохлаждение тела и переутомление мышц. Чтобы избежать судорог, не следует купаться до появления сильного озноба. Наиболее приемлемыми считаются следующие режимы купания:

Температура воды	Длительность купания
+18°С	6-8 минут
+20°С	10-12 минут
Более +20°С	15-20 минут

Очень важным условием безопасности на воде являются дисциплина. Ни в коем случае нельзя друг друга «топить», держать под водой, драться, в шутку кричать о помощи и т.п.

При плавании часто случается «хлебнуть» воды. Чтобы избавиться от воды, попавшей в дыхательное горло, нужно немедленно остановиться, энергичными движениями рук и ног удерживаться на поверхности воды, и, подняв голову как можно выше, сильно откашляться. **Чтобы избежать захлёбывания в воде, пловец должен соблюдать правильный ритм дыхания.**

Попав в быстрое течение, не следует бороться с ним: легко можно выбиться из сил и утонуть. Лучше, не нарушая дыхания, плыть по течению, постепенно приближаясь к берегу.

Оказавшись в водовороте, не поддавайтесь страху. Необходимо набрать больше воздуха в лёгкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

Запутавшись в водорослях, надо сохранять полное спокойствие и не делать резких движений и рывков: можно ещё больше запутаться. Нужно лечь на спину, стремясь мягкими, плавными движениями выплыть в ту сторону, откуда приплыл. Если всё-таки не удаётся освободиться от растений, то, освободив руки, нужно поднять ноги и при помощи рук осторожно от них освободиться.

Если пловец устал, то лучшим отдыхом будет положение «лёжа на спине», при котором, действуя лёгкими, надавливающими на воду движениями ладоней рук и работой ног можно поддерживать себя на поверхности воды, чтобы восполнить силы для продолжения плавания.

Во время купания не рекомендуется: делать лишние движения, держать мышцы в постоянном напряжении, гнаться за скоростью, нарушать ритм дыхания, переутомляться.

Если появились судороги

— немедленно изменить стиль плавания, плыть на спине и постараться как можно скорее выйти из воды.

— При ощущении стягивания пальцев руки надо быстро, с силой сжать кисть руки в кулак, сделать резкое, отбрасывающее движение рукой в наружную сторону и разжать кулак.

— При судороге икроножной мышцы необходимо согнувшись двумя руками обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой потянуть её к себе.

— При судороге мышц бедра необходимо ухватить рукой ногу с наружной стороны ниже голени, у лодыжки (за подъём) и, согнув её в колене, потянуть назад к спине.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШЕМУ

Не давайте утопающему схватить вас. При буксировке следите за тем, чтобы его голова все время находилась над водой

1.

Уложи пострадавшего животом на свое колено, дай воде стечь из дыхательных путей. Обеспечь проходимость верхних дыхательных путей. Очисти полость рта от посторонних веществ (слизь, рвотные массы и т.п.)

2.

Определи наличие пульса на сонных артериях, реакцию зрачков на свет, самостоятельного дыхания

3.

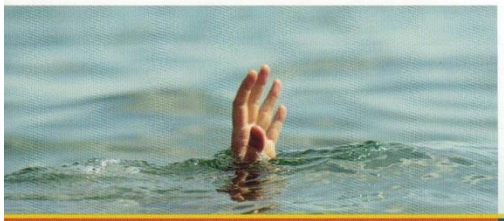
Если пульс, дыхание и реакция зрачков на свет отсутствуют - немедленно приступай к сердечно-легочной реанимации. Продолжай реанимацию до прибытия медиков или до восстановления самостоятельного дыхания и сердцебиения

4.

После восстановления дыхания и сердечной деятельности придай пострадавшему устойчивое боковое положение. Укрой и согрей его. Обеспечь постоянный контроль за состоянием.

ЕСЛИ ВОЗНИКЛА УГРОЗА ЖИЗНИ:

- Самое главное: не паникуйте! Если есть надежда на помощь, кричите «Спасите» и машите рукой;
- Если заплыли слишком далеко и устали, расправьте руки и ноги, лягте головой на воду, закройте глаза и расслабьтесь. Чтобы удерживаться в горизонтальном состоянии, наберите в легкие воздуха, задержите его и медленно выдыхайте;
- Во время плавания из-за переохлаждения или резкого снижения температуры может возникнуть судорога. Снять болезненные сокращения мышц кисти поможет сжимание пальцев в кулак. Если судорогой свело лодыжку или полностью ногу, постарайтесь ее выпрямить, взявшись рукой за пальцы ноги и слегка надавив на колено. Не рекомендуется заплывать далеко в одиночку в холодных водоемах;
- Если вас захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Надо плыть вниз по течению, постепенно, под небольшим углом приближаясь к берегу.
  При попадании воды в дыхательные пути необходимо приподняться над водой и откашляться.



Если вы стали свидетелями экстренной ситуации или сами нуждаетесь в помощи, вызовите спасателей по телефонам:

01, 101 — ВЫЗОВ СПАСАТЕЛЬНОЙ СЛУЖБЫ

112 — ЕДИНЫЙ НОМЕР ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ ОПЕРАТИВНЫХ СЛУЖБ

телефон ближайшей спасательной станции находится на информационных стендах городских пляжей

Каждый гражданин обязан оказывать посильную помощь людям, терпящим бедствие на воде.

НАПОМИНАЕМ ВАМ

За нарушение правил купания и пользования пляжами предусмотрена административная ответственность в соответствии со ст. 43-5. Закона Санкт-Петербурга от 12 мая 2010 года № 273-70 «Об административных правонарушениях в Санкт-Петербурге»

Статья 43-5. Нарушение правил купания и пользования пляжами и другими организованными местами купания, местами массового отдыха населения, туризма и спорта на водных объектах.

1. Купание в местах, не отведенных для купания в соответствии с Правилами охраны жизни людей на водных объектах в Санкт-Петербурге, утвержденными постановлением Правительства Санкт-Петербурга от 5 июня 2008 года N 657 (далее - Правила охраны жизни людей на водных объектах), а равно иное нарушение требований пункта 3.2 Правил охраны жизни людей на водных объектах, влечет предупреждение или наложение административного штрафа в размере от пятисот до одной тысячи рублей.

2. Пользование пляжами и другими организованными местами купания, местами массового отдыха населения, туризма и спорта на водных объектах с нарушением Правил охраны жизни людей на водных объектах, за исключением нарушений, ответственность за которые предусмотрена пунктом 1настоящей статьи, влечет предупреждение или наложение административного штрафа на граждан в размере от пятисот до одной тысячи рублей; на юридических лиц - от двух тысяч до четырех тысяч рублей.

Не подвергайте свою жизнь неоправданному риску при купании!
Помните, что несоблюдение правил безопасности при купании может стоить вам жизни!
Берегите себя, своих родных и близких!

ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ: 112

Заказчик - Местная Администрация муниципального образования муниципальный округ МОСКОВСКАЯ ЗАСТАВА

РОО "Санкт-Петербургский Центр безопасности жизнедеятельности"
Телефон (812) 378-10-11, e-mail: 89219562749@yandex.ru
© Авторские права защищены законом. Запрещается издание, переиздание, тиражирование и копирование без согласия авторов.
Тираж 500 экз. Заказ 203/07-2018г.
ДИЗАЙН И ПЕЧАТЬ: ТИПОГРАФИЯ ООО "МЕДИА СТАЙЛ"
Т. 346-55-08. ПЕТЕРГОФ, САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ПР., 60

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

КОМИТЕТ ПО ВОПРОСАМ ЗАКОННОСТИ, ПРАВОПОРЯДКА И БЕЗОПАСНОСТИ

Муниципальное образование муниципальный округ
МОСКОВСКАЯ ЗАСТАВА

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ САНКТ-ПЕТЕРБУРГА В ЛЕТНИЙ ПЕРИОД

Особенности географического положения Санкт-Петербурга требуют постоянного внимания к обеспечению безопасности людей на воде.
К сожалению, ни один летний период в нашем городе не обходится без экстремальных ситуаций и несчастных случаев на водных объектах.
Особой опасности подвергаются молодёжь и дети.
В целях обеспечения Вашей безопасности постановлением Правительства Санкт-Петербурга от 5 июня 2008 г. № 657 утверждены «Правила охраны жизни людей на водных объектах в Санкт-Петербурге»

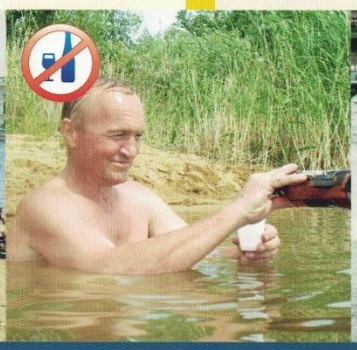
ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ **112**

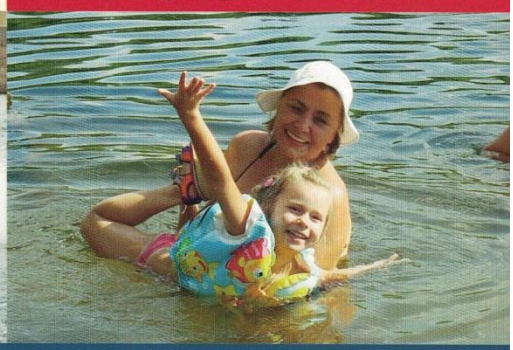
Памятка населению 2018

ПРАВИЛАМИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ

- Купаться в местах, не отведенных для купания;
- Купаться в местах, где выставлены щиты (аншлаги) с предупреждающими и запрещающими знаками и надписями;
- Заплывать за буйки, обозначающие отведенный для купания участок акватории водного объекта;
- Подплывать к судам и иным плавучим средствам;
- Нырять и прыгать с не приспособленных для этих целей сооружений в воду;
- Прыгать в лодку и нырять с лодки;
- Плавать на досках, бревнах и других не приспособленных для этого средствах (предметах);
- Приводить на пляж и купать собак и других животных;
- Играть с мячом и в спортивные игры в не отведенных для этих целей местах, а также совершать на водных объектах неприемлемые действия, связанные с нырянием и захватом купающихся;
- Распивать спиртные напитки, купаться в состоянии алкогольного опьянения;
- Двигаться на маломерных судах, заниматься сёрфингом на участке акватории водного объекта, отведенном для купания;
- Въезжать на территорию пляжа на транспортных средствах, кроме велосипедов.

Купание детей должно проходить только под наблюдением взрослых в специально отведённых местах зон отдыха. При купании дети не должны допускать шалости на воде, плавание на не приспособленных для этого средствах (предметах) и другие нарушения правил поведения на воде.





РЕКОМЕНДАЦИИ ПО БЕЗОПАСНОМУ ИСПОЛЬЗОВАНИЮ МАЛОМЕРНЫХ СУДОВ (ВЕСЕЛЬНЫХ ЛОДОК, ГИДРОЦИКЛОВ, КАТАМАРАНОВ И Т.П.):

- На каждом плавательном средстве должна быть информация о грузоподъёмности (максимальной количестве пассажиров);
- Не перегружайте плавательное средство сверх нормы по грузоподъёмности, а также не допускайте посадку в плавательное средство малолетних детей без сопровождения взрослых;
- При посадке в лодку запрещено вставать на борт или сиденья;
- До посадке в лодку, необходимо убедиться в её исправности, наличии уключин, вёсел и черпака, предназначенного для отливания воды.
- В лодке обязательно должны быть спасательный круг и индивидуальные спасательные жилеты на каждого человека;
- Не рекомендуется пересаживаться из одного плавательного средства в другое, ныряние с плавательного средства;
- Не рекомендуется самостоятельное управление маломерным судном лицами, не достигшими 16 лет;
- Нельзя ставить борт плавательного средства параллельно идущей волне, так как при этом возможно опрокидывание;
- Не разрешается катание в тумане, вблизи шлюзов, плотин, становится на якорь вблизи мостов или под ними;
- Воспрещается катание на лодке при неблагоприятных погодных условиях (дождь, гроза, сильный ветер, низкая температура).