Безопасность на воде

Государственные учреждения МЧС России

|  |
| --- |
|  |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийныхбедствий |
| **Безопасность на воде** |
|  |
| **Кто чащевсего попадает в беду****Группы риска:**• Дети• Люди в состоянии опьянения• Физически крепкие люди• Опытные пловцы***ВАЖНО****: детям до 14 лет запрещено пользоватьсяплавсредствами без взрослых***Основные запреты при купании****На водоёме:**• Заплыв за ограждения• Купание в запрещённых местах• Оставление детей без присмотра• Подача ложных сигналов бедствия• Подплытие к судам• Прыжки с необорудованных мест• Ныряние в незнакомых местах**Правила безопасности в лодке****Категорически запрещено:**• Использование неисправных лодок• Плавание без спасательных средств• Перегрузка плавсредства• Управление в нетрезвом состоянии• Сидение на бортах• Пересадка между лодками на воде• Ныряние с лодки• Плавание в темноте**Важныепредупреждения**После перегрева на солнце:• Не ныряйте в холодную воду• Избегайте резкого перепада температур**Первая помощь**При судорогах:• Судорога пальцев: сжать кулак, резко отбросить руку• Судорога икры: потянуть стопу на себя• Судорога бедра: потянуть ногу назад через коленоПомните: помощь эффективна в первые 6 минут после остановкидыхания |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий© 2025 |