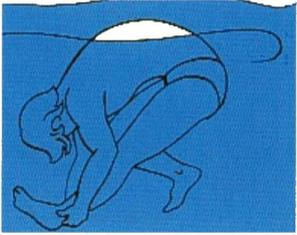
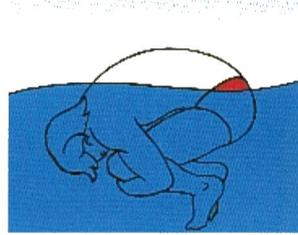


**ПРИЕМЫ САМОПОМОЩИ
ПРИ СУДОРОГЕ НОГИ**



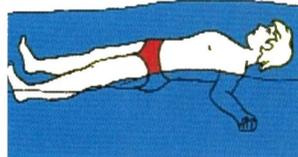
Погрузиться с головой в воду и распрямить ногу



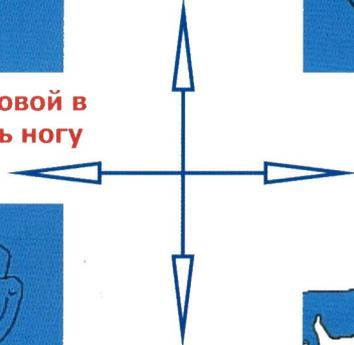
«Поплавок»



Сильно потянуть на себя ступню за большой палец



Лежа на спине



**УПРАВЛЕНИЕ ПО ДЕЛАМ ГО И ЧС
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА СУРГУТА**

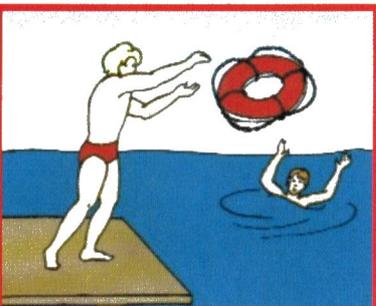
ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



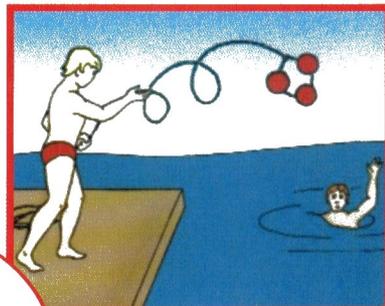
ПАМЯТКА МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДОЕМАХ ЛЕТОМ

г. Surgut

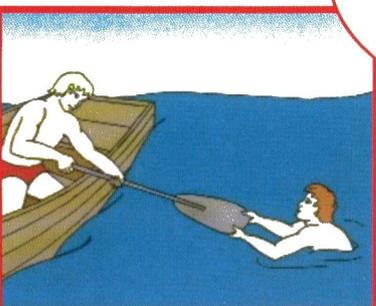
**ПРИМЕНЕНИЕ
СПАСАТЕЛЬНЫХ
СРЕДСТВ**



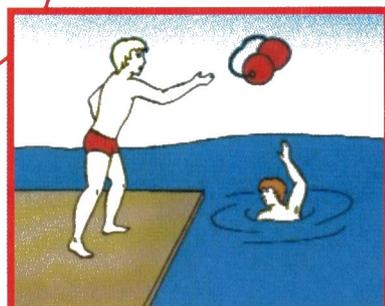
Спасательный круг



«Конец Александра»



Весло или шест



Спасательные шары

ЗАПОМНИ! Находясь у воды, никогда не забывай о собственной безопасности и будь готов оказать помощь попавшему в беду.

При купании недопустимо



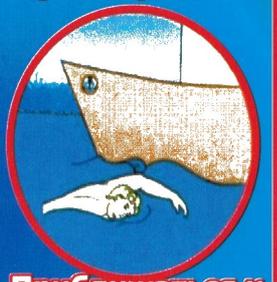
Плывать в незнакомом месте, под мостами и у плотин



Нырять, не зная глубины водоема и рельефа дна



Заплывать за буйки и ограждения



Приближаться к судам, плотам и другим плавсредствам



Прыгать в воду с лодок, катеров, причалов



Устраивать игры с захватом частей тела

При пользовании лодкой недопустимо



Раскачивать лодку, вставать во весь рост, садиться на борт



Заплывать в места прохода судов, массового купания



Хвататься на ходу за ветки деревьев и другие предметы

Перед плаванием на лодке убедиться:

- в исправности лодки;
- в наличии спасательных средств

ЭТАПЫ ОКАЗАНИЯ ПОМОЩИ

Выделяют два этапа оказания помощи при спасении утопающего.

ПЕРВЫЙ ЭТАП – это действия спасателя непосредственно в воде, когда утопающий еще в сознании, предпринимает активные действия и в состоянии самостоятельно держаться на поверхности. В этом случае есть реальная возможность не допустить трагедии и отделаться лишь легким испугом.

ЗАПОМНИ! Панический страх утопающего – смертельная опасность для спасателя.

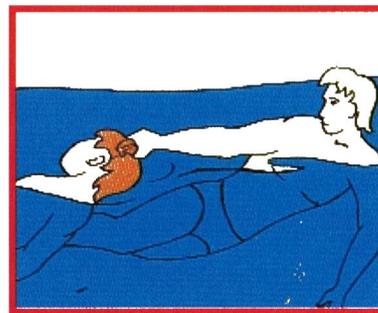
Правила приближения к утопающему:

- Подплывать только сзади и лучше в ластах.
- Захватывать за волосы или за ворот одежды.
- Транспортировать на спине, придерживая его голову над водой.

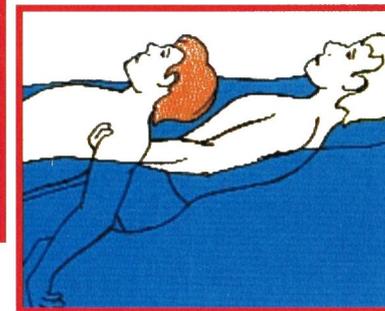
ВТОРОЙ ЭТАП – действия спасателя на берегу. В том случае, когда из воды извлекают уже бездыханное тело и пострадавший находится без сознания, а зачастую и без признаков жизни, у спасателя, как правило, нет проблем с собственной безопасностью, но значительно снижаются шансы на спасение.

Если человек пробыл под водой более 5-10 минут, вряд ли его удастся вернуть к жизни.

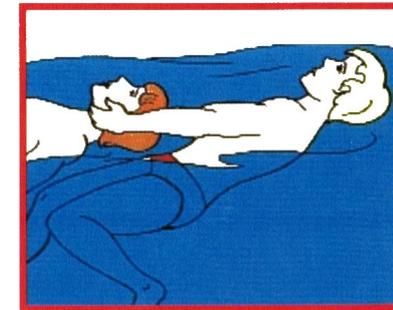
ЗАПОМНИ! На успех можно надеяться только при правильном оказании помощи, учитывая тип утопления.



За волосы



Подмышками



За голову

ГЛАВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ ПРИ ТРАНСПОРТИРОВКЕ К БЕРЕГУ:

- быстрота движения;
- рот и нос утопающего – над водой