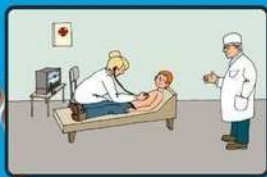


# БЕЗОПАСНОСТЬ

## ЛЕТОМ НА ПЛЯЖЕ



ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ СЕЗОНОМ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОСЕДИТЕ ВРАЧА!



НЕ ПЕРЕХЛАДИТЕСЬ И НЕ ПЕРЕГРЕВАЙТЕСЬ! ПОСЛЕ ПРИЕМА ПИЩИ СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕРЫВ 1,5 - 2 ЧАСА. НЕ КУПАЙТЕСЬ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ ВОДЫ НИЖЕ 18 И ВОЗДУХА НИЖЕ 22.



КУПАЙТЕСЬ ТОЛЬКО В РАЗРЕШЕННЫХ МЕСТАХ, НА БЛАГОУСТРОЕННЫХ ПЛЯЖАХ!



НЕ ЗАПЛЫВАЙТЕ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА НА НАДУВНЫХ МАТРАСАХ И АВТОМОБИЛЬНЫХ КАМЕРАХ!



НЕ СТОЙТЕ НЕ РАЗРЕШЕННЫХ МЕСТАХ, ОТДЕЛА МОЖНО СВАЛИТЬСЯ В ВОДУ!



НЕ ИГРАЙТЕ В НЕ БЕЗОПАСНЫХ МЕСТАХ: НЕ ИЗВЕСТИ ТО, ЧТО ТАМО МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ НАЛИЦО.



НЕ ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ ПЛАВАНИЯ САМОДЕЛЬНЫЕ УСТРОЙСТВА! ОНИ МОГУТ НЕ ВЫДЕРЖАТЬ ВАШ ВЕС И ПЕРЕВЕРНУТЬСЯ!



НЕ КУПАЙТЕСЬ В НЕГОРЮЩУЮ ПОГОДУ! БЕРЕГИТЕСЬ ВОЛН!

## ЗИМОЙ НА ЛЬДУ



ВЫБРАЧИТЕСЬ, ПРОРУБИ, СНИМИТЕ, ТИВАТЕ ЛЬД? ОТОБЖИТЕ И СНОВА НАДЕЙТЕ ОДЕЖДУ. НЕ ОТКАЗЫВАЙТЕСЬ К БЛИЖАЙШЕМУ НАСЛЕДСТВЕННОМУ ПУНКТУ. ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЬНУЮ КОМАНДУ «СКОРУЮ ПОМОЩЬ»!



ОСТОРОЖНО! В ЭТИХ МЕСТАХ ДАЖЕ В СЯВНЫЙ МОРОЗ ТОНКИЙ ЛЕД!



ВНИМАНИЕ! ЕСЛИ ПОД ВАМИ ЗАТРЕЩАЛ ЛЕД И ПОЯВИЛИСЬ ТРЕЩИНЫ, НЕ ПУГАЙТЕСЬ И НЕ БЕЖИТЕ ОТ ОПАСНОСТИ! ПЛАВНО ДОЖИТЕСЬ НА ЛЕД И ПЕРЕКАТЫВАЙТЕСЬ В БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО!



ДАЙТЕ ПОСТРАДАВШЕМУ ЧАСТЬ СВОЕЙ ОДЕЖДЫ, РАЗВЕДИТЕ КОСТЕР И ОБОГРЕЙТЕ ПОСТРАДАВШЕГО. ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЕЙ ИЛИ «СКОРУЮ ПОМОЩЬ».



ВНИМАНИЕ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ГЛУБОКИЕ ТРЕЩИНЫ И РАВЛИНЫ!



СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ: ДОСКА, ЛЕСТНИЦА, ВЕРЕВКА С ПЕТЛЯМИ НА КОНЦАХ, СВЯЗАННЫЕ ШАРФЫ, СВЯЗАННЫЕ РЕМНИ, КОНЕЦ АЛЕКСАНДРОВА, БОЛЬШАЯ ВЕТКА, ВАГОН



ПОМНИТЕ! БЫСТРОЕ ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОПАВШЕМУ В БЕДУ ВОЗМОЖНО ТОЛЬКО В ЗОНЕ РАЗРЕШЕННОГО ПЕРЕХОДА!



# Безопасность на воде

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ НА ВОДЕ



не мейайтесь мостам при движении лодки и катера, не садитесь на борт и не стойте на сиденьях.



поднимайте тонущего за волосы только с порывной части спасательного средства.



не прыгайте с бортов лодки и катера, не пытайтесь увести за техническое средство ограждения, буи и знаки.



не купайтесь у крутых обрывистых берегов с сильным течением, в заболоченных и заросших растительностью местах.



в воде избойте вертикального положения, не ходите го лямству и заросшему водорослями дну.



не переохлаждайтесь и не перегревайтесь, не купайтесь при температуре: вода - ниже 18, воздух - ниже 22



не купайтесь в штормовую погоду, беритесь волны.



не перегружайте лодку и катер, не поднимайте борт лодки волны.



не купайтесь на лодках, катерах и гидроциклах в местах массового купания населения.



не используйте для плавания самодельные устройства, они могут не выдержать веса и перевернуться.



не боритесь с сильным течением, плывите по течению постоянно приближаясь к берегу.



не заплывайте далеко от берега на надувных матрацах и автомобильных камерах.



используйте для спасения любые подручные средства!



не купайтесь в проходах судо, не забирайтесь на технически оборудованные эски.



не дайшите утопающему схватить вас, при бросании утопающего следите за тем, чтобы его голова все время находилась над водой.



не стой и не играй в тех местах, откуда можно свалиться в воду.



не купайтесь в незнакомых местах, не известно, что там может оказаться на дне.

### Первая помощь при утоплении

1. Проверьте, есть ли у утопающего дыхание! Если вы видите, что утопающий дышит, положите его на спину и следите за его состоянием. Если вы видите, что утопающий не дышит, сделайте искусственное дыхание. Если вы видите, что утопающий не дышит и не имеет пульса, сделайте искусственное дыхание и массаж сердца.
2. Делайте искусственное дыхание! Положите утопающего на спину и сделайте искусственное дыхание. Если вы видите, что утопающий не дышит, сделайте искусственное дыхание. Если вы видите, что утопающий не дышит и не имеет пульса, сделайте искусственное дыхание и массаж сердца.
3. Положите утопающего на спину! Положите утопающего на спину и следите за его состоянием. Если вы видите, что утопающий не дышит, сделайте искусственное дыхание. Если вы видите, что утопающий не дышит и не имеет пульса, сделайте искусственное дыхание и массаж сердца.
4. Вызовите скорую помощь! Вызовите скорую помощь по телефону 112.



купайтесь только в разрешенных местах, на благоустроенных пляжах.



не отплывайте от берега, не пытайтесь самостоятельно справиться с ситуацией, немедленно вызовите помощь!