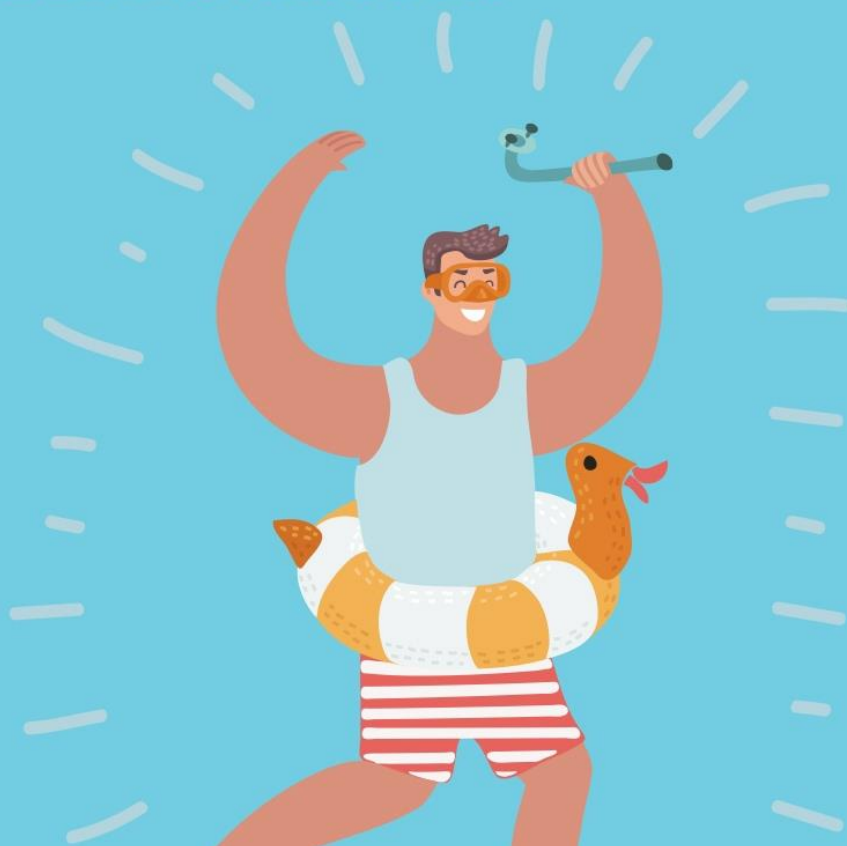


ПЛАНЫ НА ЛЕТО:

- **ПОЕХАТЬ НА РЕЧКУ**
- **НЕ ЗАБЫТЬ О ПРАВИЛАХ БЕЗОПАСНОСТИ**



1 ВЫБИРАЕМ МЕСТО ОТДЫХА

ЭТО ДОЛЖНА БЫТЬ СПЕЦИАЛЬНО ОБОРУДОВАННАЯ ТЕРРИТОРИЯ

На необорудованных пляжах опасно плавать и, особенно, нырять. Здесь нет спасателей — в случае беды никому прийти на помощь



2 КОГДА ПРИЕХАЛИ НА ВОДОЁМ



**НЕ ЗАПЛЫВАЕМ
ЗА БУЙКИ**

**НЕ ВЫПЛЫВАЕМ
НА СУДОВОЙ ХОД**

и не приближаемся к судам,
в том числе, и к гидроциклам

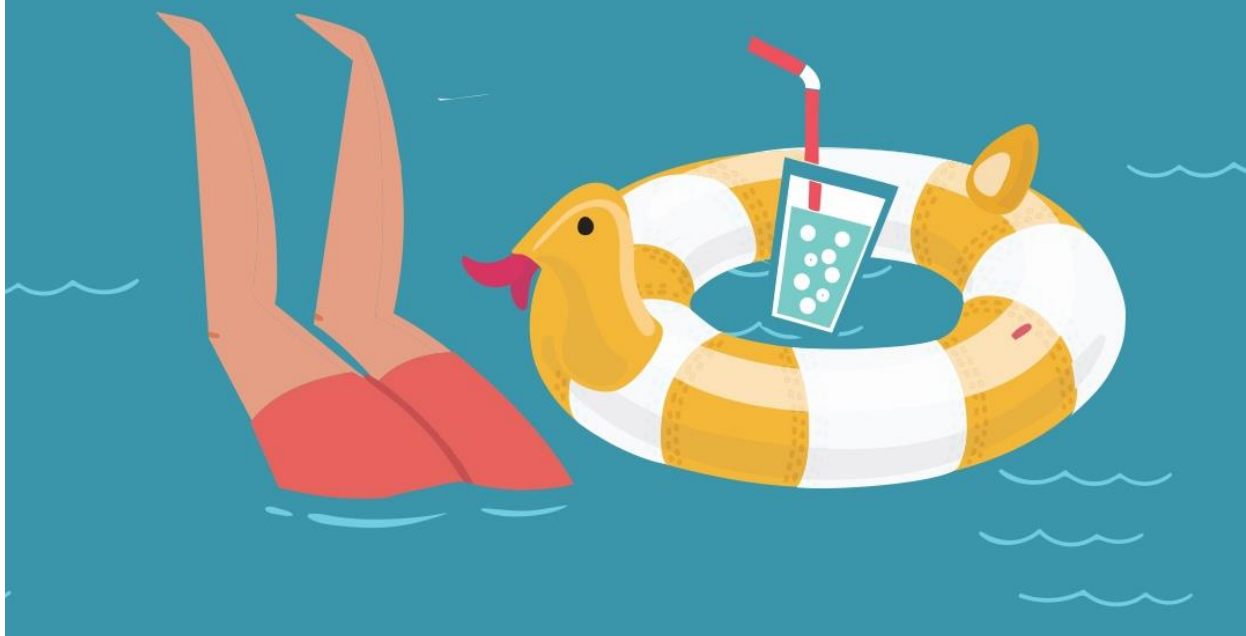


**НЕ ПЛАВАЕМ НА НЕИСПРАВНЫХ
ПЛАВАТЕЛЬНЫХ СРЕДСТВАХ**

3 АЛКОГОЛЬ ОСТАВЛЯЕМ ДОМА

В НЕТРЕЗВОМ СОСТОЯНИИ ЗАХОДИТЬ В ВОДУ ОПАСНО

От алкоголя повышается давление, а при погружении в воду человека ждёт резкий перепад. Дальше возможны обморок и, как следствие, гибель



4 ЕСЛИ В ВОДЕ СВЕЛО НОГУ, НЕ ПАНИКУЕМ

РЕЦЕПТ СПАСЕНИЯ ПРОСТ:

1

Делаем
глубокий
вдох

3

Выпрямляем
ногу

2

На секунду
погружаемся
в воду
с головой

4

Сильно тянем
на себя ступню
за большой
палец

5 ЕСЛИ ВИДИМ ТОНУЩЕГО ЧЕЛОВЕКА

Быстро оглядываемся
в поисках спасательного
средства, которое может
помочь:

- верёвка,
- спасательный круг,
- лодка



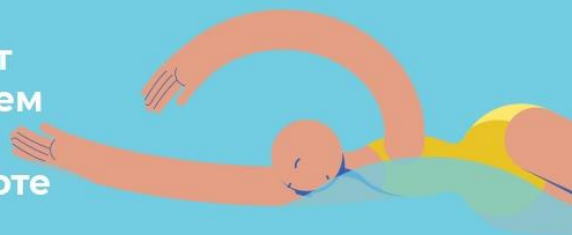
← 20-25 м

Нельзя недооценивать верёвку!
В зависимости от силы броска
её можно бросить на 20-25 метров

6 ЕСЛИ РЕШИЛИ ЛИЧНО СПАСАТЬ ЧЕЛОВЕКА

К БЕРЕГУ ПЛЫВЁМ ОДНИМ ИЗ СПОСОБОВ:

Если утопающий чувствует себя спокойно — разрешаем ему взяться за своё плечо и плывём брассом на животе



Если утопающий не спокоен — со спины захватываем его за подмышки, прижимаем к себе и плывём к берегу на спине или боку



**В ЛЮБОЙ СИТУАЦИИ
ПОМНИМ
О ТЕЛЕФОНЕ МЧС**

112

**СПАСАТЕЛИ
ВСЕГДА ГОТОВЫ
ПРИЙТИ НА ПОМОЩЬ**

