

ЕДИНЫЙ

телефон спасения



АФ УМЦ по ГО и ЧС РТ



Правила
безопасного
поведения на воде





Купаться можно только в специально оборудованных местах!

Не купайтесь в неизвестных и не предназначенных для этой цели водоёмах!



Не ныряйте в незнакомых местах!

Не заплывайте за ограничительные знаки мест, отведённых для купания! Не подплывайте близко к моторным и весельным лодкам, водным скутерам.



Не купайтесь в штормовую погоду, берегитесь волн!



Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь! Не купайтесь при температуре воды ниже 18 °С, воздуха ниже 22 °С.

Не заплывайте далеко от берега на надувных матрасах, автомобильных камерах!



Не используйте для плавания самодельные устройства. Они могут перевернуться!

Следите за детьми у воды!



Не купайтесь в нетрезвом виде!

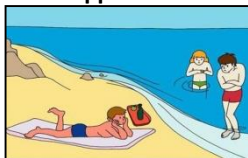
МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ

😊 Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева



Температура воды должна быть не ниже 17-19°; находиться в воде рекомендуется не более 20 минут; причём, время пребывания в воде должно увеличиваться постепенно на 3-5 минут

😊 Лучше купаться несколько раз по 15-20 минут, при переохлаждении могут возникнуть судороги, произойдёт остановка дыхания и потеря сознания



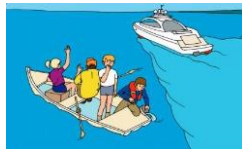
Не следует выходить или прыгать в воду после длительного пребывания на солнце, так как при охлаждении в воде наступает сокращение мышц, что влечёт остановку сердца

😊 Нельзя входить в воду в состоянии алкогольного опьянения, так как спиртное блокирует сосудосуживающий и сосудорасширяющий центр головного мозга



Не разрешается нырять с мостов, причалов, пристаней, подплывать к близко проходящим лодкам, катерам и судам

ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ЛОДКАМИ И КАТЕРАМИ



Не перегружайте лодки и катера!
Не подставляйте борт лодки волне!



Не меняйтесь местами при движении лодок и катеров
Не садитесь на борта и не стойте на сиденьях!



Не прыгайте с бортов лодок и катеров!
Не пытайтесь ухватиться за технические средства ограждения, буи и знаки!



Не выходите на судовой ход!
Не подплывайте к проходящим судам!
Не пересекайте курс идущих судов!



Не катайтесь на лодках, катерах и гидроциклах в местах массового скопления людей!



Ночью на катерах и лодках обязательно включите белый фонарь!

Филиал Учебно-методического центра по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям Республики Татарстан по г. Нижнекамску



ПАМЯТКА

Правила безопасного поведения на воде



ЗВОНИТЕ ПО НОМЕРУ 01 ИЛИ С МОБИЛЬНОГО 101, 112

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ПЛЯЖЕ



Купаться безопасно только на благоустроенных пляжах, где опасные места обозначены знаками, а отдых на воде охраняют работники спасательных станций



Не следует заплывать за буйки, дальше могут быть ямы, места с сильным течением, движение катеров, гидроциклов, лодок



Уплыв далеко, можно не рассчитать своих сил, поэтому, почувствовав усталость, не теряйтесь и не стремитесь быстрее доплыть до берега. Следует отдохнуть на воде, перевернувшись на спину и поддерживая себя на воде лёгкими движениями рук и ног



Если нет поблизости оборудованного пляжа, надо выбрать безопасное место для купания с твёрдым песчаным, не засоренным дном, постепенным уклоном



Никогда не прыгайте в воду в местах, не оборудованных специально: можно удариться головой о дно, камень или другой предмет, легко потерять сознание, нанести себе травму и погибнуть



В водоёмах с большим количеством водорослей старайтесь плыть у самой поверхности воды, не задевая растений и не делая резких движений. Если же руки или ноги запутались в стеблях, сделайте остановку приняв положение «поплавок» и освободитесь от них



Если попали в водоворот, наберите побольше воздуха в лёгкие, погрузитесь в воду и, сделав рывок в сторону, всплывите.

Если захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Плывите вниз по течению, постепенно, под небольшим углом приближайтесь к берегу



Не плавайте на надувных матрацах, автомобильных камерах и надувных подушках. Ветер или течение могут отнести их далеко от берега, а волна захлестнёт. Если из них выйдет воздух, они потеряют плавучесть



Если проводится массовое купание детей, то задача взрослых (инструктора по плаванию, родителей, педагогов) до купания пересчитать детей. Детям, не умеющим плавать, разрешается входить в воду только по пояс. После купания детей снова пересчитывают. На время купания детей, обязательно должны назначаться дежурные пловцы-спасатели которые обеспечивают наблюдение, а в случае необходимости – оказание немедленной помощи

ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ТЕРПЯЩИМ БЕДСТВИЕ НА ВОДЕ



Если тонущий может самостоятельно оставаться на поверхности воды, бросьте ему спасательный круг

Подплывать к тонущему следует осторожно. Брать утопающего безопаснее всего сзади под мышки и, поддерживая его лицо над водой, плыть к берегу



Уложите пострадавшего животом себе на колени, удалите воду, очистите полость от посторонних предметов



При отсутствии признаков жизни немедленно приступайте к сердечно-легочной реанимации



С 1 июня 2021 года для казанцев и гостей города доступны пляжи:
«Локомотив»
«Нижнее Заречье»
«Озеро Комсомольское»
«Озеро Глубокое»
«Большое Лебяжье»

А также организованы места отдыха у воды на озерах Изумрудном и Малом Лебяжьем, в парке Победы

ПОМНИТЕ !

Главными причинами гибели людей на воде являются:

- купание в алкогольном опьянении (50% случаев)
- травмы головы, позвоночника при нырянии (30% случаев)
- судороги, спазмы головного мозга, остановка дыхания при перепаде температур (20% случаев)

Телефон единой службы спасения



Отдел подготовки должностных лиц и специалистов ГО и ЧС
Учебно-методического центра
по ГО и ЧС Республики Татарстан



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДЕ



ПАМЯТКА

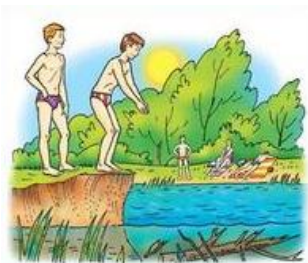
г. Казань

МОЖНО !



Купаться можно только в установленных местах!

Нырять только в проверенных, достаточно глубоких местах, с ровным дном!



Плавайте внутри ограничительных знаков в местах, отведенных для купания!



Играйте в местах на безопасном расстоянии от воды!



ОПАСНО !

Не отплывайте далеко от берега на надувных плавсредствах!



Не переохлаждайтесь и не перегревайтесь, после приема пищи сделайте перерыв 1,5-2 часа!



Не игнорируйте объявления в местах, где купаться опасно!



Не боритесь с сильным течением, плывите по течению, постепенно приближаясь к берегу!



НЕЛЬЗЯ !

Не купайтесь в штормовую погоду!



Не используйте для плавания самодельные устройства!



Не катайтесь на лодках, катерах и гидроциклах в местах массового купания людей!



Не прыгайте с бортов лодок и катеров!



БЕРДӘМ

коткару телефоны



ГО һәм ГТХ буенча УМУ



Суда

куркынычсызлык
кагыйдәләре



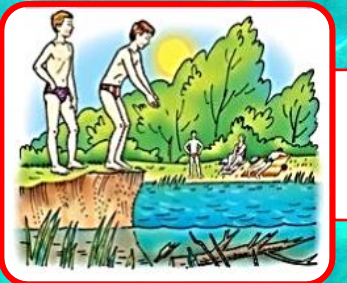


Махсус жиһазландырылган урыннарда гына коенырга була!

Бу максат өчен билгеләнмәгән һәм билгесез сулыкларда коенмагыз!



Таныш булмаган урыннарда чуммагыз!



Коену өчен бирелгән урыннарның чикләү билгеләре артына йөзмәгез! Моторлы һәм ишкәкле көймәләргә, су скутерларына якын килмәгез.



Шторм вакытында коенмагыз, дулкыннардан



Өшемәгез һәм кызмагыз! Су температурасы 18 градустан һәм һава температурасы 22 градустан түбән булганда коенмагыз.

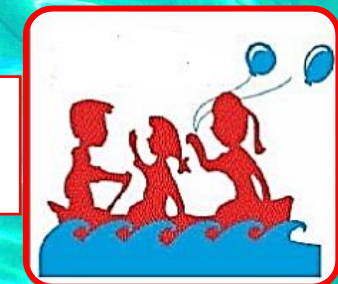
Кабарынкы матрас, автомобиль камераларында ярдан ерак йөзмәгез!



Йөзү өчен ясалма җайланмаларны кулланмагыз. Алар әйләнеп каплана ала!



Су янында балалар артынан күзәтегез!



Исерек хәлдә коенмагыз!



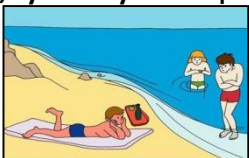
КОЕНУ ВАКЫТЫНДА КУРКЫНЫЧСЫЗЛЫК ЧАРАЛАРЫ

☺☺ Коену кояш жылытканда, артык кызмас өчен иртән яки кич яхшырак



Су температурасы 17-19 градустан да ким булмаска тиеш;
суда 20 минуттан да артык булмаска киңәш ителә;
аннары, суда булу вакыты акрынлап 3-5 минутка артырга тиеш

☺☺ Иң яхшысы берничә тапкыр 15-20 минут су коенырга. Артык өшү нәтижәсендә көзән барлыкка килергә мөмкин, сулыш туктап аңны югалтырга була



Кояшта озак вакыт булганнан соң суга керергә яки сикерергә ярамый, чөнки суда тән суынган вакытта мускуллар кыскаруы башлана, бу исә йөрәкнең тукталышына китерә

☺☺ Исерек хәлдә суга керү тыела, чөнки спиртлы эчемлекләр баш миенең кан тамырларын киңәйтә һәм тарайта торган үзәген эшләрми



Күперләрдән, причаллардан сикерү, үтеп баручы көймәләргә, катерларга һәм судноларга якын килү тыела

КӨЙМӘЛӘР ҺӘМ КАТЕРЛАРНЫ КУЛЛАНУ КАГЫЙДӘЛӘРЕ



Көймәләр һәм катерларны артык йөкләмәгез!
Көймә бортын дулкын астына каратмагыз!



Көймәләр һәм катерлар хәрәкәт иткәндә урыннар белән алышмагыз!
Бортларга утырмагыз һәм утыргычларга басмагыз!



Көймәләр һәм катерлар бортларыннан сикермәгез!
Техник киртәләү чаралары, калкавычлар һәм билгеләргә тотынырга тырышмагыз!



Судно юлларына чыкмагыз!
Үтеп баручы суднолар янына йөзмәгез!
Үтеп баручы суднолар юлларын аркылы чыкмагыз!



Көймәләрдә, катерларда һәм гидроциклларда халык су коена торган урыннарда йөрмәгез!



Төнлә катер һәм көймәләрдә һичшиксез ак фонарьны кабызыгыз!

01 ЯКИ МОБИЛЬ ТЕЛЕФОНЫННАН
101, 112 НОМЕРЫ БУЕНЧА
ШАЛТЫРАТЫГЫЗ

Татарстан Республикасы
гражданнар оборонасы һәм
гадәттән тыш хәлләр буенча
уку-методик үзәгенең Түбән
Кама филиалы



БЕЛЕШМӘЛЕК

Суда куркынычсызлык кагыйдәләре



СУ БУЕНДА КУРКЫНЫЧСЫЗЛЫК



Куркыныч урыннар билгеләр белән билгеләнгән һәм коткару станцияләре булган пляжларда гына коену куркынычсыз



Әгәр якын-тирәдә жиһазландырылган пляж булмаса, каты комлы, төбө чиста һәм акрын авышлык булган урыннарны сайларга кирәк



Беркайчан да махсус жиһазландырылмаган урыннарда суга сикермәгез. Баш белән төбкә, ташка яки башка предметка бәрелергә, аңны югалтырга, имгәнергә, һәм һалак булырга була



Суүсемнәр күп булган сулыкларда су өслегендә йөзәргә тырышыгыз, үсемлекләргә тимәгез һәм кискен хәрәкәтләр ясамагыз. Әгәр кул-аякларыгыз үсемлекләргә буталса, “чирткеч” рәвешендә туктап алардан арыныгыз



Әгәр дә су әйләнмәсенә ләксәгез, үпкәләрегезгә күбрәк нава жыеп, су астына төшегез, якка ыргылыгыз, өскә чыгыгыз.



Әгәр көчле агым алып китсә, аның белән көрәшергә тырышмагыз. Агым буенча йөзегез, акрынлап ярга таба якыная чыгыгыз



Кабарынкы матрацлар һәм мөндәрләрдә, автомобиль камераларында йөзмәгез. Жил яки агым аларны ярдан ерак алып китә, дулкын каплый ала. Алардан нава чыкса, суда сезне тотмыячаклар



Балалар күп булганда, коену алдыннан олыларның (йөзү буенча инструктор, ата-аналар, педагоглар) бурычы - аларны санап чыгарга. Йөзә белмәүче балаларга суга бары тик пояс буенча гына керергә рөхсәт ителә. Су коенганнан соң балаларны яңадан санарга! Балалар су коенган вакытта, ничшиксез, дежур йөзүчеләр-коткаручылар билгеләнергә тиеш, алар күзәтүне тәэмин итә, ә кирәк очракта - кичекмәстән ярдәм күрсәтә



Еракка йөзеп киткән очракта, көчегез житмәскә мөмкин. Шуңа күрә, арыгач, югалып калмагыз, тизрәк ярга йөзеп чыгарга тырышыгыз. Су өстендә аркага әйләнеп ятып, кул һәм аякларыгыз белән жиңел хәрәкәт итеп, ял итегез



СУДА ЗЫЯН КҮРҮЧЕЛЭРГӘ ЯРДӘМ КҮРСӘТҮ



Әгәр батучы су өслегендә мөстәкыйль тора ала икән, аңа бөят ташлагыз

Батучы янына сак кына йөзәргә кирәк. Иң яхшысы аны култык астыннан тотып, йөзе өскә караган килеш ярга алып чыгарга



Зыян күргән кешене корсагы белән тезегезгә салыгыз, су чыксын, авыз куышлыгын чит әйберләрдән чистартыгыз

Яшәү билгеләре булмаганда, кичекмәстән йөрәк-үпкә реанимациясе ясарга керешегез



2021 елның 1 июненнән казанлылар һәм шәһәр кунаклары өчен «Локомотив», «Түбән Заречье», «Комсомольское Күле», «Тирән Күл», «Аккош Күле» пляжлары ачык. Шулай ук Изумрудное һәм Кече Аккош күлләрендә, Жиңү Паркында су янында ял итү урыннары оештырылган

ИСТӘ ТОТЫГЫЗ !

Суда кеше үлеменәң төп сәбәпләре булып түбәндәгеләр тора:

- исерек хәлдә коену (50% очрак)
- баш һәм умырткалык жәрәхәтләре (30% очрак);
- Көзән, баш миә спазмалары, температура төшкәндә сулыш тукталышы (20% очрак)

Бердәм коткару хезмәте телефоны



Татарстан Республикасы ГО һәм ГТХ буенча укыту-методик үзәгенең ГО һәм ГТХ белгечләре һәм вазыйфай затлары аерлау бүлеге



**СУДА КУРКЫНЫЧСЫЗ-
ЛЫК КАГЫЙДӘЛӘРЕ**



БЕЛӘШМӘЛЕК

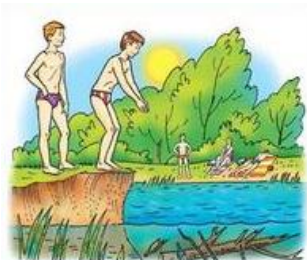
Казан ш.

РӨХСӘТ ИТЕЛӘ!



Билгеләнгән урыннарда гына коенырга була!

Тикшерелгән, тигез төпле тирән урыннарда гына чумыгыз!



Чикләү билгеләре эчендә коену өчен билгеләнгән урыннарда коеныгыз!

Судан куркынсыз ераклыкта уйнагыз!



КУРКЫНЫЧ !

Кабарынкы йөзү жайланмаларында ерак йөзмөгез!



Артык өшемөгез һәм кызмагыз, ашаганнан соң 1,5 - 2 сәгать тәнәфес ясагыз!



Су коенуны тыя торган билгеләр урыннарында йөзмөгез!



Көчле агымга каршы йөзәргә тырышмагыз, агым буенча акрынлап ярга таба якыная йөзегез!



ТЫЕЛА !

Шторм вакытында коенмагыз!



Йөзү өчен кулдан эшләнгән жайланмаларны кулланмагыз!



Көймәләрдә, катерларда, һәм гидроциклларда кешеләр коену урыннарында йөрмөгез!



Көймәләр һәм катерлар бортларынан сикермөгез!

