**ПАМЯТКА**

**о правилах поведения на водных объектах**

**Правила безопасного поведения на воде:**

·   Купайся только в специально оборудованных местах.

·   Не нырять в незнакомых местах.

·   Не заплывать за буйки.

·   Не приближаться к судам.

·   Не хватайте друг друга за руки и ноги во время игр на воде.

·   Не умеющим плавать необходимо купаться только в специально оборудованных местах глубиной не более 1,2 метра.

**Если тонет человек:**

·   Сразу громко зовите на помощь: «Человек тонет!».

·   Попросите вызвать спасателей и бригаду скорой помощи.

·   Бросьте тонущему спасательный круг или длинную веревку с узлом на конце.

·   Если хорошо плаваете, снимите одежду и обувь и вплавь доберитесь до тонущего. Заговорите с ним. Если услышите адекватный ответ, смело подставляйте ему плечо в качестве опоры и помогите доплыть до берега. Если же утопающий находится в панике, схватил вас и тащит за собой в воду, применяйте силу. Если освободиться от захвата вам не удается, сделайте глубокий вдох и нырните под воду, увлекая за собой спасаемого. Он обязательно отпустит вас. Если утопающий находится без сознания, можно транспортировать его до берега, держа за волосы.

**Правила оказания помощи при утоплении:**

1. Перевернуть пострадавшего лицом вниз, опустить голову ниже таза.

2. Очистить ротовую полость.

3. Резко надавить на корень языка.

4. При появлении рвотного и кашлевого рефлексов - добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка.

5. Если нет рвотных движений и пульса - положить на спину и приступить к реанимации (искусственное дыхание, непрямой массаж сердца). При появлении признаков жизни - перевернуть лицом вниз, удалить воду из легких и желудка.

6. Вызвать бригаду скорой помощи «03».