

Памятка о безопасности на природе

Приближается пора летних купаний, лодочных прогулок и туристских путешествий. Чтобы Ваш отдых был радостным и безопасным, соблюдайте правила поведения на воде.

Нужно помнить, что вода не прощает беспечность. Во избежание несчастных случаев, потери близких Вам людей и детей постарайтесь соблюдать следующие правила и меры безопасности на водах:

ОПАСНО КУПАТЬСЯ:

- в нетрезвом состоянии;
- в запрещённых и не установленных для этого местах;
- *не выходите в плавание на неисправной или необорудованной спасательными средствами лодке, не сидите на её бортах, не пересаживайтесь с места на место или из одной лодки в другую во время движения;
- купаться следует не ранее, чем через 1,5-2 часа после приёма пищи;
- лицам не умеющим плавать, НЕЛЬЗЯ пользоваться лодками, надувными средствами, другими предметами, необорудованными специальными приспособлениями для плавания;
- попав в сильное течение, не плывите против него, а старайтесь по течению приблизиться к берегу;
- оказавшись в водовороте, не теряйтесь. Наберите в лёгкие, как можно больше воздуха, погрузитесь в воду, сделайте резкий рывок в сторону по течению и всплывайте;
- при судорогах старайтесь изменить способ плавания, чтобы уменьшить нагрузку на освободившиеся мышцы и ускорить их расслабление;
- нельзя купаться в одиночку, в тёмное время суток, при сильных волнах;
- запутавшись в водорослях, не делайте резких движений и рывков, иначе ещё больше запутаетесь. Лучше лягте на спину и постарайтесь с помощью спокойных плавных движений выплыть в ту сторону, откуда приплыли. Если это не поможет, подтяните ноги и осторожно освободитесь от растений руками;
- не прыгайте в воду в местах с неизвестной глубиной и рельефом дна;
- не заплывайте за оградительные знаки и далеко от берега, рассчитывайте свои силы;
- при плавании на лодках не перегружайте и не раскачивайте их;

НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ДЕТЕЙ У ВОДОЁМОВ БЕЗ ПРИСМОТРА!!!

В лесу помните: от укусов клещей поможет защититься головной убор и одежда, закрывающая ноги и руки. Применяйте специальные средства по отпугиванию насекомых. Избегайте контакта с осами, пчелами, шмелями и

шершнями. Их укусы болезненны и могут вызвать аллергическую реакцию и даже нанести ребенку психологическую травму. Держите в аптечке средство для лечения укусов насекомых.