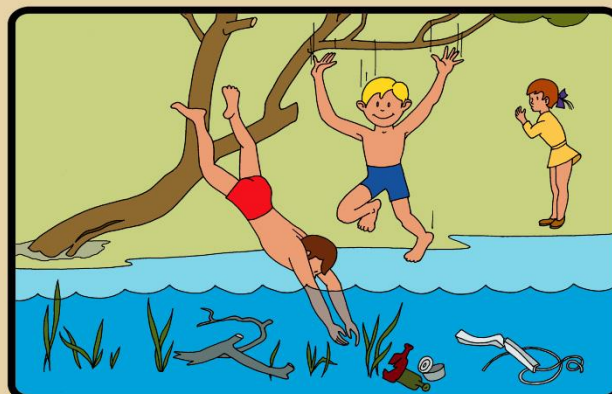




## КАК ВЕСТИ СЕБЯ НА ВОДЕ В ЛЕТНЕЕ ВРЕМЯ



**НЕ СТОЙ И НЕ ИГРАЙ В ТЕХ МЕСТАХ, ОТКУДА  
МОЖНО СВАЛИТЬСЯ В ВОДУ !**



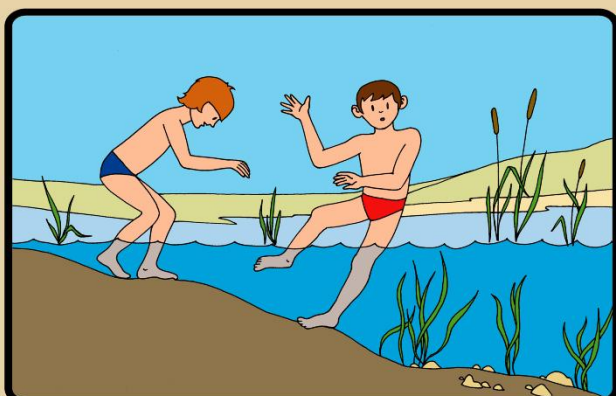
**НЕ НЫРЯЙТЕ В НЕЗНАКОМЫХ МЕСТАХ !  
НЕ ИЗВЕСТНО, ЧТО ТАМ МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ  
НА ДНЕ !**



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



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



**В ВОДЕ ИЗБЕГАЙТЕ ВЕРТИКАЛЬНОГО ПОЛОЖЕНИЯ.  
НЕ ХОДИТЕ ПО ИЛИСТОМУ И ЗАРОСШЕМУ  
ВОДОРОСЛЯМИ ДНУ.**



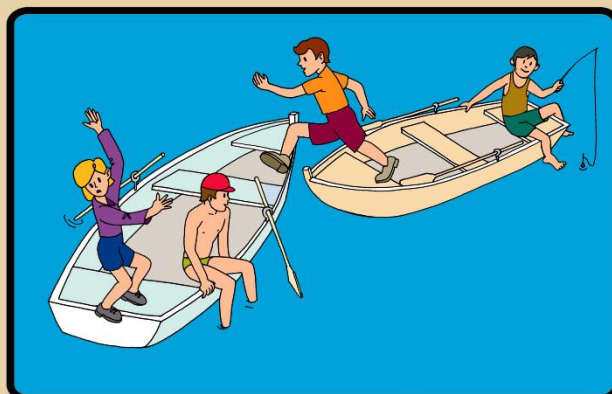
**НЕ БОРИТЕСЬ С СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ !  
ПЛЫВИТЕ ПО ТЕЧЕНИЮ ПОСТЕПЕННО ПРИБЛИЖАЯСЬ  
К БЕРЕГУ !**



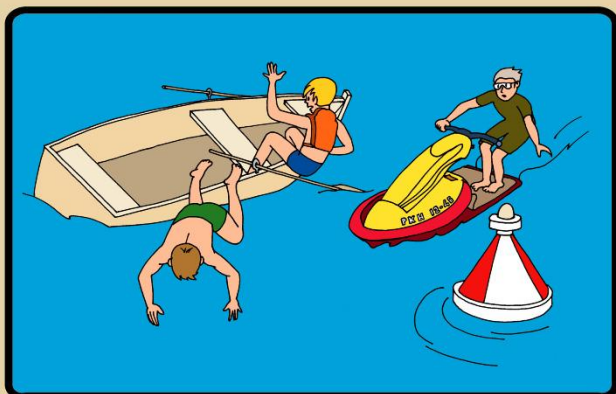
## ПРАВИЛА ПОЛЬЗОВАНИЯ ЛОДКАМИ И КАТЕРАМИ



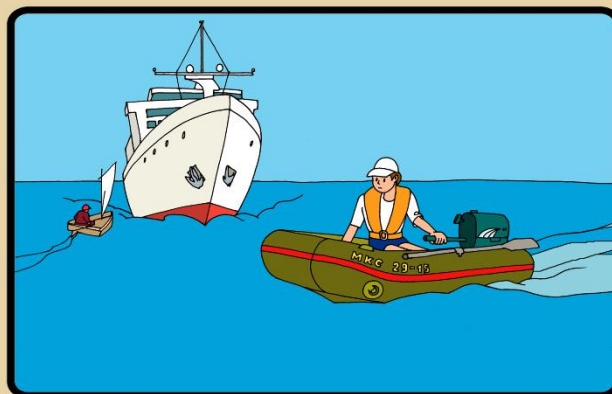
**НЕ ПЕРЕГРУЖАЙТЕ ЛОДКИ И КАТЕРА !  
НЕ ПОДСТАВЛЯЙТЕ БОРТ ЛОДКИ ВОЛНЕ !**



**НЕ МЕНЯЙТЕСЬ МЕСТАМИ ПРИ ДВИЖЕНИИ ЛОДОК  
И КАТЕРОВ !  
НЕ САДИТЕСЬ НА БОРТА И НЕ СТОЙТЕ НА СИДЕНЬЯХ !**



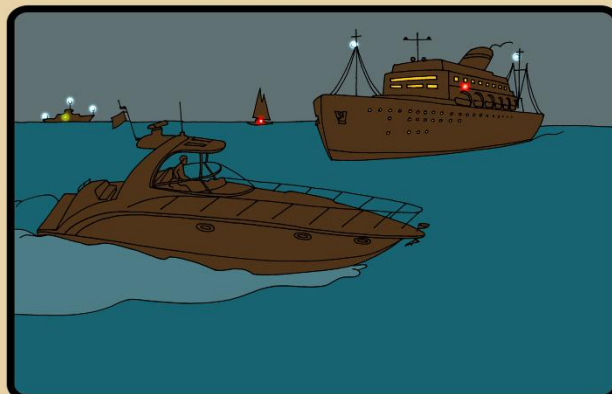
**НЕ ПРЫГАЙТЕ С БОРТОВ ЛОДОК И КАТЕРОВ !  
НЕ ПЫТАЙТЕСЬ УХВАТИТЬСЯ ЗА ТЕХНИЧЕСКИЕ  
СРЕДСТВА ОГРАЖДЕНИЯ, БУИ И ЗНАКИ !**



**НЕ ВЫХОДИТЕ НА СУДОВОЙ ХОД !  
НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К ПРОХОДЯЩИМ СУДАМ !  
НЕ ПЕРЕСЕКАЙТЕ КУРС ИДУЩИХ СУДОВ !**



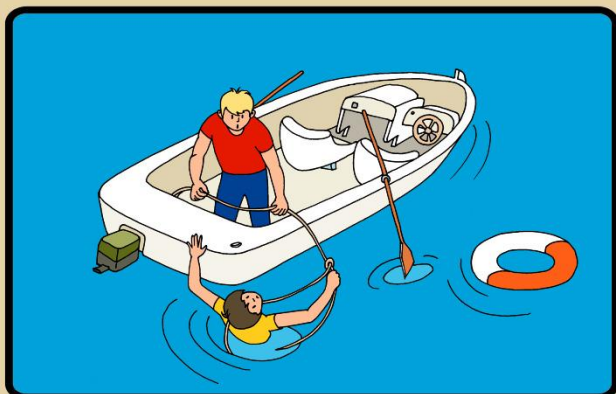
**НЕ КАТАЙТЕСЬ НА ЛОДКАХ, КАТЕРАХ И  
ГИДРОЦИКЛАХ В МЕСТАХ МАССОВОГО КУПАНИЯ  
НАСЕЛЕНИЯ !**



**НОЧЬЮ НА КАТЕРАХ И ЛОДКАХ ОБЯЗАТЕЛЬНО  
ВКЛЮЧИТЕ БЕЛЫЙ ФОНАРЬ !**



## ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ НА ВОДЕ



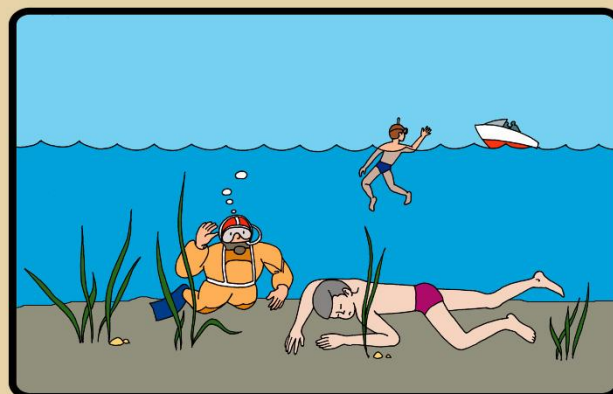
**ИСПОЛЬЗУЙТЕ ДЛЯ СПАСЕНИЯ ЛЮБЫЕ ПОДРУЧНЫЕ СРЕДСТВА !**



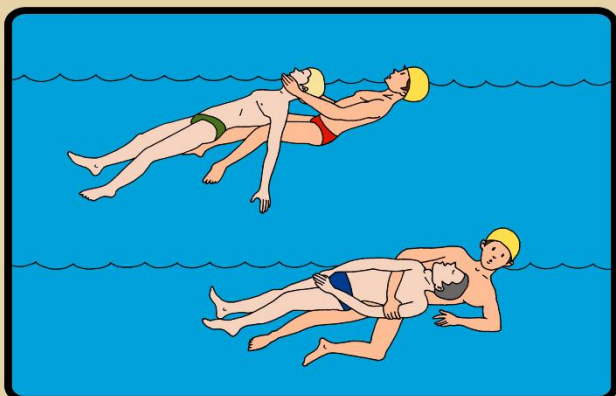
**НЕ ОТПЛЫВАЙТЕ ОТ ПЕРЕВЕРНУВШЕЙСЯ ЛОДКИ ДО ПРИЫТИЯ ПОМОЩИ !**



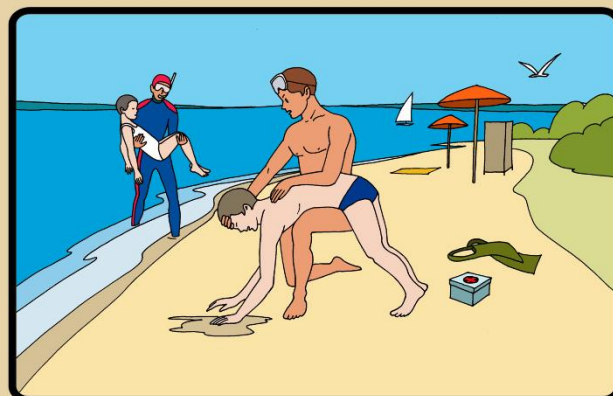
**ПОДНИМАЙТЕ ТОНУЩЕГО ИЗ ВОДЫ ТОЛЬКО С КОРМОВОЙ ЧАСТИ СПАСАТЕЛЬНОГО СРЕДСТВА !**



**НЕ ОСТАВЛЯЙТЕ ПОПЫТОК ДОСТАТЬ УТОНУВШЕГО СО ДНА.  
ЭТО НУЖНО ДЕЛАТЬ 10 МИНУТ С МОМЕНТА ЕГО ПОГРУЖЕНИЯ.**



**НЕ ДАВАЙТЕ УТОПАЮЩЕМУ СХВАТИТЬ ВАС.  
ПРИ БУКСИРОВКЕ УТОПАЮЩЕГО СЛЕДИТЕ ЗА ТЕМ,  
ЧТОБЫ ЕГО ГОЛОВА ВСЕ ВРЕМЯ НАХОДИЛАСЬ НАД ВОДОЙ.**

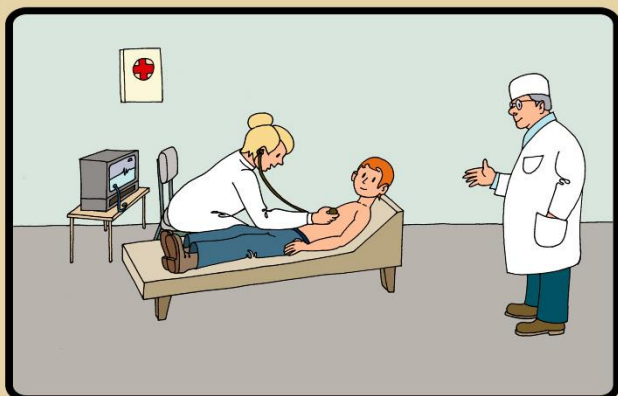


**ДОСТАВИВ ПОСТРАДАВШЕГО НА БЕРЕГ ОЧИСТИТЕ ЕМУ ПОЛОСТЬ РТА И УДАЛИТЕ ВОДУ ИЗ ДЫХАТЕЛЬНЫХ ПУТЕЙ, ЛЕГКИХ И ЖЕЛУДКА.**

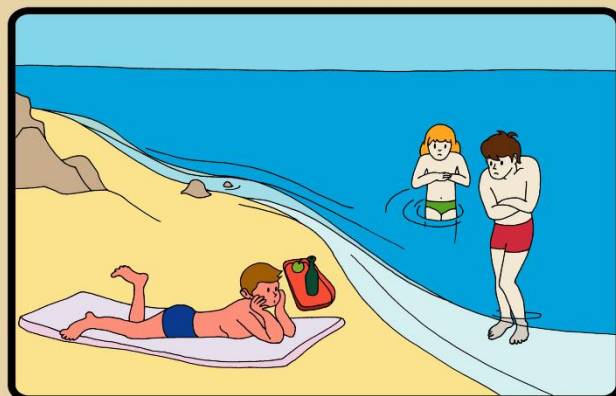
© Авторы:  
Филоненко Е. Н.  
Макаров В. В.  
Максименков Г. И.



# ЧТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ КАЖДЫЙ ШКОЛЬНИК О МЕРАХ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ КУПАНИИ



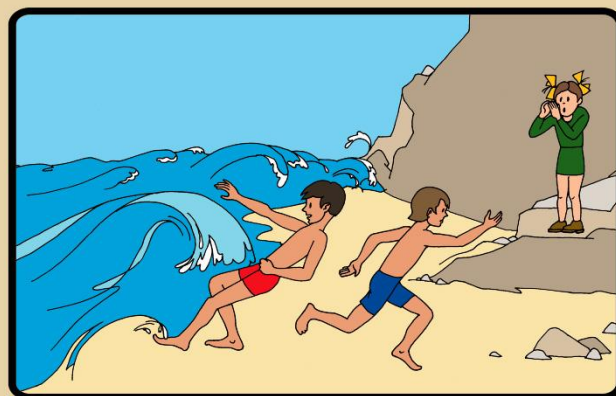
**ПЕРЕД КУПАЛЬНЫМ СЕЗОНОМ ОБЯЗАТЕЛЬНО  
ПОСЕТИТЕ ВРАЧА !**



**НЕ ПЕРЕОХЛАЖДАЙТЕСЬ И НЕ ПЕРЕГРЕВАЙТЕСЬ !  
ПОСЛЕ ПРИЕМА ПИЩИ СДЕЛАЙТЕ ПЕРЕРЫВ 1,5 -  
- 2 ЧАСА !  
НЕ КУПАЙТЕСЬ ПРИ ТЕМПЕРАТУРЕ : воды - ниже 18°  
воздуха - ниже 22°**



**КУПАЙТЕСЬ ТОЛЬКО В РАЗРЕШЕННЫХ МЕСТАХ,  
НА БЛАГОУСТРОЕННЫХ ПЛЯЖАХ !**



**НЕ КУПАЙТЕСЬ В ШТОРМОВУЮ ПОГОДУ !  
БЕРЕГИТЕСЬ ВОЛНЫ !**



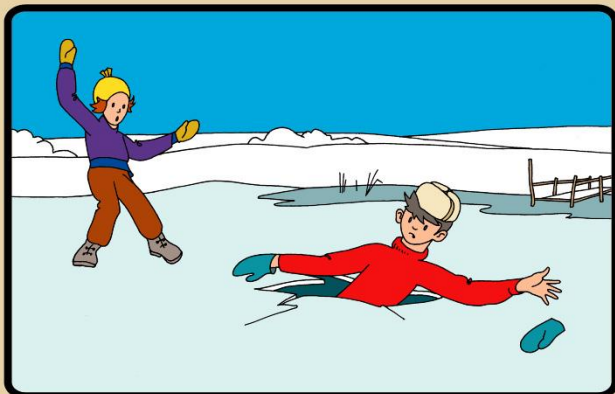
**НЕ КУПАЙТЕСЬ У КРУТЫХ ОБРЫВИСТЫХ БЕРЕГОВ  
С СИЛЬНЫМ ТЕЧЕНИЕМ, В ЗАБОЛОЧЕННЫХ И  
ЗАРОСШИХ РАСТИТЕЛЬНОСТЬЮ МЕСТАХ !**



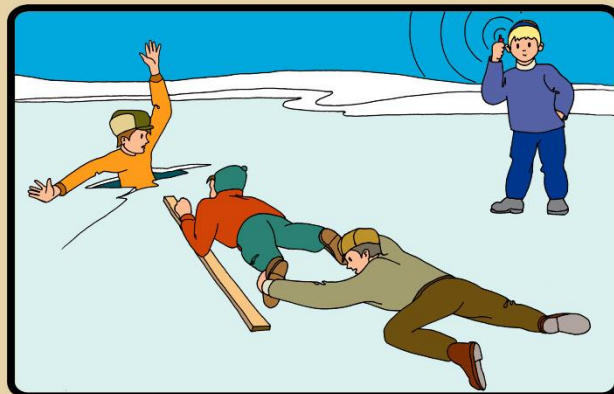
**НЕ ПОДПЛЫВАЙТЕ К ПРОХОДЯЩИМ СУДАМ.  
НЕ ВЗБИРАЙТЕСЬ НА ТЕХНИЧЕСКИЕ  
ПРЕДУПРЕДИТЕЛЬНЫЕ ЗНАКИ !**



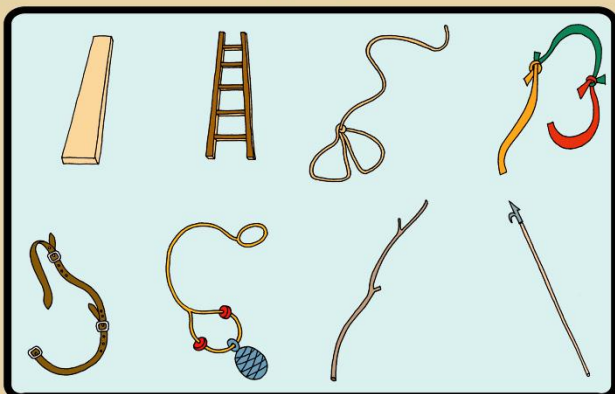
## ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ НА ЛЬДУ



**НЕ ПОДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ ! НЕ КРИЧИТЕ , НЕ ЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ , БЕРЕГИТЕ СИЛЫ ! НАПОЛЗАЙТЕ НА ЛЕД С ШИРОКО РАССТАВЛЕННЫМИ РУКАМИ. ДЕЛАЙТЕ ПОПЫТКИ ЕЩЕ ЕЩЕ.**



**ПРИ СПАСЕНИИ ДЕЙСТВУЙТЕ БЫСТРО, РЕШИТЕЛЬНО, НО ПРЕДЕЛЬНО ОСТОРОЖНО. ГРОМКО ПОДБАДРИВАЙТЕ СПАСАЕМОГО. ПОДАВАЙТЕ СПАСАТЕЛЬНЫЙ ПРЕДМЕТ С РАССТОЯНИЯ 3-4 МЕТРА.**



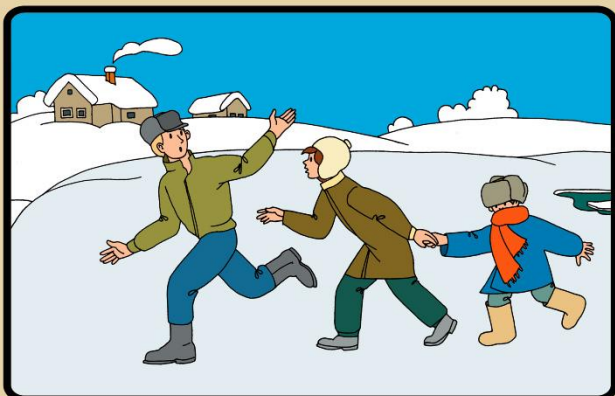
### СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

ДОСКА  
ЛЕСТНИЦА  
ВЕРЕВКА С ПЕТЛЯМИ НА КОНЦАХ  
СВЯЗАННЫЕ ШАРФЫ

СВЯЗАННЫЕ РЕМНИ  
КОНЕЦ АЛЕКСАНДРОВА  
БОЛЬШАЯ ВЕТКА  
БАГОР



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



**ВЫБРАВШИСЬ ИЗ ПРОРУБИ СНИМИТЕ, ТЩАТЕЛЬНО ОТОЖМИТЕ И СНОВА НАДЕНЬТЕ ОДЕЖДУ. БЕГОМ СЛЕДУЙТЕ К БЛИЖАЙШЕМУ НАСЕЛЕННОМУ ПУНКТУ. ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЕЙ ИЛИ «СКОРУЮ».**



**НЕ ДОПУСКАЙТЕ ОБМОРОЖЕНИЯ И ЗАМЕРЗАНИЯ. ПРИЗНАКИ ОБМОРОЖЕНИЯ - ПОБЛЕДНЕНИЕ КОЖИ И ПОТЕРЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ НА ПОБЛЕДНЕВШЕМ УЧАСТКЕ. СОВЕТ - ПЛАВНО РАСТИРАЯ ОБМОРОЖЕННЫЙ УЧАСТОК РУКОЙ ИДИТЕ ДОМОЙ. СНЕГОМ НЕ РАСТИРАТЬ ! ПРИЗНАКИ ЗАМЕРЗАНИЯ - ОЗНОБ, ВЯЛОСТЬ, ЧУВСТВО УСТАЛОСТИ, ТЯГА КО СНУ. СОВЕТ - ПОЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ ДРУЗЕЙ И БЕГОМ С НИМИ ДОМОЙ.**



## СОВЕТЫ ЛЮБИТЕЛЯМ ЗИМНЕЙ РЫБАЛКИ



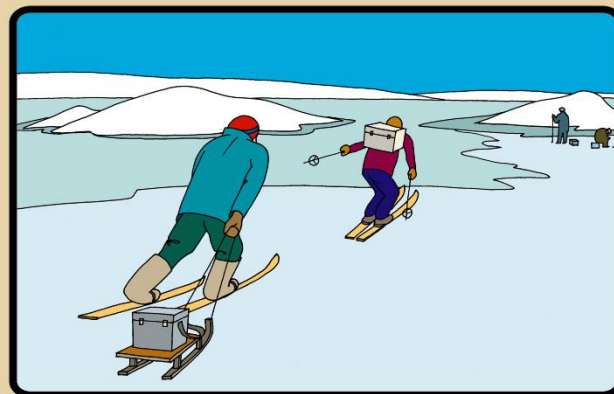
**ВО ВРЕМЯ ЗИМНЕЙ РЫБАЛКИ ДУМАЙТЕ ПРЕЖДЕ ВСЕГО О БЕЗОПАСНОСТИ И ТОЛЬКО ПОТОМ ОБ УЛОВЕ !**



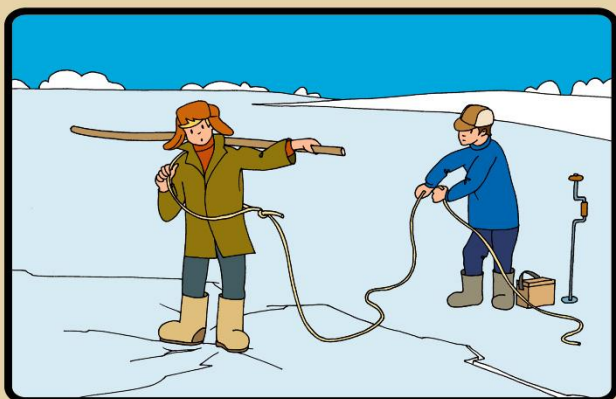
**ПЕРЕДВИГАЯСЬ ПО ЛЬДУ БУДЬТЕ ВСЕГДА ГОТОВЫ НЕМЕДЛЕННО ОСВОБОДИТЬСЯ ОТ ГРУЗА !**



**ВСЕГДА ИМЕЙТЕ ПОД РУКОЙ ВЕРЕВКУ 12-15 МЕТРОВ. ДЕРЖИТЕ РЯДОМ С ЛУНККОЙ ДОСКУ ИЛИ БОЛЬШУЮ ВЕТКУ.**



**ОСТОРОЖНО ! ЛЕД МЕЖДУ ОСТРОВАМИ И ПЛЕСАМИ ОПАСЕН ВСЕГДА ! НЕ ЛОВИТЕ РЫБУ ДАЛЕКО ОТ БЕРЕГА , КАКОГО БЫ КЛЕВА ТАМ НЕ БЫЛО.**



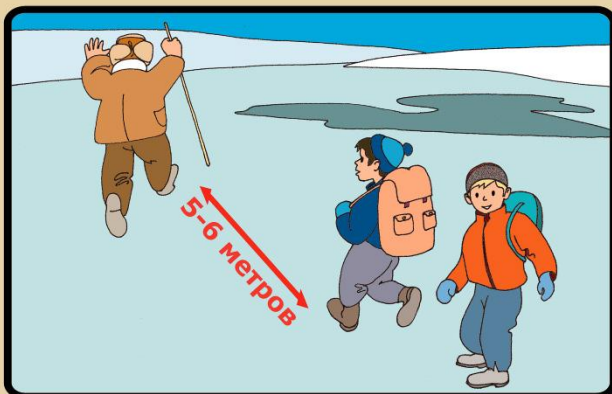
**ПРИ КРАЙНЕЙ НЕОБХОДИМОСТИ ПРОХОДИТЕ ОПАСНЫЕ МЕСТА ТОЛЬКО СО СТРАХОВКОЙ ! ПЕРЕДВИГАЙТЕСЬ СКОЛЬЗЯЩИМ ШАГОМ !**



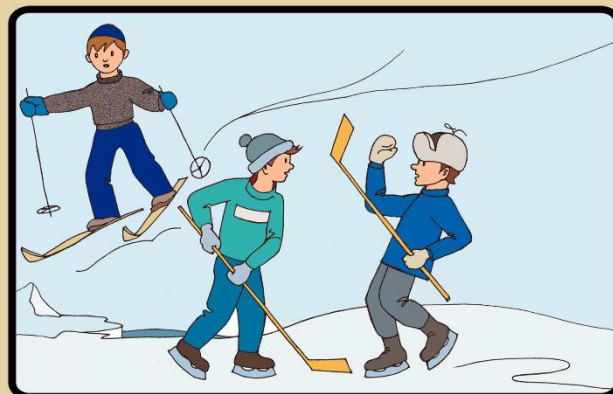
**НЕ ПРЫГАЙТЕ НА ОТОРВАВШУЮСЯ ЛЬДИНУ. ОНА МОЖЕТ НЕ ВЫДЕРЖАТЬ ВАШ ВЕС И ПЕРЕВЕРНУТЬСЯ.**



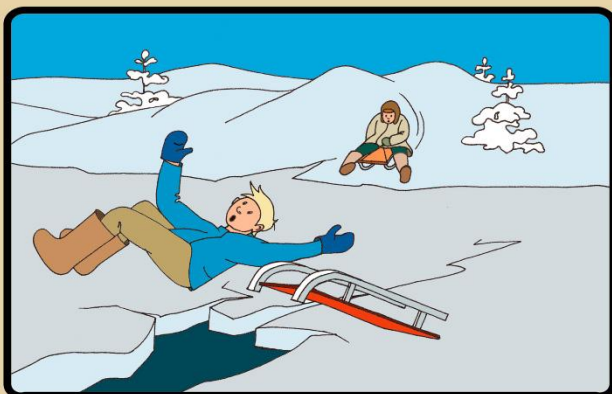
## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



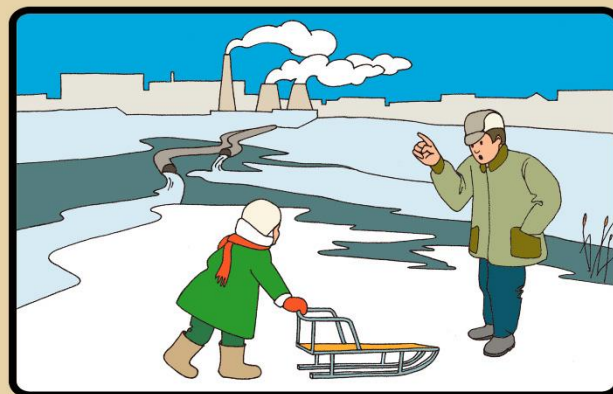
**НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЕД В ОДИНОЧКУ !  
НЕ ПРОВЕРЯЙТЕ ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА НОГАМИ !  
БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ ,ОСТОРОЖНЫ И ГОТОВЫ  
В ЛЮБУЮ МИНУТУ К ОПАСНОСТИ !**



**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ !  
ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ПОЛЫНИИ ,ТРЕЩИНЫ  
ИЛИ ЛУНКИ !**



**ВНИМАНИЕ ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД СНЕГОМ  
МОГУТ БЫТЬ ГЛУБОКИЕ ТРЕЩИНЫ И РАЗЛОМЫ.**



**ОСТОРОЖНО ! В ЭТИХ МЕСТАХ ДАЖЕ ПОСЛЕ  
СИЛЬНЫХ МОРОЗОВ СЛАБЫЙ ЛЕД !**



**ВНИМАНИЕ ! ЕСЛИ ПОД ВАМИ ЗАТРЕЩАЛ ЛЕД И  
ПОЯВИЛИСЬ ТРЕЩИНЫ НЕ ПУГАЙТЕСЬ И НЕ  
БЕГИТЕ ОТ ОПАСНОСТИ !  
ПЛАВНО ЛОЖИТЕСЬ НА ЛЕД И ПЕРЕКАТЫВАЙТЕСЬ  
В БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО !**



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