О мерах безопасности при купании в оборудованных инеоборудованных местах

Государственные учреждения МЧС России

|  |
| --- |
|  |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийныхбедствий |
| 01.07.202217:07 |
| **Омерах безопасности при купании в оборудованных и необорудованныхместах** |
|  |
| Памятка омерах безопасности при купании в оборудованных и необорудованныхместах  Не допускается:  • Купание в необорудованных и запрещенных для купания водоемах;  • Одиночное, без контроля взрослых, купания детей и простонахождение их у водоема;  • Использование средств, не разрешенных для купания, таких какнадувные матрасы, автомобильные камеры и т.д.;  • Категорически запрещается проведение любых мероприятий на водевне пределов видимости и без обеспечения средствами сигнализации,оповещения и связи.  Безопасное место для купания - это специально оборудованное дляэтой цели купальня (пляж), который должен отвечать следующимтребованиям:  • Береговая территория места купания должна отвечатьсанитарно-эпидемиологическим требованиям;  • В местах купания не должно быть выхода грунтовых вод с низкойтемпературой;  • Не должно быть водоворотов и воронок, скорость течения воды недолжна превышать 0,5 м/сек;  • Границы акватории в местах купания должны быть с глубиной 1,3метра;  • На каждом пляже должно быть выделено и ограждено место длякупания детей;  • Глубина в месте купания детей не должна превышать 1,2 метра;  • На пляжах предназначенных для купания, должны располагаться,туалеты, раздевалки, урны для мусора, зонтики.  • При возникновении Чрезвычайных ситуаций, следует немедленнообратиться на спасательные посты расположенные на пляже, либо потелефону 101, а с сотового тел. 112.  Оказание первой помощи при возникновении судорог:  • Кисти руки - нужно быстро и с силой сжать пальцы в кулак, сделатьрезкое, отбрасывающее движение рукой в наружную сторону и разжатькисть.  • Икроножной мышцы - необходимо вдохнуть побольше воздуха,согнуться, двумя руками взять свою пострадавшую стопу за носок исильно потянуть на себя, при этом ногу в колене не сгибать.   • Мышцы бедра - схватить пораженную ногу с наружной стороныниже голени у лодыжки (под подъем) и, согнув ногу в колене,потянуть и прижать пятку ноги к ягодице. Чем выше и сильнее, темлучше.  • Если озноб ощущается длительное время, нужно выйти из воды исогреться.  Нельзя прыгать или бросаться в воду после длительного пребывания насолнцепеке или после большой физической нагрузки. В воду нужновходить постепенно. |
| Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий© 2025 |