**БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ НА ВОДЕ В АВГУСТЕ**

 Жизнь на водоёмах в преддверии осеннего период не затихает. Но такой вид отдыха таит в себе немало опасностей. В августе температура воды понижается. В случае если человек окажется в воде, намокшая одежда тут же потянет его вниз. А холодная вода будет сковывать движения. Спасти в такой ситуации бывает довольно трудно. Помните, что основными причинами гибели людей на воде является **грубое нарушение правил безопасности, купание в неустановленных местах, а также купание в нетрезвом состоянии**. Умение хорошо плавать не всегда является залогом безопасности. Одной из главных причин потопления является судорога. Эту реакцию организма вызывает резкий перепад температур, поэтому особенно небезопасно купаться в жару либо после физических нагрузок. Никогда не купайтесь в одиночку! Рядом с вами всегда должен быть кто-нибудь, чтобы в случае необходимости оказать помощь.

Чтобы избежать беды, необходимо строго соблюдать ряд простых правил поведения на воде:

- если Вы оказались в воде на сильном течении, не пытайтесь плыть навстречу течению. Нужно плыть по течению, но так, чтобы постепенно приближаться к берегу;

 - если попали в водоворот, не пугайтесь, наберите побольше воздуха, нырните и постарайтесь резко свернуть в сторону от него;

- если свело судорогой мышцы, ложитесь на спину и плывите к берегу, постарайтесь при этом растереть сведенные мышцы. Основные правила безопасного поведения на воде

- когда купаетесь, поблизости должны быть люди;

- нельзя употреблять спиртные напитки, находясь вблизи воды;

- не заходите на глубокое место, если не умеете плавать или плаваете плохо;

- не ныряйте в незнакомых местах;

- не заплывайте за буйки;

- нельзя выплывать на судовой ход и приближаться к судну;

- не устраивайте в воде игр, связанных с захватами;

- если плохо плаваете не следует плавать на надувных матрасах и камерах;

- не пытайтесь плавать на бревнах, досках, самодельных плотах;

- если Вы решили покататься на лодке, выучите основные правила безопасного поведения в этом случае;

- необходимо уметь правильно управлять своими возможностями.

 - Не менее опасно нырять с плотов, катеров, лодок, пристаней и других плавучих сооружений. Под водой могут быть бревна - топляки, сваи, рельсы, железобетон и пр. Нырять можно лишь в местах, специально для этого оборудованных.

Нельзя купаться у крутых, обрывистых и заросших растительностью берегов. Здесь склон дна может оказаться очень засоренным корнями и растительностью. Иногда песчаное дно бывает зыбучим, что опасно для не умеющих плавать.

Если находясь на водоёме, вы попали в беду, звоните по единому телефону спасения 112.

С Уважением!

инспекторский состав Минусинского инспекторского состава ГИМС