**Безопасное поведение на воде**

К сожалению, летний купальный сезон приносит нам не только радость, но и печальную статистику гибели на воде. На сегодняшний день в Красноярском крае по данным государственной инспекции по маломерным судам (ГИМС) с начала купального сезона произошло 14 происшествий на водоемах, утонуло 13 человек, из них 2 детей, спасено 11 человек. Главной причиной возникновения несчастных случаев на воде можно назвать незнание простейших правил поведения на воде:

Купаться можно только в специально оборудованных местах: пляжах, бассейнах, купальнях. Не следует входить в воду в состоянии алкогольного опьянения, так как алкоголь блокирует нормальную деятельность головного мозга.

Нужно помнить, что в воде можно находиться не более 10-15 минут. В случае переохлаждения тела могут возникнуть судороги. В этом случае нужно уколоть человека острым предметом (булавкой, щепкой, острым камнем и др.).

Не заплывать далеко, т.к. можно не рассчитать своих сил. Почувствовав усталость, не надо теряться и стремиться, как можно быстрее доплыть до берега. Нужно «отдыхать» на воде. Для этого обязательно научитесь плавать на спине. Перевернувшись на спину и поддерживая себя на поверхности легкими движениями рук и ног, вы сможете отдохнуть;

Если захватило течением, не пытайтесь с ним бороться. Надо плыть вниз по течению, постепенно, под небольшим углом, приближаясь к берегу. Не теряться, даже если попали в водоворот. Необходимо набрать побольше воздуха в легкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону, всплыть;

Маленькие дети всегда должны быть под присмотром, так как они могут оступиться, упасть, захлебнуться водой или попасть в яму.

**И помните, ваша безопасность в ваших руках! Соблюдайте элементарные правила поведения на воде, и вы сохраните жизнь себе и своим близким! В случае чрезвычайного происшествия звоните по телефону-112**

Канский инспекторский участок ГИМС