

Если Вам плохо,  
Вы не знаете к кому обратиться,  
Вас не понимают,

ТО ПОЗВОНИТЕ ПО

ТЕЛЕФОНАМ ДОВЕРИЯ:

8-800-200-01-22

8-395-222-93-28

8-395-232-48-90

112

Конфиденциальность и бесплатность—два  
основных принципа работы телефона доверия, вы  
можете получить экстренную психологическую  
помощь

Областное государственное казённое учреждение  
социального обслуживания «Центр социальной  
помощи семье и детям «Радуга» Братского района»

г. Вихоревка, ул. Ленина 31

т. 8 (3953) 40 – 05 - 85

т. 8 (3953) 40-57-10

® 2024 г.

Областное государственное казённое  
учреждение социального обслуживания  
«Центр социальной помощи семье и детям «Радуга»  
Братского района»



***Вода, вода!  
Ах как рада детвора...***



Уважаемые родители и ребята, хотим вам еще раз напомнить о том, что дети на природе, особенно рядом с водоёмами, должны быть под присмотром взрослых.

#### ***Запрещено:***

- купаться в местах, специально не оборудованных для этих целей, в том числе у плотин, в карьерах, котлованах и т.д.;
- подплывать близко к проходящим гидроциклам, катерам, лодкам, катамаранам;
- прыгать в воду с лодок и других плавательных средств;
- нырять с крутых и высоких берегов;
- купаться в темное время суток;
- купаться в водоёмах с сильным течением;
- долго находится в воде, чтобы не допустить переохлаждения, которое может вызвать судороги, остановку дыхания или потерю сознания;
- плавать на самодельных плотках или других плавательных средствах.

Помните, что ваша безопасность зависит от вас и вашего разумного отношения к рекомендациям.

Вы знаете, как выглядит тонущий человек?  
Отметьте галочкой да / нет

◆ Машет руками?

да \_\_\_\_\_ нет \_\_\_\_\_

◆ Кричит?

да \_\_\_\_\_ нет \_\_\_\_\_

◆ Зовёт на помощь?

да \_\_\_\_\_ нет \_\_\_\_\_

◆ Поднимает вокруг себя фонтан брызг?

да \_\_\_\_\_ нет \_\_\_\_\_

◆ Хватается за окружающих и пытается выбраться из воды?

да \_\_\_\_\_ нет \_\_\_\_\_



Тонущий человек не машет руками над водой. Организму хватает сил только на судорожный короткий вдох. В моменты утопления тело движется по принципу поплавка: принимает вертикальное положение, периодически уходит под воду и снова появляется на поверхности. За этот короткий момент времени невозможно позвать на помощь. Во время утопления человек двигается, но остается на месте и никуда не плывет. Брызги не летят от него во все стороны.

#### ***Какие признаки могут означать, что у вас на глазах тонет человек?***

- Голова погружена в воду, а рот находится у самой ее поверхности
- Голова откинута назад, рот открыт
- Глаза закрыты, либо "стеклянные", пустые, взгляд не фокусируется
- Волосы закрывают лоб или глаза
- Человек держится в воде в вертикальном положении, не совершая движений ногами
- Дыхание частое и поверхностное, человек хватается ртом воздух
- Возможны попытки плыть в определенном направлении, но они безуспешны
- Человек пытается перевернуться на спину,
- Вам кажется, будто человек карабкается по веревочной лестнице

Человек может тонуть даже касаясь ногами дна.