

## **Безопасность на воде. Правила безопасности на воде.**

Плавание и другие водные процедуры способствуют укреплению иммунитета и физическому развитию. А отдых в летний период на водоеме будет полезным вдвойне. Свежий воздух и теплое солнышко в разумных количествах не могут навредить. Но глубокий водоем – это еще и зона повышенной опасности. Чтобы отдых не превратился в трагедию, стоит соблюдать меры предосторожности.

### **Основные правила.**

Открывать купальный сезон можно лишь тогда, когда температура воды достигает 20 градусов по Цельсию. Многие проблемы случаются из-за судорог. В холодной воде мышцы сокращаются, человек поддается панике и не может добраться до берега. К сожалению, утонуть по причине судороги можно и на маленькой глубине.

Для купания стоит отдавать предпочтение проверенным водоемам. Лучше, если это будет специально оборудованный пляж с буйками и ограждениями. Здесь обязательно должны работать спасатели, которые смогут своевременно прийти на помощь. Такие пляжи, как правило, платные. Но за свою безопасность лучше заплатить.

Безопасность на воде не может быть обеспечена в полной мере на диких пляжах. Дно здесь не обследовано специальными службами. Это означает, что водоем может быть заполнен густыми водорослями. Опасность будут представлять также водовороты и подводные течения. Выбраться из них не всегда представляется возможным. Поэтому тем, кто все же решил отдохнуть на диком пляже, не стоит заплывать далеко от берега. Такие водоемы хорошо подойдут только лишь для прогулок на лодке.

### **Алкоголь и водоем.**

С наступлением первых же теплых дней многие собираются компаниями и отправляются отдыхать на природу. В первую очередь выбираются места возле водоемов. Свежий лесной воздух и солнышко прекрасно поднимают настроение. Но некоторым этого оказывается недостаточно. Разве можно себе представить отдых на природе без употребления спиртных напитков? А ведь именно алкоголь является причиной большинства несчастных случаев.

Безопасность на воде не может быть обеспечена, если человек предварительно употреблял спиртные напитки. Алкоголь блокирует нормальную деятельность головного мозга. То, что испугает трезвого, пьяному покажется сущим пустяком. Кроме того, алкоголь приводит к расширению кровеносных сосудов. А при попадании в холодную воду стенки сосудов, наоборот, сужаются. Такой резкий перепад может привести к потере сознания или даже кровоизлиянию.

Территориальный отдел по Петроградскому району  
УГЗ ГУ МЧС России по г. Санкт-Петербургу  
ГКУ «ПСО Петроградского района»  
ФКУ «Центр ГИМС по г. Санкт-Петербургу»