**Правила поведения на водоемах осенью**

Группа патрульной службы (по Ленинскому району) Центра ГИМС Главного управления МЧС России по ЕАО в целях предупреждения несчастных случаев в осенний период на реках и водоемах убедительно просит граждан соблюдать правила поведения на воде.

Осень – любимая пора любителей рыбной ловли, охоты на водоплавающую дичь. Но такой вид отдыха таит в себе немало опасностей. Осенью температура воды составляет всего 7-8 градусов. 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.

Следует помнить, что охлаждение организма в воде протекает интенсивнее, чем на воздухе, поскольку теплопроводность воды в 27 раз выше, чем воздуха. Наряду с переохлаждением причиной смерти в холодной воде может стать холодовой шок. Он возникает в момент внезапного попадания в холодную воду, что приводит к спазмам дыхательных путей.

**ПРИ ПОПАДАНИИ В ХОЛОДНУЮ ВОДУ**

**Запрещается:**

Проводить интенсивное отогревание, использовать алкоголь, растирать человека, поскольку это приводит к притоку холодной крови с периферии к внутренним органам и головному мозгу, которые будут продолжать охлаждаться. Согревание должно идти от центра к периферии.

Любителям самостоятельного отдыха на осенних водоёмах, где есть вероятность вашего попадания в воду, рекомендовано побеспокоиться о:

-специальной термо-гидростойкой одежде;

-мобильном телефоне, с которого сможете вызвать службу спасения;

-о наличии горячего сладкого чая или кофе и сменной тёплой одежде.

**Информация предоставлена Группой патрульной службы**

**(по Ленинскому району) Центра ГИМС**

**Главного управления МЧС России по ЕАО**