

Правила безопасного поведения на водоемах в холодное время года.

*1. Осенний лёд до наступления устойчивых морозов обычно не прочен. Ещё быстрее ледяной покров разрушается весной его подтачивает снизу усиливающее течение.

2. Переправляться по льду в это время нельзя!!!



* 3. Безопасный переход по льду возможен при толщине льда не $< 7\text{см}$, причём люди должны идти на расстоянии 5-6 метров друг от друга. Такую же дистанцию надо соблюдать при встречном движении.

4. Если собралась группа из 4-5 человек, то передвигаться можно по льду, толщина которого не $< 15\text{см}$.



Во время движения группы по льду соблюдайте дистанцию 5-6 м.

*5. Опасно выходить на лёд при оттепели. Не следует спускаться на лёд в незнакомых местах, особенно с обрывов.



* 6. При движении по льду следует быть осторожным, внимательно следить за поверхностью льда, обходить опасные и подозрительные места. Особенно осторожным нужно быть в местах, где быстрое течение, вблизи выступающих на поверхность кустов, осоки, травы, где ручьи впадают в водоёмы, выходят родники и вливаются тёплые сточные воды промышленных предприятий, где ведётся заготовка льда и т.п. Следует остерегаться площадок, покрытых толстым слоем снега - под снегом лёд всегда тоньше, чем на открытом месте.



- * 7. Проверять толщину льда ударом ноги категорически запрещено!
- * - Ударами можно проверять прочность льда лишь с помощью пешни или палки.
- * - Если после первого удара лёд пробивается и на нём появляется вода, нужно немедленно остановиться и идти обратно по следам.
- * - Первые шаги на обратном пути надо делать не отрывая подошвы от льда.



*8. Пользоваться на водоемах площадками для катания на коньках разрешается после тщательной проверки прочности льда, толщина которого должна быть не менее 12 см, а при массовом катании - не менее 25 см. Опасно ходить и кататься на льду в ночное время и особенно в незнакомых местах .



- *9. В случае провала льда под ногами надо действовать быстро и решительно, одновременно призывая на помощь.



Не погружаться в воду
с головой



Не паниковать,
позвать на помощь



Выбираться в сторону,
с которой произошло
падение



Не отдыхая,
бежать к близкому
жилью



Проползти
3-4 метра по
своим следам



Забросить на лед
ногу, откатиться
от полыньи



Наползать на лед,
раскинув руки
в стороны

* Падение в полынь: Может случиться так, что в этот момент поблизости никого не окажется и вам придется выбираться самостоятельно. Ваши действия: 1. Не паникуйте. Дышите как можно глубже и медленнее. 2. Делайте ногами непрерывные движения так, словно вы крутите педали велосипеда. 3. Не пытайтесь сразу выбраться на лед. Вокруг полыни лед очень хрупкий и не выдержит тяжести вашего тела. 4. Продвигайтесь в ту сторону, откуда пришли или до ближайшего берега, кроша на своем пути ледяную кромку руками. 5. Как только лед перестанет ломаться под вашими ударами, положите руки на лед, протянув их как можно дальше, и изо всех сил толкайтесь ногами, стараясь придать туловищу горизонтальное положение. 6. Не опирайтесь на лед всей тяжестью тела: он может снова провалиться, и вы с головой окунетесь в воду. 7. Постарайтесь добиться того, чтобы ваше тело оказалось вровень со льдом. После этого наползайте на лед, продолжая отталкиваться ногами и помогая себе руками. 8. Выбравшись на лед, распластайтесь на нем и ползите вперед, не пытаясь подняться на ноги. 9. Ближе к берегу, где лед крепче, повернитесь на бок и перекатывайтесь в сторону берега. 10. Выбравшись на берег, не останавливайтесь, чтобы не замерзнуть окончательно. Бегом добирайтесь до ближайшего теплого помещения.

*

9. подручные средства. В экстренных ситуациях для оказания помощи утопающему могут быть использованы подручные средства: бревна, шесты, лыжи, щиты, веревки, брючные ремни, личная одежда и др.



* Полезные советы: • Никогда не ступайте на лед, если вы не убеждены, что он достаточно крепок. • Помните, что лед крепче у берега; его толщина уменьшается на большой глубине по мере удаления от берега, а также в тех местах, где есть растительность или быстрое течение. • Крепость льда зависит также от температуры воздуха. Днем он не такой прочный, как утром и вечером.



- * • Передвигаясь по льду, обходите темные пятна: здесь лед очень хрупкий. • Во время движения по льду следует обходить участки, покрытые толстым слоем снега, места, где быстрое течение, родники, выступают на поверхность кусты, трава, впадают в водоем ручьи и вливаются теплые сточные воды промышленных предприятий, ведется заготовка льда и т.п.



- * Первая помощь провалившемуся под лед включает следующие этапы: 1. Оценка обстановки и ее опасности для оказывающего помощь. 2. Прекращение действия травмирующего фактора (извлечение пострадавшего из полыньи (проруби)). 3. Оценка состояния пострадавшего. 4. Оказание медицинской помощи. 5. Доставка пострадавшего в лечебное учреждение.



Выбравшись на берег, снимите и тщательно отожмите одежду. Бегом следуйте к ближайшему населенному пункту. Вызовите спасателей или скорую помощь.



Будьте внимательны и осторожны!

