

Памятка населению о правилах поведения на льду

Не соблюдение правил безопасности на водных объектах в осенне-зимний период часто становится причиной гибели и травматизма людей. Осенний лед, до наступления устойчивых морозов, непрочен. Основным условием безопасного пребывания человека на льду является соответствие толщины льда прилагаемой нагрузке: - безопасная толщина льда для одного человека не менее 10 см; - безопасная толщина льда для совершения пешей переправы 15 см и более; — безопасная толщина льда для проезда автомобилей не менее 30 см.

Правила поведения на льду

Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь). - Безопаснее всего выходить на берег и спускаться в местах, где лед виден и не покрыт снегом. - Замерший водоем лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж должны быть расстегнуты, чтобы при необходимости их можно было сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук. - Если есть рюкзак или ранец, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалился. - Не выходите на лед в одиночку. Ходить лучше компанией по 2-3 человека. Не ходите и не катайтесь на льду в незнакомых местах, особенно в ночное время. - Внимательно слушайте и следите за тем, как ведет себя лед. - Не следует ходить рядом с трещинами или по участку льда, отделенному от основного массива несколькими трещинами. - Необходимо быстро покинуть опасное место, если из пробитой лунки начинает бить фонтаном вода. - Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды — это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин. - Выходя на лед, необходимо одеть легкую и

теплую одежду, не стесняющую движение, а также обувь, без особых усилий снимающуюся с ног, и два полиэтиленовых пакета, а также следующее снаряжение: 2-3 метровый шест; веревка (не менее 15-25 метров); «спасалки» — это устройства, похожие на толстое шило и висящие на груди. Воткнув их в лёд, можно подтянуться и выбраться из воды.

Если Вы провалились под лед

Каждая секунда пребывания в воде работает против вас — пребывание в ледяной воде 10-15 минут опасно для жизни. Однако нужно помнить, что даже плохо плавающий человек способен некоторое время удержаться на поверхности за счет воздушной подушки, образовавшейся под одеждой. - Провалившись под лед, широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой. Постарайтесь избавиться от лишних тяжестей. - Если есть кто-то рядом, позовите на помощь. - Если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не увлекает Вас под лед. - Не делайте резких движений и не обламывайте кромку. - Если достаете ногами до противоположного края провала, примите горизонтальное положение, упираясь в него ногами, вытащите на лед сначала одну ногу, затем вторую. - Принаравливайте свое тело к наиболее широкой площади опоры. - Выбираться на лед можно таким же способом, каким садятся на высокие подоконники, т.е. спиной к выбранному месту. - Как только большая часть тела окажется на льду, перекатитесь на живот и отползайте подальше от места провала. - Выбирайтесь, по возможности, в ту сторону, откуда пришли — там проверенный лед. - Если трещина во льду большая, пробуйте выплыть спиной. Если Вам самостоятельно удалось выбраться в безопасное место, а до поселка идти далеко и у Вас нет запасных теплых вещей и нет возможности разжечь костер, то нельзя допустить переохлаждения тела. С этой целью поочередно (начиная с головы) снимайте верхнюю одежду отжимайте и одевайте заново. Здесь пригодятся полиэтиленовые пакеты, которые одевают на босые ноги, руки и голову. Переодеваться нужно быстро, чтобы не замерзнуть. Из-под снега на берегу всегда торчат стебли сухой травы, можно набрать пучок и

положить в валенки как стельки. Далее необходимо быстрым шагом, а лучше легким бегом направиться к дороге или поселку (что ближе).

Если Вы стали очевидцем, как человек провалился под лед

Немедленно крикните ему, что идете на помощь. - Немедленно сообщите о произошедшем в службу спасения. - Оказывающий помощь должен обвязаться веревкой, предварительно закрепив ее на берегу. - Из-за опасности самому попасть в полынью приближаться к провалившемуся под лед нужно лежа с раскинутыми в стороны руками и ногами. - Подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползите на них. - Если под рукой имеются доски, лестницы, шесты или другие предметы, то их надо использовать для оказания помощи. - Когда нет никаких подсобных предметов для оказания помощи, то два-три человека ложатся на лед и цепочкой продвигаются к пострадавшему, удерживая друг друга за ноги, а первый подает пострадавшему связанные ремни или одежду. - К самому краю полыни подползать нельзя, иначе и сами окажетесь в воде. Оказывающий помощь приближается к пострадавшему на расстояние, позволяющее подать веревку, пояс, багор, доску. Затем отползает назад, и постепенно вытаскивает пострадавшего на крепкий лед. - Действуйте решительно и быстро, пострадавший коченеет в ледяной воде, намокшая одежда тянет его вниз. - Подав пострадавшему подручное средство, вытащите его на лед и ползком двигайтесь от опасной зоны.

Первая помощь пострадавшему

Снимите и отожмите всю одежду пострадавшего, потом снова оденьте (если нет сухой одежды) и укутайте полиэтиленом (происходит эффект парника). - Затем его необходимо как можно быстрее отправить в машину или доставить в теплое (отапливаемое) помещение, тепло укрыть, обложить грелками, напоить горячим чаем. - Если это сделать невозможно, то разведите костер и окажите максимальную помощь, можно поделиться своей сухой одеждой. - Чтобы восстановить кровообращение, тело пострадавшего нужно растереть фланелью или руками, смачивая их водой. Растирание снегом не рекомендуется, так как

увеличивается время воздействия холода на ткани. - Если у пострадавшего наблюдаются признаки общего замерзания — слабость, сонливость, ему нужно принять теплую ванну, температура воды должна быть 37-38 градусов. - При попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо очистить полость рта, уложить животом на бедро так, чтобы голова свисала к земле, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких, приступить к выполнению искусственного дыхания. - Пострадавшего необходимо направить в медицинское учреждение. Дальнейшее лечение должны проводить врачи.

Уважаемые дети и взрослые! Во избежание трагических случаев соблюдайте элементарные правила безопасности на льду, помните, безопасным лед считается при толщине не менее 12 см. Родители, не оставляйте детей без присмотра! Будьте внимательны к окружающим! По возможности окажите пострадавшему первую помощь.

Будьте внимательны к себе, своему здоровью, ведь сэкономленные пять минут не смогут заменить Вам всю жизнь!