Осторожно, тонкий лёд!

С наступлением заморозков на водоемах появляются первый лед. Образовавшийся первый ледяной покров очень опасен. Для того, чтобы не произошло "ледяных" трагедий, необходимо соблюдать правила безопасности вблизи и на водоемах в осенне - зимний период:

- не выходите на тонкий лед, неокрепший лед;
- не проверяйте на прочность лед ударом ноги;
- безопасным для перехода является лед с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 сантиметров;
- во время движения по льду следует обращать внимание на его поверхность, обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега;
- случайно попав на тонкий лед, следует немедленно отойти по своему следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь или плавно ложитесь на лед и перекатывайтесь в безопасное место. Точно также поступайте при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.

Правила безопасного поведения на водных объектах в осенне-зимний период

Несоблюдение правил безопасности на водных объектах в осенне-зимний период часто становится причиной гибели и травматизма людей. Осенний лед в период с ноября по декабрь, то есть до наступления устойчивых морозов, непрочен. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он еще способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем, быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину.Такое состояние льда представляет собой УГРОЗУ!

Главное правило: детям НЕЛЬЗЯ БЫТЬ на льду (на рыбалке, катание на лыжах и коньках) без присмотра ВЗРОСЛЫХ

Правила поведения на льду:

1. Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
2. При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.
3. 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 следует 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.
4. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
5. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).
6. Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.
7. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.

ЕСЛИ ТЫ ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЕД! Главное - самоспасение:

· Не поддавайтесь панике.
· Не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться.
· Широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду
· Обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро

выкатывайтесь на лед.
· Без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли;
· Зовите на помощь.
· Удерживая себя на поверхности воды, стараться затрачивать на это минимум физических усилий. (Одна из причин быстрого понижения температуры тела - перемещение прилежащего к телу подогретого им слоя воды и замена его новым, холодным. Кроме того, при движениях нарушается дополнительная изоляция, создаваемая водой, пропитавшей одежду).
· Находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Известно, что более 50% всех теплопотерь организма, а по некоторым данным, даже 75% приходится на ее долю.
· Активно плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 мин.
· Добравшись до плавсредства, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть.
Если вы оказываете помощь:
· Подходите к полынье очень осторожно, лучше подползти по-пластунски.
· Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.
· За 3-4 метра протяните ему веревку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство.
· Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.

ЗВОНИТЬ ПО ТЕЛЕФОНУ – 112 ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ

Помните! Только неукоснительное соблюдение мер безопасного поведения на воде может предупредить беду.

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ!

1. Не допускайте детей на лед водоемов (на рыбалку, катание на коньках) без присмотра.
2. Расскажите ребенку о том, что особенно опасным является лед, который покрыт толстым слоем снега. В таких местах вода замерзает намного медленнее.
3. Обратите внимание детей на то, что места на льду, где видны трещины и лунки очень опасны: при наступлении на эти места ногой лед может сразу не треснуть.
4. Объясните детям, что в случае, когда под ногами затрещал лед и стала образовываться трещина, ни в коем случае нельзя впадать в панику и бежать от опасности, необходимо лечь на лед и аккуратно перекатиться в безопасное место.
5. Если ребенок все-таки оказался в опасности и лед под ним треснул, то оповестите его о том, что нельзя прыгать на отдельно плывущую льдину, так как она может перевернуться и ребенок окажется под водой.

Если вы провалились в холодную воду:

Позовите на помощь. не паникуйте, не делайте резких движений, раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения. попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом другую ноги на лед. Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу. Ползите в ту сторону откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность. Снимите, тщательно отожмите и снова наденьте

одежду. Незамедлительно следуйте к населенному пункту. Вызовите спасателей или скорую помощь. Напоите пострадавшего горячем чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь - это может привести к летальному исходу.