

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДОЕМЕ В ЗИМНЕЕ ВРЕМЯ.

Это нужно знать:

1. Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной и 15 см в соленой воде.
2. Прочность льда ослаблена в устьях и притоках рек, местах быстрого течения, бьющих ключей, стоковых вод, районах произрастания водной растительности, деревьев, кустов и камыша.
3. Если температура воздуха держится выше 0°C более трех дней, то прочность льда уменьшается на 25%.
4. Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета прочный, прочность белого в два раза меньше, серый, матово белый или с желтоватым оттенком лед ненадежен.

Правила поведения на водоеме:

5. Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
6. При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.
7. 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.
8. 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.
9. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).
10. 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.
11. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.
12. На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20 – 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет

забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее под мышки.

Что делать, если вы провалились в воду:

- * не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание;
- * раскиньте руки в стороны, и попытайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения;
- * Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а затем вторую ноги на лед;
- * если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу;
- * ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь здесь лед уже проверен на прочность.
- * **Зовите на помощь.**

Если нужна Ваша помощь:

- вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом, или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду;
- следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги, толкая перед собой спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье;
- остановитесь от находящегося в воде человека на расстоянии нескольких метров, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест;
- осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны;
- ползите в ту сторону, откуда пришли.

Первая помощь при утоплении:

- доставьте пострадавшего в теплое место;
- окажите ему помощь: снимите с него одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь, в подобных случаях это может вызвать летальный исход;
- при отсутствии пульса на сонной артерии сделать наружный массаж сердца и искусственное дыхание.
- доставить пострадавшего в медицинское учреждение.