

## Правила безопасности на льду!

При переходе по льду необходимо пользоваться оборудованными ледовыми переправами или проложенными тропами, а при их отсутствии прежде чем двигаться по льду, следует наметить маршрут и убедиться в прочности льда с помощью палки. Категорически запрещается проверять прочность льда ударами ноги.

Если лёд непрочен, необходимо прекратить движение и возвращаться по своим следам, делая первые шаги без отрыва ног от поверхности льда.

Если поверхность льда не покрыта снегом, можно увидеть, как под ногами образуются мелкие, расходящиеся во все стороны радиальные трещины. Одновременно слышно негромкое похрустывание, напоминающее треск разошедшегося дерева. По такому льду можно идти лишь в самом крайнем случае если к радиальным трещинам добавляются ещё и кольцевые, значит, прочность его на пределе, и он может проломиться в любой момент. Внимание! Если за вами затрещал лёд и появились трещины, не пугайтесь и не бегите от опасности! Плавно ложитесь на лёд и перекатывайтесь в безопасное место!

- -Во время движения по льду следует обращать внимание на его поверхность, обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега. Особую осторожность необходимо проявлять в местах, где быстрое течение, родники, выступают на поверхность кусты, трава, впадают в водоём ручьи и вливаются тёплые сточные воды промышленных предприятий, ведётся заготовка льда и т.п.
- -Безопасным для перехода пешехода является лёд с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 сантиметров.
- -При переходе по льду необходимо следовать друг за другом на расстоянии 5 - 6 метров и быть готовым оказать немедленную помощь идущему впереди.
- -Перевозка малогабаритных, но тяжёлых грузов производится на санях или других приспособлениях с возможно большей площадью опоры на поверхность льда.
- -Пользоваться площадками для катания на коньках на водоёмах разрешается только после тщательной проверки прочности льда. Толщина льда должна быть не менее 12 см, а при массовом катании - не менее 25 сантиметров.
- -При переходе водоёма по льду на лыжах рекомендуется пользоваться проложенной лыжнёй, а при её отсутствии, прежде чем двигаться по целине, следует отстегнуть крепления лыж и снять петли лыжных палок с кистей рук. Если имеются рюкзаки или ранцы, необходимо их взять на одно плечо.
- -Расстояние между лыжниками должно быть 5-6 метров. Во время движения по льду лыжник, идущий первым, ударами палок проверяет прочность льда и следит за его характером.

По цвету (оттенку) льда можно определить его прочность. Наиболее прочен прозрачный лёд с синеватым или зеленоватым оттенком, без воздушных пузырьков, образовавшийся в морозную, безветренную и без осадков погоду.

Молочный, белого или матового цвета, лёд вдвое слабее прозрачного. Он образуется в результате смерзания снежинок во время обильного снегопада. Такой лёд может проломиться без предостерегающего потрескивания.

Во время оттепели, изморози или дождя лёд становится более белым и матовым, иногда приобретает желтоватый оттенок. Такой лёд очень ненадёжен. При характерном треске или проседании льда лучше сразу же вернуться назад. Возвращаться в подобных случаях допустимо только по собственным следам, не отрывая ног от поверхности льда. Это самый безопасный путь.

На лёд нужно выходить в светлое время суток, ступать по нему следует осторожно, обходить все подозрительные места.

Опасные места на льду, которые следует обходить

Наиболее тонок и опасен лёд под снежными сугробами, у обрывистых берегов, зарослей тростника, в местах впадения в вытеkania из озёр рек и ручьёв, возле скал вмороженных в лёд коряг, поваленных деревьев, досок и другого мусора, в местах слияния нескольких

потоков, то есть там, где вода беспокойна и поэтому замерзает гораздо позже, чем в местах с тихим, ровным течением.

В холодную погоду полынью, скрытую под снегом, иногда можно распознать по характерному «парению». А тёмное пятно на ровном снежном покрове может означать, что в этом месте лёд более тонок, чем вокруг.

Очень непрочным лёд бывает в местах стоков в реку промышленных вод. Указать на них может возвышающаяся над берегом сливная труба, пятна открытой воды, пар, зелёная на фоне снега растительность, более обильные, чем в других местах, заросли камыша. От таких мест лучше держаться подальше, так как лёд может быть подтоплен тёплыми течениями на гораздо большей, чем видно, площади.

Выходить на берег и особенно спускаться к реке следует в местах, не покрытых снегом. В противном случае, поскользнувшись и раскатившись на склоне, можно угодить даже в видимую полынью, так как затормозить скольжение на льду бывает очень трудно.

При выборе пути никогда не «вспахивайте целину», не ищите новых путей, идите по натоптаным до вас тропам и дорожкам.

Не выходите на лёд в одиночку! Не проверяйте прочность льда ногами! Будьте внимательны, осторожны и готовы в любую минуту к опасности!

Если вы провалились под лёд

При проламывании льда необходимо быстро освободиться от сумок, лечь на живот, широко раскинув руки, и попытаться выползти из опасной зоны. Двигаться нужно только в ту сторону, откуда вы пришли!

Если человек оказался в воде, он должен избавиться от всех тяжёлых вещей и, удерживаясь на поверхности, попытаться выползти на крепкий лёд. Проще всего это сделать, втыкая в лёд перочинный нож, острый ключ и пр. В идеале во время перехода через зимний водоём необходимо иметь под руками какой-нибудь острый предмет.

Из узкой полыни надо «выкручиваться», перекатываясь с живота на спину и одновременно выползая на лёд. В большой полынье взбираться на лёд надо в том месте, где произошло падение. В реках с сильным течением надо стараться избегать навальный стороны (откуда уходит вода), чтобы не оказаться втянутым под лёд. Как бы ни было сложно выбраться из полыни против течения, делать это следует там или сбоку. Если лёд слабый, его надо подламывать до тех пор, пока не встретится твёрдый участок.

Самое главное, когда вы провалились под лёд, - сохранять спокойствие и хладнокровие. Даже плохо плавающий человек некоторое (иногда довольно продолжительное) время может удерживаться на поверхности за счёт воздушной подушки, образовавшейся под одеждой. И лишь по мере намокания одежды человек теряет дополнительную плавучесть. Этому времени обычно хватает, чтобы выбраться из полыни.

При этом следует помнить, что наиболее продуктивны первые минуты пребывания в холодной воде, пока ещё не намокла одежда, не замёрзли руки, не развились характерные для переохлаждения слабость и безразличие.

Не поддавайтесь панике!

Наползайте на лёд с широко расставленными руками. Делайте попытки ещё и ещё.

Оказание помощи провалившемуся под лёд человеку

Оказывать помощь провалившемуся под лёд человеку следует только одному, в крайнем случае, двум его товарищам. Скапливаться на краю полыни всем не только бесполезно, но и опасно.

При спасении действуйте быстро, решительно, но предельно осторожно. Громко подбадривайте спасаемого. Подавайте спасательный предмет с расстояния 3-4 метра.

Оказывающий помощь человек должен лечь на живот, подползти к пролому во льду и подать пострадавшему конец верёвки, длинную палку, ремень, связанные шарфы, куртки и т.п. При отсутствии всяких средств спасения допустимо нескольким людям лечь на лёд цепочкой, удерживая друг друга за ноги, и так, ползком, подвинувшись к полынье, помочь пострадавшему.

Во всех случаях при приближении к краю полыньи надо стараться перекрывать как можно большую площадь льда, расставляя в стороны руки и ноги и ни в коем случае не создавать точечной нагрузки, упираясь в него локтями или коленями.

Когда спасающий действует в одиночку (без спасательных средств), то приближаться к провалившемуся под лёд человеку целесообразней ползком ногами вперёд, втыкая в поверхность льда острые предметы. Если тянуть к потерпевшему руки, то он может стащить за них не имеющего опоры спасателя в воду. После того как пострадавший ухватится за ногу или за поданную ему верёвку, надо, опираясь на импровизированные ледорубы, отползти от полыньи. Если есть длинная верёвка, лучше заранее подвязать её к стоящему на берегу дереву и, обеспечившись, таким образом, гарантированной опорой, ползти к полынье.

Помощь человеку, попавшему в воду, надо оказывать очень быстро, так как даже 10 - 15-минутное пребывание в ледяной воде может быть опасно для жизни.

Человека, вытасченного из воды, надо немедленно переодеть в сухую одежду и обувь, дать что-нибудь сладкое и заставить активно двигаться до тех пор, пока он окончательно не согреется.

Дайте пострадавшему часть своей одежды. Разведите костёр и обогрейте пострадавшего. Вызовите спасателей или «скорую помощь»

Человек провалился под лед, Вы стали очевидцем:

- - немедленно крикните ему, что идете на помощь;
- - приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки;
- - подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползите на них;
- - к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажитесь в воде;
- - ремни и шарф, любая доска, лыжи, санки помогут Вам спасти человека;
- - бросать связанные предметы нужно за 3-4 м до пострадавшего;
- - если Вы не один, то, взяв друг друга за ноги, ложитесь на лед цепочкой и двигайтесь к пролому;
- - действуйте решительно и быстро, пострадавший коченеет в ледяной воде, намокшая одежда тянет его в низ;
- - подав пострадавшему подручное средство, вытащите его на лед и ползком двигайтесь от опасной зоны.

Оказание первой медицинской помощи пострадавшему:

- - с пострадавшего снимите и отожмите всю одежду, потом снова оденьте, (если нет сухой) и укутайте полиэтиленом (происходит эффект парника);
- - при общем охлаждении пострадавшего необходимо как можно быстрее доставить в теплое (отапливаемое) помещение, тепло укрыть, обложить грелками, напоить горячим чаем, в дальнейшем направить в медицинское учреждение;
- - 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, растереть пострадавшего, чтобы согреть его.

Убедительная просьба родителям: не отпускайте детей на лед без присмотра,

**ОБЪЯСНЯЙТЕ, ЧТО ЭТО ОПАСНО.**

**ВЗРОСЛЫЕ И ДЕТИ, СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДНЫХ  
ОБЪЕКТАХ, ВЫПОЛНЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫХ МЕР ОСТОРОЖНОСТИ - ЗАЛОГ  
ВАШЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ**