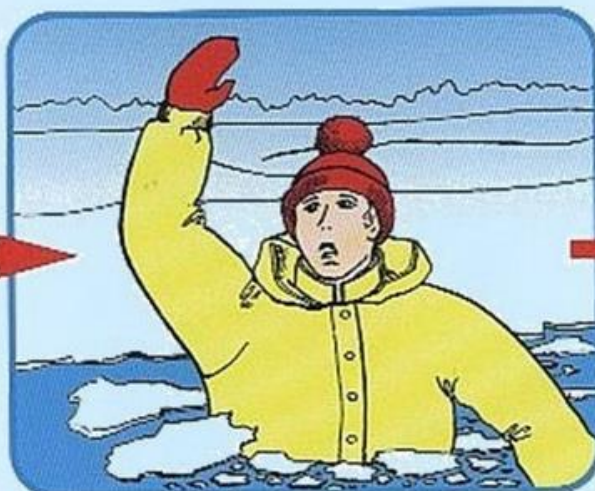


КАК ВЫБРАТЬСЯ ИЗ ПОЛЫНИ



Не погружаться в воду с головой



Не паниковать, позвать на помощь



Выбираться в сторону, с которой произошло падение



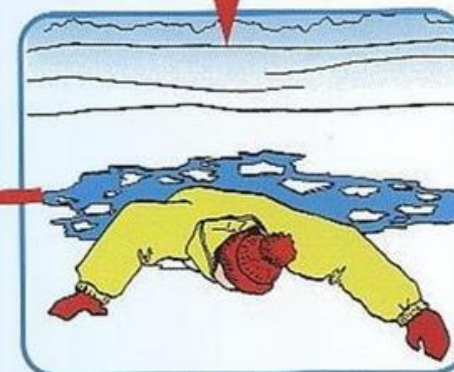
Не отдыхая, бежать к близкому жилью



Проползти 3-4 метра по своим следам



Забросить на лед ногу, откатиться от полыни



Наползать на лед, раскинув руки в стороны

Осторожно: тонкий лед!

Каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий лед, тем самым подвергая свою жизнь смертельной опасности

Это нужно знать

- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров в соленой
- В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша
- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%
- Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, белого – прочность его в 2 раза меньше, серый, матово-белый или с желтоватым оттенком лед ненадежен

Если случилась беда

Что делать, если вы провалились в холодную воду:

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание
- 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 и другую ногу на лед
- Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу
- Ползите в ту сторону, откуда пришли - лед здесь уже проверен на прочность

Если нужна ваша помощь:

- Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкою. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду
- Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье
- Остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, 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
- Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь: в подобных случаях это может привести к летальному исходу







Правила поведения детей на льду



На замёрзших озёрах
Лёд бывает непрочен,
И ходить по такому
Безответственно очень!
Водоёмы опасны:
Может лёд провалиться,
И спасать вас напрасно
Вся округа примчится...
Ведь почти невозможно
К полынье подобраться –
Из воды будет сложно
Вас вытаскивать,
братцы...



Ура! Весна и ледоход!
Плавёт, плавёт по речке лёд...
Глядят ребята там и тут,
Как льдины по воде плавут.
Ну чем тебе не корабли!
Но нет! – не уходи с земли!
На лёд коварный не ступай,
Опасно это – так и знай!
Такой корабль перевернётся,
На части может расколоться
Иль унесёт на центр реки...
Весной от речки прочь беги!



Если лед проломился, и вы оказались в воде

1

Удерживайтесь на плаву, держите голову над водой, зовите на помощь

Не паникуйте, попытайтесь сбросить тяжелые вещи

Повернитесь в ту сторону, откуда пришли – там лед уже выдерживал ваш вес

2

Обопритесь на край льдины широко расставленными руками

Если течение сильное – согните ноги

Навалитесь на край льдины грудью, попытайтесь подтянуться и поочередно вытащить ноги на льдину

3

После выхода из воды на лед вставать и бежать нельзя, поскольку можно снова провалиться

двигайтесь к берегу ползком или перекатываясь



ЕСЛИ ЛЕД ПОД ТОБОЙ ЗАТРЕЩАЛ

- НЕ БЕГИ И НЕ ДЕЛАЙ РЕЗКИХ ДВИЖЕНИЙ
- МЕДЛЕННО И ПЛАВНО ЛОЖИСЬ НА ЛЕД
- ОТПОЛЗАЙ ОБРАТНО ПО СВОИМ СЛЕДАМ



Что делать, если вы провалились под лёд

1 сохраняйте спокойствие, следите за дыханием, и плывите к месту, где произошло падение



2 дышите медленно и размеренно, постарайтесь выбраться на лёд



3 займите горизонтальное положение, раскинув руки в стороны, выталкивая себя из воды

4 закинув ногу на лёд, выползайте и перекачивайтесь со спины на живот



5 добираться до берега ползком, по собственным следам



ОСТОРОЖНО, ТОНКИЙ ЛЁД!

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЫ ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЁД:



не паникуйте, не тратьте силы на лишние движения



широко раскиньте руки, опираясь на лёд, чтобы не погрузиться в воду с головой



ГРОМКО зовите на помощь



пытайтесь выбраться самостоятельно, навалившись всем туловищем на лёд. Главное - постараться обеспечить наиболее широкую площадь



попробуйте избавиться от лишней тяжести (например, рюкзака за спиной)



выбравшись на лёд, передвигайтесь ползком в ту сторону, откуда пришли, по проверенной на прочность ледяной тропе

ОСТОРОЖНО, ТОНКИЙ ЛЁД!

НЕОБХОДИМО:



передвигаться только по оборудованным ледовым переправам



проверять прочность льда перед собой с помощью палки



любителям подледного лова иметь спасательный жилет



знать способы спасения и оказания первой помощи при проваливании под лёд

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:



проверять прочность льда ногой



пытаться перейти водоем по неокрепшему льду



кататься на льдинах



игнорировать запрещающие знаки

Правила безопасного поведения на воде в осенне-зимний период

Лед в период с ноября по декабрь, до наступления устойчивых морозов, **непрочен**.
Помните **о правилах поведения на воде:**

- нельзя выходить на лед в темное время суток;
- при переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами;
- нельзя проверять прочность льда ударом ноги;
- при вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп;
- при переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).

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

Что делать, если вы уже **провалились в холодную воду?**

- не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание;
- 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 и другую ноги на лед;
- если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу;
- ползите в ту сторону откуда пришли, ведь лед уже проверен на прочность.

«112»

единая служба спасения

Опасные места у водоёмов

Если вам необходимо преодолеть участок замёрзшего водоёма, делайте это **только в светлое время суток**, стараясь избегать опасные места.

Прочность ледового слоя можно определить визуально: надёжнее всего лёд голубого и зеленоватого оттенка, без воздушных пузырьков, менее прочный - белый, а самый ненадёжный - лёд серого, матово-белого цвета или желтоватого оттенка.

Избегайте участков с потемневшим мокрым снегом и **обходите запорошенные места**, в которых могут скрываться полыньи, трещины или рыбацкие лунки.

Не следует пересекать реку **вблизи камышей и прибрежных кустов** - здесь ледовая корка тоньше. Слабый лёд - у берегов, в устьях рек и притоках, в местах бьющих ключей и стоковых вод.

Для весенней рыбалки отдайте предпочтение стоячим водоёмам - они медленнее реагируют на подъём уровня воды. Выбирайте такие места, где есть выход на мелководье. Ещё лучше идти туда, где лёд во второй половине дня окажется в тени леса или берега.



Как передвигаться по льду?

Старайтесь не ходить по одному - всегда нужен человек, который подстрахует в случае опасности. **Безопаснее всего рассредоточиться**, но не терять друг друга из виду, чтобы в случае чего помочь товарищам.

Прежде чем спуститься на замёрзший водоём, наметьте предстоящий маршрут. Выходя на лёд, рюкзак или другую ношу наденьте только на одно плечо. В случае провала вы легко сможете избавиться от груза.

По опасной ледяной кромке **передвигайтесь** скользящим шагом или используйте лыжи. Они значительно уменьшают опасность провала в полынью. Только расстегните лыжные крепления и снимите с рук ремни от палок - так в случае опасности вы сможете быстро от них освободиться.

Двигаясь по ледовой корке, **проверяйте её** прочность шестом или лыжной палкой, ни в коем случае не ударяя ногами. Если после удара палкой выступила вода, уходите назад проторенным маршрутом.

Если услышите треск или шипящий звук, **возвращайтесь** назад тем же путем, делая скользящие движения ногами, не отрывая их от поверхности льда. Будьте внимательны и готовы к любым неожиданностям!

Особенности подлёдной рыбалки

Обязательным элементом снаряжения рыбака должен быть **спасательный жилет**.

Непременно возьмите с собой **мобильный телефон** - он должен быть в водонепроницаемом чехле.

Не лишним будет поверх куртки повесить **свисток**. Провалившись под лёд, человек часто теряет голос - свисток пригодится, чтобы дать товарищам сигнал о помощи.

Пойдёт на пользу и **верёвка** - длиной от 20 метров со специальной петлёй или карабином на конце - вдруг придётся вытаскивать кого-то из полыньи?



На весеннюю рыбалку, помимо основного снаряжения, возьмите с собой **длинные жерди или доски**. Держите их поперёк, перемещаясь по льду. В случае внезапного провала они не дадут вам окунуться в воду и помогут быстро выбраться на более прочный лёд.

Нельзя пробивать рядом с собой много лунок сразу или собираться в одном месте большой группой. Рядом с лункой всегда держите доску или большую ветку.

Немедленно откажитесь от рыбалки, если на льду реки обозначилась заметная прибуль воды. Не рискуйте, жизнь дороже улова!

Выходить на тонкий лед нельзя!

Не пытайся определить прочность льда,
наступая на него.

Но если ты оказался на льду,
передвигайся мелким
скользящим шагом.



НА ЛЬДУ

Постарайся самостоятельно выбраться на лед.

Без резких движений наползай грудью или накатывайся
боком на край льда.

Поочередно вытаски на поверхность ноги.

Выбравшись из полыньи, откатись или отползи от нее.

Знай, даже мокрая одежда на морозе некоторое время
сохранит тепло твоего тела. У тебя есть время добраться
до теплого помещения.

Если лед начал потрескивать, немедленно отойди назад
скользящим шагом, не отрывая ступней ото льда.

Если лед проломился, и ты попал в воду, кричи, зови на
помощь!



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ

"ОСТОРОЖНО, ТОНКИЙ ЛЕД!"



ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ НА ЛЬДУ ВОЗНИКАЮТ НЕ ТОЛЬКО ВЕСНОЙ ВО ВРЕМЯ ОТТЕПЕЛИ, НО ДАЖЕ ЗИМОЙ. ПРОДОЛЖИТЕЛЬНЫЕ МОРОЗЫ ЕЩЕ НЕ ГАРАНТИЯ ПОЛНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ. МНОГИХ ВВОДИТ В ЗАБЛУЖДЕНИЕ БЛИЗОСТЬ БЕРЕГА, НО И ТАМ ПОРОЙ ЛЕД НЕ ВПЛОТНУЮ К НЕМУ ПРИМЫКАЕТ, ВСТРЕЧАЮТСЯ ТРЕЩИНЫ, ВОЗДУШНЫЕ ПОЛОСТИ, ЧТО ДЕЛАЕТ ПРОГУЛКИ НЕБЕЗОПАСНЫМИ.

УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

УДЕЛИТЕ ВНИМАНИЕ СВОИМ ДЕТЯМ, РАССКАЖИТЕ ОБ ОПАСНОСТИ ВЫХОДА НА НЕПРОЧНЫЙ ЛЕД. ИНТЕРЕСУЙТЕСЬ, ГДЕ ВАШ РЕБЕНОК ПРОВОДИТ СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ. НЕ ДОПУСКАЙТЕ ПЕРЕХОД И НАХОЖДЕНИЕ ДЕТЕЙ НА ВОДОЕМАХ В ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД. ОСОБЕННО НЕДОПУСТИМЫ ИГРЫ НА ЛЬДУ!

ЛЕГКОМЫСЛЕННОЕ ПОВЕДЕНИЕ ДЕТЕЙ, НЕЗНАНИЕ И ПРЕНЕБРЕЖЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫМИ ПРАВИЛАМИ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ – ПЕРВОПРИЧИНА ГРУСТНЫХ И ТРАГИЧЕСКИХ ПОСЛЕДСТВИЙ.



Лёд зимой бывает крепким
Не везде и не всегда.
Не играй в хоккей на речке,
А не то придёт беда.

