

# ГИМС МЧС ПРЕДУПРЕЖДАЕТ!

## Осторожно, тонкий лед!

С наступлением весны и началом таяния льда повышается риск чрезвычайных ситуаций на водоемах. Ежегодно во время таяния льдов на воде гибнет в среднем 100-150 человек. Многие забывают, что выход на лед водоема всегда опасен! Важно помнить и соблюдать основные правила поведения на водных объектах, ведь выполнение элементарных мер предосторожности - залог вашей безопасности!

### Основные правила поведения на льду

- С наступлением весенней оттепели на лед выходить ЗАПРЕЩЕНО! Выходить на лед можно только тогда, когда его толщина достигает не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров в соленой.
- Прочность льда можно определить визуально: лёд голубого цвета – прочный, а прочность льда белого цвета в 2 раза меньше. Лёд, имеющий оттенки серого, матово-белого или желтого цвета является наиболее ненадежным. Такой лёд обрушивается без предупреждающего потрескивания.
- Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
- При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.
- 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.
- 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.
- При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).
- Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: необходимо двигаться медленно; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.
- Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.
- 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 подмышки.
- Убедительная просьба родителям: не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра.
- Одна из самых частых причин трагедий на водоёмах - алкогольное опьянение. Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.



### Если вы провалились под лед:

- Широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой;
- Если возможно, передвиньтесь к тому краю полыньи, где течение не увлечет вас под лед;
- Старайтесь, не обламывая кромку, без резких движений выбраться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги, широко их расставив;
- Выбирайтесь из полыньи, перекатываясь, а затем двигайтесь ползком в ту сторону, откуда шли.
-



## При спасании человека, провалившегося под лед, необходимо:

- немедленно крикнуть ему, что идете на помощь;
- приблизиться к полынье ползком, широко раскинув руки;
- подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них;
- к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажетесь в воде;
- ремни и шарф, любая доска, лыжи, санки помогут вам спасти человека;
- бросать связанные предметы нужно за 3-4 м до пострадавшего;
- действовать решительно и быстро;
- подать пострадавшему подручное средство, вытащить его на лед и ползком двигаться от опасной зоны.

## Оказание первой медицинской помощи пострадавшему на воде:

- при попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо очистить полость рта, уложить его животом на колени так, чтобы голова свисала к земле и, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких;
- приступить к выполнению искусственного дыхания;
- с пострадавшего необходимо снять и отжать всю одежду, потом надеть (если нет сухой) и укутать полиэтиленом (возникает эффект парника);
- при общем охлаждении пострадавшего как можно быстрее доставить в теплое (отапливаемое) помещение. Немедленно вызвать скорую медицинскую помощь. Снять мокрую одежду, тепло укрыть, обложить грелками, напоить горячим чаем.

### Осторожно, тонкий лед!

Под весенними лучами солнца лёд на водоёмах становится рыхлым и непрочным.

В это время выходить на его поверхность крайне опасно. Однако каждый год многие люди пренебрегают мерами безопасности и выходят на тонкий лед, тем самым подвергая свою жизнь смертельной опасности.

### Это нужно знать:

- безопасным для человека считается лед толщиной не менее 7 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, 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 %.

### 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, ведь здесь лед уже проверен на прочность.

#### Если кому-то 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 и, толкая перед собой спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье;
- остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, подайте палку или шест или иное спасательное средство;
- 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 и равномерно разотрите тело (до покраснения кожи). Растирание проводится смоченной в спирте или водке суكونкой или просто руками, напоите горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь - в подобных случаях это может привести к летальному исходу.

#### Если Вы стали очевидцем несчастного случая на водном объекте

или сами попали в аналогичную ситуацию, и существует возможность сообщить о происшествии, срочно обращайтесь за помощью в МЧС России по телефонному номеру «01» или с мобильного телефона «112».