

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ПОД ВАМИ ПРОВАЛИЛСЯ ЛЁД:

- ✚ 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, старайтесь затрачивать на это минимум физических усилий.
- ✚ Находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Известно, что более 50 % всех теплотерь 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 минут.
- ✚ 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.

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ:

- ⊕ Перенести пострадавшего на безопасное место, согреть.
- ⊕ При отсутствии пульса на сонной артерии сделать наружный массаж сердца и искусственное дыхание.
- ⊕ Повернуть пострадавшего лицом вниз и опустить голову ниже таза.
- ⊕ Очистить рот от слизи. При появлении рвотного и кашлевого рефлексов – добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка.
- ⊕ Доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

**Будьте осторожны и помните:
строгое выполнение правил
поведения и мер безопасности
на льду сохранит вашу жизнь!**

МАДОУ детский сад №16 «Рябинка»

Безопасность на водоёмах в осеннее-зимний период



Основным условием безопасного пребывания человека на льду является соответствие толщины льда прилагаемой нагрузке:

- ⊕ безопасная толщина льда для одного человека не менее 10 см в пресной воде и 15 сантиметров в соленой
- ⊕ безопасная толщина льда для совершения пешей переправы 15 см и более
- ⊕ безопасная толщина льда для проезда автомобиля не менее 30 см.



ВРЕМЯ БЕЗОПАСНОГО ПРЕБЫВАНИЯ ЧЕЛОВЕКА В ВОДЕ:

- ✗ при температуре воды 24°C время безопасного пребывания 7 – 9 часов
- ✗ при температуре воды 5 – 15° С 3,5 – 4,5 часов
- ✗ температура воды 2 – 3° С оказывается смертельной для человека через 10 – 15 минут
- ✗ при температуре воды минус 2° С – смерть может наступить через 5 – 8 минут.

ОПАСНЫЕ МЕСТА ЗИМНЕГО ВОДОЁМА:

Толщина льда на водоеме не везде одинакова.

Тонкий лед находится:

- у берегов
- в местах слияния рек или их впадения в море (озеро)
- на изгибах, излучинах
- около вмерзших предметов
- около подземных источников
- в местах слива в водоемы теплых вод и канализационных стоков

Чрезвычайно опасным и ненадежным является лед под снегом и сугробами

Опасны полыньи, проруби, трещины, лунки, которые покрыты тонким слоем льда

В период весеннего таяния лед становится пористым и слабым, покрывается талой водой, размягчается, приобретает беловатый цвет.

Выходить на такой лед чрезвычайно опасно!



ПРАВИЛА ВЫХОДА НА ЛЁД:

1. Прежде чем выйти на лед, **убедитесь в его прочности**; помните, что человек может погибнуть в воде в результате утопления, холодного шока, от переохлаждения через 15-20 минут после попадания в ледяную воду.
2. Используйте **нахоженные тропы** по льду. При их отсутствии стоя на берегу, наметьте маршрут движения, возьмите с собой крепкую длинную палку, обходите подозрительные места.
3. В случае появления типичных признаков непрочности льда: треск, вода на поверхности льда **немедленно вернитесь на берег**, идите с широко расставленными ногами, не отрывая их от поверхности льда, в крайнем случае – ползите.
4. Не допускайте **скопления людей** и грузов в одном месте на льду.
5. Исключите случаи пребывания на льду в **плохую погоду**: туман, снегопад, дождь, а так же ночью.
6. **Обходите полыньи, проруби, край льда.** При отсутствии уверенности в безопасности пребывания на льду лучше обойти опасный участок по берегу.
7. **Никогда не проверяйте прочность льда ударом ноги.**

