

ГКУ ТО ТОСЭР



# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ТОНКОМ ЛЬДУ

## Нужно



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 лед



## Нельзя



Игнорировать запрещающие знаки



Пытаться перейти водоем по неокрепшему льду

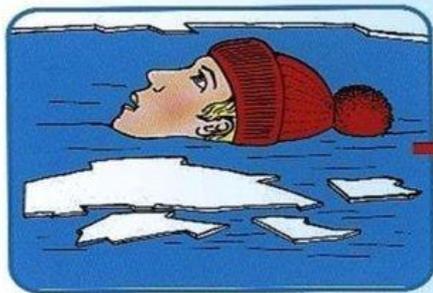


Кататься на льдинах



Проверять прочность льда ногами

## 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 ближайшему жилью



Проползти 3-4 метра по своим следам



Забросить на лед ногу, откатиться от полыни



Наползать на лед, раскинув руки в стороны



# ПАМЯТКА

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



Без необходимости не выходите на лед. Не проверяйте прочность льда ударом ноги. Без риска можно находиться на льду толщиной не менее 10 – 12 см.



Опасно сбегать, съезжать на санках, лыжах на лед.



Если под вами затрещал лед, появились трещины, следует немедленно вернуться назад по своим следам скользящим шагом.

### СПАСЕНИЕ И САМОСПАСЕНИЕ



Провалившись под лед, широко раскиньте руки по кромке льда полыни, наползая на его край грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги.



При спасении действуйте быстро, решительно. Подавайте спасательный предмет (лыжу, палку, связанные шарфы, ремни) не ближе чем с расстояния 3 – 4 метра.



Выбравшись из пролома, бегите пока не окажитесь в тепле, вызовите спасателей или скорую помощь.

# ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЁД

Каждая секунда пребывания в воде работает против Вас — пребывание в ледяной воде 10-15 минут опасно для жизни. Однако нужно помнить, что даже плохо плавающий человек способен некоторое время удержаться на поверхности за счет воздушной подушки, образовавшейся под одеждой.

❖ Провалившись под лед, широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой. Постарайтесь избавиться от лишних тяжестей.

❖ Если есть кто-то рядом, позовите на помощь.

❖ Если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не увлекает Вас под лед.

❖ Не делайте резких движений и не обламывайте кромку.

❖ Если достаете ногами до противоположного края провала, примите горизонтальное положение, упираясь в него ногами, вытащите на лед сначала одну ногу, затем

❖ Приноравливайте свое тело к наиболее широкой площади опоры.

❖ Выбираться на лед можно таким же способом, каким садятся на высокие подоконники, т.е. спиной к выбранному месту.

❖ Как только большая часть тела окажется на льду, перекатитесь на живот и отползайте подальше от места провала.

❖ Выбирайтесь, по возможности, в ту сторону, откуда пришли — там проверенный

❖ Если трещина во льду большая, пробуйте выплыть спиной.

*Если Вам самостоятельно удалось выбраться в безопасное место, а до населенного пункта идти далеко и у Вас нет запасных теплых вещей и нет возможности разжечь костер, то нельзя допустить переохлаждения тела.*

*С этой целью поочередно (начиная с головы) снимайте верхнюю одежду отжимайте и одевайте заново.*

*Здесь пригодятся полиэтиленовые пакеты, которые можно надеть на босые ноги, руки и голову.*

*Переодеваться нужно быстро, чтобы не замерзнуть. Из-под снега на берегу всегда торчат стебли сухой травы, можно набрать пучок и положить в валенки как стельки.*

*Далее необходимо быстрым шагом, а лучше легким бегом направиться к дороге или населенному пункту (что ближе).*

# Если Вы стали очевидцем, как человек провалился под лед



— Немедленно крикните ему, что идете на помощь.

— Немедленно сообщите о произошедшем в службу спасения.

— Оказывающий помощь должен обвязаться веревкой, предварительно закрепив ее на берегу.

— Из-за опасности самому попасть в полынью приближаться к провалившемуся под лед нужно лежа с раскинутыми в стороны руками и ногами.

— Подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползите на них.

— Если под рукой имеются доски, лестницы, шесты или другие предметы, то их надо использовать для оказания помощи.

— Когда нет никаких подсобных предметов для оказания помощи, то два-три человека ложатся на лед и цепочкой продвигаются к пострадавшему, удерживая друг друга за ноги, а первый подает пострадавшему связанные ремни или одежду.

— К самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажетесь в воде. Оказывающий помощь приближается к пострадавшему на расстояние, позволяющее подать веревку, пояс, багор, доску. Затем отползает назад, и постепенно вытаскивает пострадавшего на крепкий лед.

— Когда есть промоины или битый лед, необходимо использовать спасательные шлюпки, для продвижения её вперед используются кошки и багры.

— Действуйте решительно и быстро, пострадавший коченеет в ледяной воде, намокшая одежда тянет его вниз.

— Подав пострадавшему подручное средство, вытащите его на лед и ползком двигайтесь от опасной зоны.

# Первая помощь

## пострадавшему

— Снимите и отожмите всю одежду пострадавшего, потом снова оденьте (если нет сухой одежды) и укутайте полиэтиленом (происходит эффект парника).

— Затем его необходимо как можно быстрее отправить в машину или доставить в теплое (отапливаемое) помещение, тепло укрыть, обложить грелками, напоить горячим чаем.

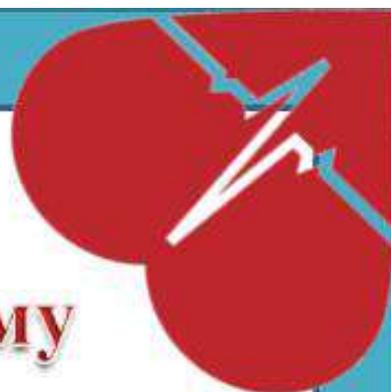
— Если это сделать невозможно, то разведите костер и окажите максимальную помощь, можно поделиться своей сухой одеждой.

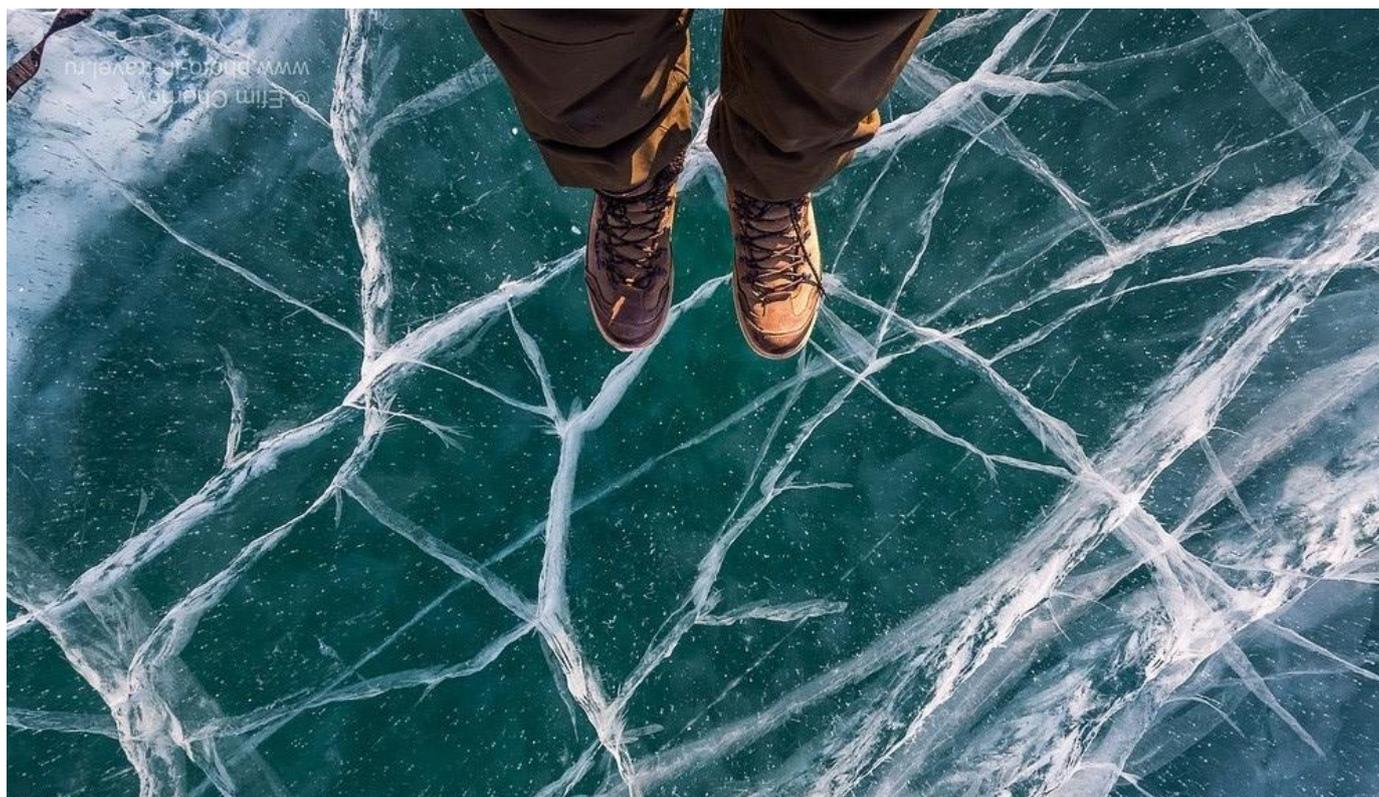
— Чтобы восстановить кровообращение, тело пострадавшего нужно растереть фланелью или руками, смачивая их водой. Растирание снегом не рекомендуется, так как увеличивается время воздействия холода на ткани.

— Если у пострадавшего наблюдаются признаки общего замерзания — слабость, сонливость, ему нужно принять теплую ванну, температура воды должна быть 37-38 градусов.

— 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.

— Пострадавшего необходимо направить в медицинское учреждение. Дальнейшее лечение должны проводить врачи.





## Время безопасного пребывания человека в воде

- при температуре воды  $5-15^{\circ}\text{C}$  — от 3,5 до 4,5 часов;
- температура воды  $2-3^{\circ}\text{C}$  оказывается смертельной для человека через 10-15 минут;
- при температуре воды минус  $2^{\circ}\text{C}$  — смерть может наступить через 5-8 минут.

## Во избежание трагических случаев:

# Уважаемые Дети И Взрослые!

1

Коллективные выезды на лед для отдыха и рыбалки необходимо согласовывать с подразделениями спасательной службы.

2

Руководителям организаций необходимо назначить своим приказом ответственных за обеспечение порядка в пути следования и на водоемах.

3

Ответственные лица должны пройти инструктаж в подразделениях спасательной службы.

4

Соблюдайте элементарные правила безопасности на льду, помните, безопасным лед считается при толщине не менее 12 см.

Запрещается ходить рядом с любыми водными сооружениями, в местах впадения в водоем ручьев и рек. Родители, не оставляйте детей без присмотра! Будьте внимательны к окружающим!

*Если вы стали свидетелем происшествия, немедленно сообщите об этом по телефонам 01, 02, с мобильного телефона 112.*