

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ.

В настоящее время водоемы в Краснодарском крае начали покрываться льдом. Много желающих провести свой досуг на льду – половить рыбу, покататься на коньках или просто отдохнуть.

Но такой отдых может быть опасным и даже закончится трагически, если пренебрегать правилами поведения на льду. На водоемах Краснодарского края в в 2020 году погибло 159 человек, из них 12 детей.

Немаловажный фактор влияющий на выживаемость – это грамотные и правильные действия в возникшей сложной ситуации, незнание элементарных правил как действовать в любой из возникших чрезвычайных ситуациях приводит к гибели. Ни в коем случае нельзя отпускать детей на лед без сопровождения взрослых.

Как избежать трагедии на льду?

Необходимо соблюдать разумную осторожность.

Не ходите по ледяным закраинам: здесь лед всегда тонкий и хрупкий.

Прочным льдом считается прозрачный лед с синеватым или зеленоватым оттенком при толщине от 12 см. При оттепели, изморози и дожде лед обычно покрывается водой, а затем замерзает, в особенности после снегопада. При этом лед становится белым или матовым, а иногда приобретает желтоватый цвет. Такой лед непрочный, и его толщину принимать во внимание не следует.

Безопасным для перехода является лед с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 см.

Пользоваться на водоемах площадками для катания на коньках разрешается после тщательной проверки прочности льда, толщина которого должна быть не менее 12 см, а при массовом катании - не менее 25 см.

В период ледостава, когда лед еще слаб, нахождение на нем запрещено.

Следует соблюдать осторожность и тогда когда лед становится прочным. Двигаться через водоемы следует только по специально обозначенным путям, а при их отсутствии - убедиться в прочности льда с помощью пешни. Ни в коем случае нельзя отпускать детей на лед без присмотра взрослых.

Проверять прочность льда ударами ноги опасно.

Не забывайте, что даже в сплошном окрепшем льду можно встретить проруби, полыньи, промоины.

Во время движения по льду при себе рекомендуется иметь прочный шест длиной 2-3 метра, следует 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 водоем ручьи и вливаются теплые сточные воды промышленных предприятий и т.п.

При переходе по льду группами необходимо следовать друг за другом на расстоянии 5-6 метров и быть готовым оказать немедленную помощь впереди идущему.

Во время рыбной ловли нельзя пробивать много лунок на ограниченной площади и собираться большими группами.

Каждому рыболову рекомендуется иметь спасательное средство в виде шнура длиной 12-15 метров, на одном конце которого должен быть закреплен груз весом 400-500 граммов, а на другом - изготовлена петля.

Но, если Вы все-таки по неосторожности провалитесь под лед, не теряйте присутствие духа. Немедленно раскиньте руки, чтобы удержаться ими на поверхности льда. Зовите на помощь.

До прихода помощи не барахтайтесь в воде, хватаясь за кромку льда, это приведет к напрасной потере сил. Старайтесь лечь грудью на кромку льда, выбросив вперед руки, или повернуться на спину и закинуть руки назад. Постарайтесь самостоятельно выбраться из опасного места, двигайтесь в сторону - откуда пришли, лежа, чтобы увеличить площадь опоры.

Заметив провалившегося под лед, немедленно окажите помощь и по возможности одновременно вызовите спасателей. Помните, что в ледяной воде человек быстро теряет силы.

Спасая терпящих бедствие, действуйте обдуманно и осторожно! При оказании помощи человеку, провалившемуся на льду, нельзя подходить к нему стоя из-за опасности самому попасть в беду. К пострадавшему надо приближаться лежа с раскинутыми в стороны руками и ногами. Если под рукой имеются доски, лестницы, шесты или другие предметы, то их надо использовать для оказания помощи. Лежа на одном из таких

предметов, закрепленных веревкой на берегу или твердом льду, оказывающий помощь продвигается к пострадавшему на расстояние, позволяющее подать веревку, пояс, багор, доску. Затем оказывающий помощь отползает назад и постепенно вытаскивает пострадавшего на крепкий лед.

Если оказывающий помощь не имеет спасательного пояса, то он должен обвязаться веревкой, предварительно закрепив ее на берегу или в лунке твердого льда. При оказании помощи, когда есть промоины или битый лед, используются специальные спасательные шлюпки или шлюпки на съемных полозьях. Для продвижения шлюпки вперед используются кошки и багры.

Но могут быть и такие случаи, когда нет никаких подсобных предметов для оказания помощи. В этом случае два-три человека ложатся на лед и цепочкой продвигаются к пострадавшему, удерживая друг друга за ноги, а первый подает пострадавшему ремень, одежду и т.п.

Как только пострадавший ухватиться за поданный вами предмет, ползком тяните его на берег или на крепкий лед.

Если Вы не в состоянии помочь провалившемуся самостоятельно, то не приближайтесь к месту пролома, а громко зовите на помощь. При наличии телефона звоните в службу спасения по номеру 112.

Памятка для обучающихся и их родителей по оказанию помощи пострадавшим, провалившимся под лед и/или получившим обморожения

Полезные советы

- **Никогда не ступайте на лед, если вы не убеждены, что он достаточно крепок.**
- **Помните, что лед крепче у берега; его толщина уменьшается на большой глубине по мере удаления от берега, а также в тех местах, где есть растительность или быстрое течение.**
- **Крепость льда зависит также от температуры воздуха. Днем он не такой прочный, как утром и вечером.**
- **Передвигаясь по льду, обходите темные пятна: здесь лед очень хрупкий.**
- **Во время движения по льду следует обходить участки, покрытые толстым слоем снега, места, где быстрое течение, родники, выступают на поверхность кусты, трава, впадают в водоем ручьи и вливаются теплые сточные воды промышленных предприятий, ведется заготовка льда и т.п.**

Падение в полынью

Может случиться так, что в этот момент поблизости никого не окажется и вам придется выбираться самостоятельно.

Ваши действия:

1. **Не паникуйте. Дышите как можно глубже и медленнее.**
2. **Делайте ногами непрерывные движения так, словно вы крутите педали велосипеда.**
3. **Не пытайтесь сразу выбраться на лед. Вокруг полыньи лед очень хрупкий и не выдержит тяжести вашего тела.**
4. **Продвигайтесь в ту сторону, откуда пришли или до ближайшего берега, кроша на своем пути ледяную кромку руками.**
5. **Как только лед перестанет ломаться под вашими ударами, положите руки на лед, протянув их как можно дальше, и изо всех сил толкайтесь ногами, стараясь придать туловищу горизонтальное положение.**
6. **Не опирайтесь на лед всей тяжестью тела: он может снова провалиться, и вы с головой окунетесь в воду.**
7. **Постарайтесь добиться того, чтобы ваше тело оказалось вровень со льдом. После этого наползайте на лед, продолжая отталкиваться ногами и помогая себе руками.**

8. Выбравшись на лед, распластайтесь на нем и ползите вперед, не пытаясь подняться на ноги.

9. Ближе к берегу, где лед крепче, повернитесь на бок и перекатывайтесь в сторону берега.

10. Выбравшись на берег, не останавливайтесь, чтобы не замерзнуть окончательно. Бегом добирайтесь до ближайшего теплого помещения.

Первая помощь провалившемуся под лед включает следующие этапы:

1. Оценка обстановки и ее опасности для оказывающего помощь.

2. Прекращение действия травмирующего фактора (извлечение пострадавшего из полыньи (проруби)).

3. Оценка состояния пострадавшего.

4. Оказание медицинской помощи.

5. Доставка пострадавшего в лечебное учреждение.

Первый этап. Не паникуйте. Оцените обстановку с целью эффективного оказания помощи и обеспечения собственной безопасности: наличие других людей для оказания помощи, наличие спасательных средств (веревки, доски, лестницы, шесты, лыжи, личная одежда: шарфы, ремни, при необходимости их связать), средства связи для вызова помощи (самому или с помощью других вызвать спасателей и «скорую»).

Второй этап.

1. Приближайтесь к пострадавшему осторожно, по его следам, ползком, распластавшись на льду, подкладывая под себя доски, лыжи и т.п.

2. Бросьте ему конец веревки или протяните конец палки. На конце веревки следует сделать петлю, чтобы он продел в нее руку.

3. Если удастся быстро найти широкую доску, подведите ее под грудь пострадавшему, чтобы он мог лечь на нее, ухватившись руками. После этого вам легко будет его вытащить.

4. Начинайте осторожно подтягивать его к себе.

5. Если у вас нет никаких подручных средств и лед достаточно крепок, подползите к краю полыньи и попытайтесь вытянуть пострадавшего за руки или за одежду.

Третий этап. Вызвать «скорую», если это не было сделано ранее. Определить у пострадавшего наличие признаков жизни (наличие сердечной деятельности и дыхания).

Для определения состояния пострадавшего необходимо уложить его спиной на твердую поверхность, проверить наличие дыхания (по подъему грудной клетки или запотеванию зеркала), проверить наличие пульса на сонной (на шее) или лучевой (на запястье) артерии.

Четвертый этап. В зависимости от состояния пострадавшего оказать ему медицинскую помощь.

Если пострадавший в сознании, то срочно доставить его в тепло.

Если пострадавший потерял сознание, но имеет нормальное дыхание, его следует уложить на подстилку, накрыть одеждой и срочно доставить в тепло.

Если пострадавший не проявляет признаков жизни или у него редкое судорожное дыхание, немедленно начать делать искусственную вентиляцию легких и непрямой массаж сердца до тех пор, пока не появится самостоятельное дыхание и сердцебиение, или пострадавший будет передан бригаде скорой помощи.

Оказавшись в тепле, сразу же переоденьте его в сухую одежду, при необходимости растерев обмороженные места спиртом. Если до ближайшего помещения слишком далеко, разводите костер прямо на месте. Высушите на нем одежду пострадавшего, дав ему что-нибудь из своих вещей. Если он сильно обморожен, растирайте его спиртом.