

## ПАМЯТКА

### по обеспечению безопасности населения на водных объектах в зимнее время

В целях обеспечения безопасности людей на водных объектах в зимнее время, необходимо помнить, что любое пребывание на льду всегда таит опасность, поэтому, прежде чем выйти на лед, не будет лишним вспомнить правила, которые обеспечат Вам безопасность, а может и сохранят жизнь:

1. Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).

2. При переходе (переезде) через реку пользуйтесь оборудованными ледовыми переправами.

3. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги.

4. Безопасным считается лед толщиной минимум в 7 см;- крепким считается лед прозрачный, а рыхлый и молочного цвета опасен. Передвигаясь по водоему, следите за цветом льда: чем он темнее, тем тоньше. Во время движения по льду следует обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега.

5. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне.

6. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).

7. Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

8. Если есть рюкзак (ранец), повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.

9. Иметь при себе средства связи (мобильные телефоны).

10. 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 под мышки. Специальные когти – две палочки-рукоятки с металлическими штырями на концах, соединенные шнурком. Такими шипами удобнее цепляться за лед, который быстро намокает и становится более скользким. Обзаведитесь пешней. Она поможет прощупать лед, и в случае неприятностей ее можно положить поперек пролома полыни.

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

12. Убедительная просьба родителям: не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра.

13. Исключить употребление спиртных напитков.

#### **Что делать, если Вы провалились и оказались в холодной воде:**

1. Не паникуйте, сбросьте тяжелые вещи, удерживайтесь на плаву, зовите на помощь

2. Обопритесь на край льдины широко расправленными руками

3. Старайтесь не обламывать кромку льда, навалитесь на нее грудью, поочередно поднимите и вытащите ноги на льдину

4. Держите голову высоко над поверхностью воды, постоянно зовите на помощь.

5. Выбравшись из полыни, откатывайтесь, а затем ползите в ту сторону, откуда шли: ведь лед здесь уже проверен на прочность.

#### **Оказание первой медицинской помощи пострадавшему:**

1. 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.

2. Приступить к выполнению искусственного дыхания.

3. Немедленно вызвать скорую медицинскую помощь.

#### **Время безопасного пребывания человека в воде:**

1. При температуре воды 24° С время безопасного пребывания: 7-9 часов.

2. При температуре воды 5-15° С - от 3,5 часов до 4,5 часов.

3. Температура воды 2-3 ° С становится не безопасной для человека через 10-15 мин.

4. При температуре воды минус 2° С ооченение может наступить через 5-8 мин.