

## **МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЬДУ ВОДОЕМОВ**

Лед на водоемах – это зона повышенного риска. Ежегодно погибает огромное количество людей именно из-за несоблюдения правил техники безопасности при нахождении на льду водоемов. Среди пострадавших: рыбаки, увлекшиеся подледной рыбалкой, дети, которые решили поиграть на льду или покататься по нему на коньках, те, кто решил срезать путь и пройти по льду.

### **ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ ВОДОЕМОВ:**

- Выходить на лёд нужно в светлое время суток;
- Ступать по нему следует осторожно, обходя все подозрительные места;
- При движении по льду группой нужно соблюдать дистанцию между идущими 5-6 метров, не спешить и не скапливаться в одном месте;
- В случае потрескивания льда следует вернуться назад тем же путём, делая скользящие движения ногами, не отрывая их от поверхности льда;
- Бежать по льду категорически **ЗАПРЕЩАЕТСЯ**.

### **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- Выходить на ледяную поверхность водоема, если она рыхлая, а кое-где проступает вода;
- Выходить на лед, если Вы один, и в пределах видимости нет никого, кто смог бы прийти Вам на помощь;
- Проверять толщину ударами ног и клюшками, прыгать и бегать по льду.
- Идти по льду, засунув руки в карманы. Нести за спиной накрепко затянутый рюкзак;
- Собираться группой на небольшом участке льда;
- Переходить водоем по неокрепшему льду друг за другом на небольшом расстоянии.

**Убедительная просьба родителям: не отпускайте детей на лед водоемов (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра. При совместном нахождении на льду водоемов, будьте внимательны и наблюдайте за своими детьми!**

## **МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ В МЕСТАХ ПОДЛЕДНОГО ЛОВА РЫБЫ**

Собираясь на подледную рыбалку, нужно брать с собой простые спасательные средства («конец Александрова», спасательную доску, веревку), которые надо держать под рукой. В осенний и весенний сезоны для усиления опоры рядом с лункой надо класть принесенную доску. Это повышает безопасность рыбака на льду.

Многолетний опыт осенне-зимне-весенних рыбалок диктует такие **правила:**

- не пробивать рядом много лунок;
- не собираться большими группами на одном месте;
- не пробивать лунки на переправах;
- не ловить рыбу у промоин, как бы ни был хорош там клев;
- всегда иметь под рукой прочную веревку длиной 12-15 метров (на одном конце шнура должен быть закреплён груз 400-500 граммов, на другом – изготовлена петля) или шест длиной 3-5 метров.

**Эти простые и понятные правила помогут вам сохранить жизнь и здоровье.**

### **ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ВСЕ-ТАКИ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЕД?**

Единственное, чего не стоит делать точно, так это паниковать. Как только вы запаникуете, ваши шансы на удачное спасение стремительно уменьшаются. Если вы чувствуете, что лед под вами становится тоньше и начинает трескаться, необходимо медленно и аккуратно вернуться туда, где лед был толще. В таком случае нельзя начинать быстро бежать по льду. Такое поведение может лишь спровоцировать быстрый раскол поверхности.

- Первое, что надо сделать – это позвать на помощь. В ледяной воде достаточно провести несколько минут, чтобы организм был охлажден до того состояния, из которого уже невозможно восстановление всех жизненно важных функций организма. Однако, в данной ситуации особенно важно, чтобы тот человек, который приходит на помощь, знал, как это правильно сделать.
- 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 лед здесь уже проверен на прочность.

### **КАК МОЖНО СПАСТИ ПРОВАЛИВШЕГОСЯ ПОД ЛЕД?**

- Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- Затем, ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собой спасательные средства, осторожно двигайтесь по направлению к полынье

(так оказывается меньшее давление на единицу площади ледяной поверхности, а значит меньше вероятность дальнейшего разлома льда).

- Остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.
- Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны в ту сторону, откуда пришли, вызовите скорую.
- Необходимо действовать быстро, но без паники и суеты.

### **ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ НА МЕСТЕ:**

- Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, дайте сухую или заверните в одеяло. Затем энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь - в подобных случаях это может привести к летальному исходу.
- Нельзя погружать человека в горячую ванну, так как резкий перепад температур может выдержать даже не всякое здоровое сердце. Если есть возможность погрузить человека в теплую воду, то лучше всего, если вода будет примерно температуры тела, около тридцати семи градусов. Потом, по мере отогревания пострадавшего возможен небольшой подогрев воды.
- Даже если пострадавший уверяет, что чувствует себя нормально, без врачей скорой помощи не обойтись. Дело в том, что после шокового состояния и всего пережитого человек может просто не чувствовать каких-либо изменений, которые могли произойти с его организмом. Часто люди, провалившись под лед, погибают даже после того, как их уже спасли именно из-за переохлаждения и отказа жизненно-важных органов.



## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



**НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЕД В ОДИНОЧКУ !  
НЕ ПРОВЕРЯЙТЕ ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА НОГАМИ !  
БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ ,ОСТОРОЖНЫ И ГОТОВЫ  
В ЛЮБУЮ МИНУТУ К ОПАСНОСТИ !**



**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ !  
ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ПОЛЫНИИ ,ТРЕЩИНЫ  
ИЛИ ЛУНКИ !**



**ВНИМАНИЕ ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД СНЕГОМ  
МОГУТ БЫТЬ ГЛУБОКИЕ ТРЕЩИНЫ И РАЗЛОМЫ.**



**ОСТОРОЖНО ! В ЭТИХ МЕСТАХ ДАЖЕ ПОСЛЕ  
СИЛЬНЫХ МОРОЗОВ СЛАБЫЙ ЛЕД !**



**ВНИМАНИЕ ! ЕСЛИ ПОД ВАМИ ЗАТРЕЩАЛ ЛЕД И  
ПОЯВИЛИСЬ ТРЕЩИНЫ НЕ ПУГАЙТЕСЬ И НЕ  
БЕГИТЕ ОТ ОПАСНОСТИ !  
ПЛАВНО ЛОЖИТЕСЬ НА ЛЕД И ПЕРЕКАТЫВАЙТЕСЬ  
В БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО !**



**ПОМНИТЕ ! БЫСТРОЕ ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ  
ПОПАВШИМ В БЕДУ ВОЗМОЖНО ТОЛЬКО В ЗОНЕ  
РАЗРЕШЕННОГО ПЕРЕХОДА !**

© Авторы:  
Филоненко Е. Н.  
Макаров В. В.  
Максименков Г. И.