

## Правила безопасного поведения на льду



С наступлением морозов вода в водоемах покрывается льдом, который не очень прочен и легко ломается под ногами человека или под тяжестью техники.

Скрепленный ночным холодом, он ещё способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем,

быстро нагреваясь, становится очень слабым. Поэтому нельзя забывать о серьезной опасности, которую таят в себе только что замерзшие водоемы.

**Необходимо помнить:** – Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной воде и 15 см в соленой.

– Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов, камыша.

– Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%.

– Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, белого — прочность его в 2 раза меньше, матово белый или с желтоватым оттенком – ненадежен.

– Оказавшись на потрескивающем льду, осторожно развернитесь и скользящими шагами возвращаться по уже пройденному пути к берегу.

– Не собирайтесь группами на отдельных участках льда. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга не менее пяти метров.

При рыбной ловле на льду не рекомендуется делать лунки ближе чем 5–6 метров одна от другой. Обязательно нужно обезопасить себя спасательным жилетом или нагрудником.

### ***Если вы провалились в холодную воду:***

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание, зовите на помощь.
- Широко раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться в воду с головой.
- Выталкивайте свое тело на лед, помогая ногами, опираясь на согнутые в локтях руки.
- Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед. Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу, в ту сторону, откуда пришли — лед здесь уже проверен на прочность.

### ***Оказание помощи пострадавшему, провалившемуся под лед:***

- Вооружиться любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- Подползать к полынье очень осторожно, широко раскинув руки.
- Сообщить пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.
- Если Вы не один, то, лечь на лед и двигаться друг за другом.
- Подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них.
- За 3–4 метра протянуть пострадавшему шест, доску, кинуть веревку или 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.
- Осторожно вытащить пострадавшего на лед, и вместе с ним ползком выбираться из опасной зоны.
- Доставить пострадавшего в теплое (отапливаемое) помещение. Оказать ему помощь: снять и отжать всю одежду, по возможности переодеть в сухую одежду и укутать полиэтиленом (возникнет эффект парника).
- Вызвать скорую помощь.