

Осторожно, тонкий лед!

В осенне-зимнее время многие водоемы (реки, пруды, озера) покрываются льдом, и это привлекает подростков: появляется возможность покататься на коньках, поиграть в хоккей, заняться подледной рыбалкой, да и просто ради спортивного интереса перейти на другой берег водоема. Вот тут-то и подстерегают смельчаков опасности. Это связано, прежде всего, с риском провалиться под лед и оказаться в студеной воде.

Как вести себя, если вдруг лед не выдержал, и вы провалились? Не пугайтесь! Помните о первом правиле психологической защиты - нет безвыходных ситуаций. Не предпринимайте отчаянных, необдуманных действий, не тратьте напрасно силы. Провалившись, человек, как правило, не окунается с головой - сухая одежда придает достаточную плавучесть и позволяет какое-то время находиться на плаву. Знайте, что человек в зимней одежде способен находиться в ледяной воде, упираясь в кромку льда локтями и предплечьями, до 30-40 мин. Используйте это время и попробуйте выбраться. Как это сделать?

Если вы провалились в холодную воду:

- ✓ Не паникуйте, 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 ноги на лед.
- ✓ Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
- ✓ Ползите в ту сторону - откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.

Если нужна ваша помощь:

- ✓ Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкою. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- ✓ Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.
- ✓ 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.
- ✓ Ползите в ту сторону - откуда пришли.
- ✓ Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело, напоите пострадавшего горячим чаем.

Меры безопасности на льду.

Необходимо во время движения по льду обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега, проявлять особую осторожность в местах, где быстрое течение, родники, выступают на поверхность кусты, трава, впадают в водоем ручьи и вливаются теплые сточные воды промышленных предприятий, ведется заготовка льда и тому подобное.

Безопасным для перехода является лед с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7см. Группа при переходе водоема по льду или на лыжах должна следовать друг за другом на расстоянии 5-6 метров и идущий сзади должен быть готовым при необходимости оказать немедленную помощь впереди идущему. Во время движения лыжник, идущий первым, ударами палок должен проверять прочность льда и следить за его состоянием.

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

Это должен знать каждый!

- ✓ Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной воде и 15 см в соленой.
- ✓ В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.
- ✓ Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%.