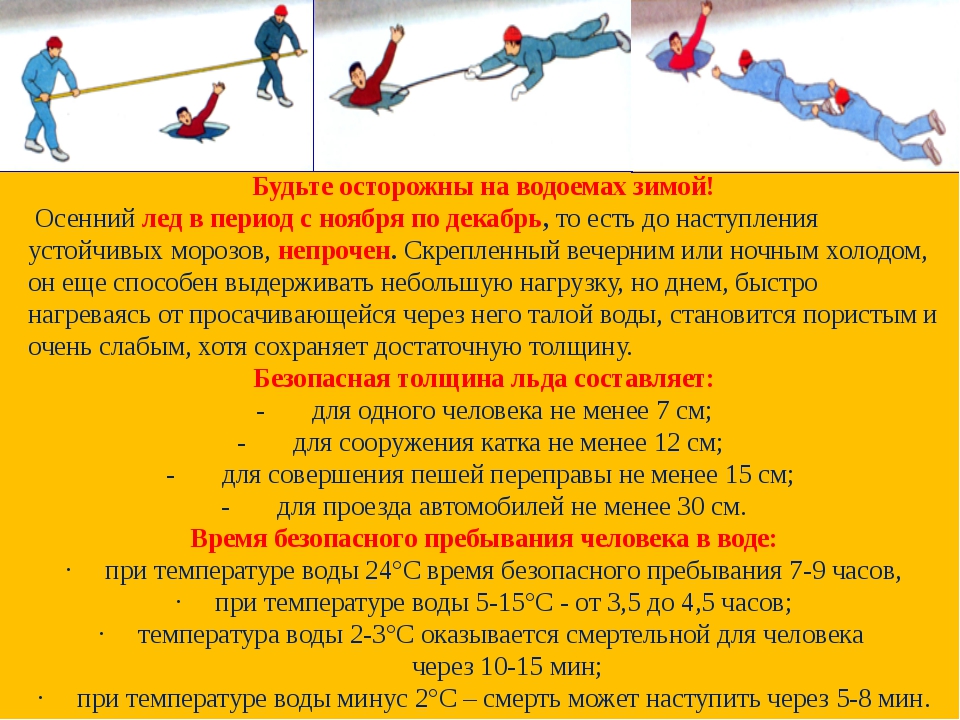
**Памятка о правилах безопасного поведения на льду**

[**ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ЛЮДЕЙ НА ВОДЕ В ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД**](https://school58.edu.yar.ru/bezopasnost/pravila_bezopasnogo_poveden_37/pravila_bezopasnosti_lyudey_na_vode_v_osenne_zimniy_period.pdf)[(просмотр)"/](https://cms2.edu.yar.ru/docviewer?url=https://school58.edu.yar.ru/bezopasnost/pravila_bezopasnogo_poveden_37/pravila_bezopasnosti_lyudey_na_vode_v_osenne_zimniy_period.pdf&name=%D0%9F%D0%A0%D0%90%D0%92%D0%98%D0%9B%D0%90%20%D0%91%D0%95%D0%97%D0%9E%D0%9F%D0%90%D0%A1%D0%9D%D0%9E%D0%A1%D0%A2%D0%98%20%D0%9B%D0%AE%D0%94%D0%95%D0%99%20%D0%9D%D0%90%20%D0%92%D0%9E%D0%94%D0%95%20%D0%92%20%D0%9E%D0%A1%D0%95%D0%9D%D0%9D%D0%95-%D0%97%D0%98%D0%9C%D0%9D%D0%98%D0%99%20%D0%9F%D0%95%D0%A0%D0%98%D0%9E%D0%94)

Следует помнить, что первый лед тонкий и непрочный. Поэтому несоблюдение правил безопасности на льду часто становится причиной гибели и травматизма людей и в первую очередь детей. Если вы находитесь на водоеме, необходимо помнить основные правила безопасного поведения на льду.



**Чтобы избежать несчастных случаев на льду, необходимо знать:**

* перед выходом на замерзший водоем необходимо определить прочность льда. Не следует делать этого ударом ноги, такой способ крайне неудачен и может привести к провалу;
* прочный лед имеет прозрачный цвет с голубоватым оттенком;
* допустимой нормой выхода на лед одного человека является толщина льда 7 см, для сооружения катка – не менее 12 см, а для массового выхода на лед – 25 см.;
* ни в коем случае не выходите на ледяную поверхность водоема, если она рыхлая, а кое- где проступает вода;
* если вы видите, что лед под ногами становится все тоньше и начинает трескаться, необходимо вернуться в более безопасное место и как можно быстрее покинуть поверхность водоема;
* не выходите на лед, если вы один и в пределах видимости нет никого, кто смог бы прийти вам на помощь;
* ни в коем случае не прыгайте по льду, также не стоит бегать по нему;
* если вы спасаете человека, который провалился под лед, не допускайте паники.

**ПРИЕМЫ СПАСЕНИЯ**

* не поддавайтесь панике, преодолейте в себе страх пред водной стихией;
* попав в беду, сразу зовите на помощь, не пытайтесь спасаться молча. Любой, кто услышит Ваш зов, поспешит на помощь;
* попытайтесь освободиться от верхней одежды и обуви, быстро намокшая одежда тянет провалившегося человека под воду;
* сохраняйте спокойствие, попробуйте выбраться на лед, действуйте быстро и решительно;
* не следует беспорядочно барахтаться в воде и наваливаться на кромку льда всем весом своего тела, кромка в этом случае будет обламываться;
* следует спокойно опереться локтями об лед, перевести тело в горизонтальное положение так, чтобы ноги оказались у поверхности воды, затем ближнюю к кромке ногу осторожно вынести на лед и далее, переворачиваясь на спину, выбраться из пролома и без резких движений, не вставая, отползти или откатиться от опасного места.



**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.

**Помните!!! Выполнение элементарных мер предосторожности – залог вашей безопасности!**