

ПАМЯТКА о мерах безопасности **на тонком льду и в период весеннего паводка**

Приближается время весеннего паводка. Лед на реках становится рыхлым, «съедается» сверху солнцем, талой водой, а снизу подтачивается течением. Очень опасно по нему ходить: в любой момент может рассыпаться под ногами и сомкнуться над головой.

Помните:

На весеннем льду легко провалиться; Быстрее всего процесс распада льда происходит у берегов; Весенний лед, покрытый снегом, быстро превращается в рыхлую массу.

Взрослые!

Не оставляйте детей без присмотра!

Оставаясь без присмотра родителей и старших, не зная мер безопасности, дети играют на обрывистом берегу, а иногда катаются на льдинах водоема. Такая беспечность порой кончается трагически.

Весной нужно усилить контроль за местами игр детей.

Родители и педагоги! Не допускайте детей к реке без надзора взрослых, особенно во время ледохода; предупредите их об опасности нахождения на льду при вскрытии реки или озера. Расскажите детям о правилах поведения в период паводка, запрещайте им шалить у воды, пресекайте лихачество. Оторванная льдина, холодная вода, быстрое течение грозят гибелью. **Помните, что в период паводка, даже при незначительном ледоходе, несчастные случаи чаще всего происходят с детьми.** Разъясните детям меры предосторожности в период ледохода и весеннего паводка.

Памятка о правилах поведения на льду в весенний период

Перед вскрытием рек, озер, водоемов лед слабеет, становится рыхлым, опасным для перехода. Особую внимательность необходимо проявлять при выходе на лед в местах зимнего лова рыбы. Выходить на необследованный лед опасно, а при надобности перехода нужно пользоваться палкой-пешней, проверяя прочность льда. Особенно осторожно нужно спускаться с берега - лед может неплотно соединяться с сушей, возможны трещины, подо льдом может быть воздух. Также лед непрочен около стока вод, в местах произрастания растительности, под сугробами.

Остерегайтесь:

- выходить на лед в местах, обозначенных запрещающими аншлагами;
- любоваться ледоходом с обрывистых берегов, так как течение подмывает их и возможны обвалы.

Основным условием безопасного пребывания человека на льду является соответствие толщины льда прилагаемой нагрузке:

- безопасная толщина льда для одного человека в весенний период не менее 10 см;
- безопасная толщина льда для сооружения катка 12 см и более;
- безопасная толщина льда для совершения пешей переправы 15 см и более;

- безопасная толщина льда для проезда автомобилей не менее 30 см.

Критерии прочного льда:

- прозрачный лед с зеленоватым или синеватым оттенком;
- на открытом бесснежном пространстве лед всегда толще.

Критерии тонкого льда:

- цвет льда молочно-мутный, серо-желтоватый лед, обычно ноздреватый и пористый. Такой лед обрушивается без предупреждающего потрескивания;
- лед, покрытый снегом (снег, выпавший на только что образовавшийся лед, помимо того, что маскирует полыньи, замедляет рост ледяного покрова).

Лед более тонок:

- на течении, особенно быстром, на глубоких и открытых для ветра местах; над тенистым и торфяным дном; у болотистых берегов; в местах выхода подводных ключей; под мостами; в узких протоках; вблизи мест сброса в водоемы теплых и горячих вод промышленных и коммунальных предприятий;
- в нижнем бьефе плотины, где даже в сильные морозы кратковременные попуски воды из **водохранилища** способны источить лед и образовать в нем опасные промоины;
- в местах, где растет камыш, тростник и другие водные **растения**.

Правила поведения на льду:

1. Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
2. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной **лыжне**. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
3. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).
4. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или **лыжной** палкой покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и **образовании** в нем трещин.

Оказание помощи провалившемуся под лед

Самоспасение:

- не поддавайтесь панике;
- не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться;
- широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду;
- обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лед;

- без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли;

- зовите на помощь;

- удерживая себя на поверхности воды, стараться затрачивать на это минимум физических усилий. (Одна из причин быстрого понижения температуры тела - перемещение прилежащего к телу подогретого им слоя воды и замена его новым, холодным. Кроме того, при движениях нарушается дополнительная изоляция, создаваемая водой, пропитавшей одежду);

- находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Известно, что более 50% всех теплотерь организма, а по некоторым данным, даже 75% приходится на ее долю;

- активно плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 мин;

- добравшись до плавсредства, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть. Если вы оказываете помощь:

- подходите к полынье очень осторожно, лучше подползти попластунски;

- сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность;

- за 3-4 метра протяните ему веревку, шест, доску, 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.

Первая помощь при утоплении:

- перенести пострадавшего на безопасное место, согреть;

- повернуть утонувшего лицом вниз и опустить голову ниже таза;

- очистить рот от слизи. При появлении рвотного и кашлевого рефлексов - добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка (нельзя терять время на удаления воды из легких и желудка при отсутствии пульса на сонной артерии);

- при отсутствии пульса на сонной артерии сделать наружный массаж сердца и искусственное дыхание;

- доставить пострадавшего в [медицинское учреждение](#).

Отогревание пострадавшего:

- пострадавшего надо укрыть в месте, защищенном от ветра, хорошо укутать в любую имеющуюся одежду, [одеяло](#);

- если он в сознании, напоить горячим [чаем](#), [кофе](#). Очень эффективны грелки, бутылки, фляги, заполненные горячей водой, или камни, разогретые в пламени костра и завернутые в ткань, их прикладывают к боковым поверхностям грудной клетки, к голове, к паховой области, под мышки;

- нельзя растирать тело, этим можно нанести серьезный вред организму. Так, при растирании охлажденная кровь из периферических сосудов начнет активно поступать к "сердцевине" тела, что приведет к дальнейшему снижению ее температуры.