Осторожно!!!! Осенний ледостав

**Памятка по поведению людей на воде в осенне-зимний период**

Осенний лёд в период с ноября по декабрь (до наступления устойчивых морозов) **НЕ ПРОЧЕН**. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он еще способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем, быстро нагреваясь, от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину.

|  |  |
| --- | --- |
| **Критерии прочного льда** | **Критерии тонкого льда** |
| Прозрачный лёд с зеленоватым или   синеватым оттенком | Цвет льда   молочно-мутный, серый лед, обычно ноздреватый и пористый. Такой лед   обрушивается *без предупреждающего потрескивания* |
| На открытом бесснежном   пространстве лед всегда толще | **Тонкий лед   может быть:**   * вблизи мест сброса   в водоемы теплых и горячих вод (например, с фермы или фабрики). * где быстрое   течение, в реку впадаёт ручей или   бьют подводные ключи * на глубоких и   открытых для ветра местах * над тенистым и   торфяном дном * под мостами * в узких протоках * у болотистых   берегов, вблизи кустов, камыша, под сугробами, в местах, где водоросли   вмерзли в лед. * площадки, покрытые   толстым слоем снега (снег, впавший на только что образовавшийся лед,   маскирует полыньи и замедляет рост ледяного покрова) * около берега:   лед может неплотно соединяться с сушей, возможны трещины, подо льдом   может быть воздух. * в нижнем бьефе   плотины (кратковременные спуски воды из водохранилища) |

***Правила поведения на льду.***

* Ни в коем случае нельзя заходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
* При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.
* Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды – это означает, что лед тонкий, но 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 больше площадь. Точно также поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.
* 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.
* При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).
* Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепление лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.
* Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.
* На замерзший водоем необходимо рать с собой прочный шнур длиною 20-25 м с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее под мышки.
* Убедительная просьба родителям: не допускать детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах, коньках) без присмотра.
* Одна из самых частых причин трагедий на водоемах – алкогольное опьянение. Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

***Оказание помощи провалившемуся под лед человеку:***

***Самоспасение:***

* Не поддавайтесь панике. Действуйте решительно и не мешайте себе страхом, тысячи людей проваливались до вас и спаслись.
* Не надо барахтаться и наваливаться всем тело на тонкую кромку льда, т.к. 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 положении, 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 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 тепло потерь 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 потребуется 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 по-пластунски.
* Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.
* За 3-4 м протяните ему веревку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство.
* Подавать пострадавшему руку небезопасно, т.к. приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и амии рискуете провалиться.

***Первая помощь пострадавшему при утоплении:***

* Перенести пострадавшего на безопасное место, согреть.
* Повернуть утонувшего лицом вниз и опустить голову ниже таза.
* Очистить рот от слизи. При появлении рвотного или кашлевого рефлекса – добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка (нельзя терять время на удаление 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, подмышки.
* Нельзя растирать тело, давать алкоголь, этим можно нанести серьезный вред организму. Так, при растирании охлажденная кровь из периферических сосудов начинает активно поступать к «сердцевине» тела, что приведет к дальнейшему снижению ее температуры. Алкоголь же будет оказывать угнетающее действие на центральную нервную систему.

Управление гражданской защиты населения г. Мегион тел:112 ЕДДС МКУ «УГЗН»