

Инструкция № 8 **о правилах поведения и мерах безопасности на водоемах в осенне-зимний период**

Основные правила поведения на льду.

- На тонкий, неокрепший лед выходить **ЗАПРЕЩЕНО!**
- Выходить на лед можно только тогда, когда его толщина достигает не менее 10 сантиметров в пресной воде
- Прочность льда можно определить визуально: лёд голубого цвета – прочный, а прочность льда белого цвета в 2 раза меньше. Лёд, имеющий оттенки серого, матово-белого или желтого цвета является наиболее ненадежным. Такой лёд обрушивается без предупреждающего потрескивания.
- Ни в коем случае нельзя выходить 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 покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своим же следам 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.
- 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: необходимо двигаться медленно; 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 брать с собой прочный шнур длиной 20 – 25 метров 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 подмышки.
- Детям без присмотра взрослых запрещено выходить на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках).

Если вы провалились под лед:

- широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой;
- если возможно, передвиньтесь к тому краю полыньи, где течение не увлечет вас под лед;
- старайтесь, не обламывая кромку, без резких движений выбраться на лед, наполняя грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги, широко их расставив;
- выбирайтесь из полыньи, перекатываясь, а затем двигайтесь ползком в ту сторону, откуда шли.

При спасении человека, провалившегося под лед, необходимо:

учащимся старше 14 лет:

- немедленно крикнуть ему, что помощь в пути;
- приблизиться к полынье ползком, широко раскинув руки;
- подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них;
- к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажетесь в воде;
- ремни и шарф, любая доска, лыжи, санки помогут вам спасти человека;
- бросать связанные предметы нужно за 3-4 м до пострадавшего;
- действовать решительно и быстро;
- подать пострадавшему подручное средство, вытащить его на лед и ползком двигаться от опасной зоны;

учащимся до 14 лет:

- немедленно крикнуть ему, что помощь в пути;
- позвать на помощь взрослых.

Оказание первой медицинской помощи пострадавшему на воде:

- при попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо очистить полость рта, уложить его животом на колени так, чтобы голова свисала к земле и, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких;
- приступить к выполнению искусственного дыхания;
- с пострадавшего необходимо снять и отжать всю одежду, потом надеть (если нет сухой) и укутать полиэтиленом (возникает эффект парника);
- при общем охлаждении пострадавшего как можно быстрее доставить в теплое (отапливаемое) помещение. Немедленно вызвать скорую медицинскую помощь. Снять мокрую одежду, тепло укрыть, обложить грелками, напоить горячим чаем.

Если Вы стали очевидцем несчастного случая на водном объекте или сами попали в аналогичную ситуацию, и существует возможность сообщить о происшествии, срочно обращайтесь за помощью пожарную службу по телефону 01 (101) либо по единому номеру вызова экстренных служб 112.