

ПАМЯТКА

по оказанию помощи пострадавшим, провалившимся под лёд

Особенно лёд подводит человека в марте – апреле; в октябре - декабре.

В октябре-декабре водоемы покрываются ледяным панцирем, который очень не прочен и легко ломается под ногами человека или под тяжестью техники. Нередко в эту пору школьники, отправившиеся покататься на речку, а также прочие рискованные люди проваливаются под лед в холодную воду.

Март-апрель - это сезон хрупкого весеннего льда, ледоходов, паводков и наводнений. Риск оказаться в холодной воде в это время многократно повышается.

Для того, чтобы прогулка не обернулась трагедией

ПОМНИТЕ элементарные правила безопасности:

1. **Не выходите на лед без необходимости, лихой удали.**
2. В начале зимы (лед ломается со звонким хрустом, трещит) и в начале весны (лед ломается без треска, вода быстро просачивается и заполняет следы).
3. Расстегните пояс рюкзака, чтобы быстро его сбросить в случае опасности.
4. Двигайтесь по натоптаным следам и тропинкам.
5. Имейте в руках палку, прощупывайте перед собой путь.
6. Если лед начал трескаться, осторожно ложитесь и ползите по своим следам обратно.
7. При движении группой следуйте друг за другом на расстоянии, вперед пропустите самого опытного.

ЗАПОМНИТЕ!

В начале зимы наиболее опасна середина водоема.

В конце зимы опасны прибрежные участки, участки вблизи сливных труб, под мостами.

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ПОПАЛ В ПОЛЫНЬЮ:

1. Попросите кого-нибудь вызвать "скорую помощь" и спасателей 112.
2. Найдите длинный шест, лыжу, веревку или длинный шарф. Завяжите на конце веревки узел.
3. Постарайтесь приблизиться к полынье по следам, последние 10-15 метров передвигайтесь ползком.
4. Не доползая до края, подайте пострадавшему шест, лыжу, веревку.
5. Вытащив человека из полыни, помогите ему добраться до теплого помещения, переодеться. Окажите первую помощь до приезда врачей.

ЗАПОМНИТЕ!

Не наматывайте веревку на руку - пострадавший может утянуть и вас в полынью.

ЕСЛИ В ПОЛЫНЬЮ ПОПАЛИ ВЫ:

1. Не паникуйте, постарайтесь не нырять и не мочить голову. Придерживайтесь за край льда.
2. **Зовите на помощь: "Тону!"**
3. Выбирайтесь на ту сторону льда, откуда пришли.
4. Выталкивайте свое тело на лед, помогая ногами, опираясь на согнутые в локтях руки.
5. Если лед ломается, все равно не оставляйте попыток выбраться.
6. Закиньте одну ногу на край льда, перекатываясь, отползите на 2-3 метра, встаньте и идите к ближайшему жилью.
7. Не останавливайтесь! Выжать одежду и отдохнуть можно только в теплом помещении
8. Двигайте и делайте силовые упражнения, пока не разогреетесь.

Для оказания помощи вам необходимо позвонить по телефону:

112 - ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ

