

## Уважаемые дети и родители!

С наступлением осеннее - зимнего периода возникает опасность травматизма и несчастных случаев на льду. Будьте особенно внимательны, выходя на лёд! Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).

Внимание! Под снегом могут быть крупные трещины и разломы. При вынужденном переходе водоёма безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Перед тем, как спуститься на лед, внимательно осмотритесь и наметьте маршрут.

Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при



этом крепление лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить. При переходе водоема необходимо соблюдать расстояние друг от

друга не менее 5-6 метров.

Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалиться. На замерзший водоём необходимо брать с собой прочный шнур шириной 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 её под мышки.

**Уважаемые родители!**

**Не отпускайте детей на лёд без присмотра!**

## **ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ И МЕРЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ С ДЕТЬМИ И ШКОЛЬНИКАМИ ВО ВРЕМЯ ЛЕДОСТАВА**

Наступила пора заморозков и ледостава.

Ребятам не терпится надеть коньки, провести час-другой на льду. Однако спешить с выходом на пруды, реки и озера нельзя. Первый лед всегда коварен. В нашем крае в ноябре-декабре начинается ледостав. Лед в это время гонок, не прочен и не выдерживает нагрузок, а это зачастую приводит к несчастным случаям.

**ПОМНИТЕ!** Дети не обладают опытом, не знают мер безопасности, так как чувство опасности у ребёнка слабее любопытства, недостаточно знают правила поведения на льду и поэтому легко попадают в беду, расплачиваясь иногда ценою жизни.



## **ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- выходить на лёд, когда его толщина менее 7 см;
- кататься и собираться группами на тонком, еще не окрепшем льду, особенно если он не запылён снегом;
- в незнакомых местах скатываться на лёд с обрывистых берегов;
- устраивать игры на льду в местах, где есть быстрое течение, где впадают в реки ручейки, образующие промоины;
- устраивать катки на водоёмах, где толщина льда не превышает 25 см;
- выходить на лёд, если в течение суток резко колеблется температура воздуха, находиться на нем, особенно в темное время суток.

## **УБЕДИТЕЛЬНАЯ ПРОСЬБА РОДИТЕЛЯМ!**

**Не допускайте, чтобы дети находились без присмотра вблизи рек, озер, прудов. Проведите разъяснительные беседы об опасности любого передвижения по замерзающим водоёмам!**



## **ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ В ХОЛОДНУЮ ВОДУ**

1. Не паникуйте, не делайте резких движений, сохраните дыхание.
2. Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение. Зовите на помощь!
3. Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросьте одну, а потом и другую ноги на лёд. Если лёд выдержал, перекатываясь, медленно ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь здесь лёд уже проверен на прочность. Не останавливаясь, идите к ближайшему жилью. Выжать одежду и отдохнуть можно только в тёплом помещении.

## **ЕСЛИ НУЖНА ВАША ПОМОЩЬ**

Если вы стали очевидцем несчастного случая немедленно сообщите о происшествии в единую дежурно-диспетчерскую службу города по телефону: 112 или вызовите скорую медицинскую помощь по телефону 03.

Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться. Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или верёвкой, можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.

При спасении провалившегося на лед, для обеспечения собственной безопасности, если длина имеющейся веревки позволяет, нужно обвязаться и закрепить её на берегу или в лунке твердого льда.

Ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно

передвигайтесь к полынье. Достигнув расстояние, позволяющее докинуть подготовленные спасательные средства до находящегося в воде человека, бросьте ему их.

Затем необходимо отползти назад на крепкий лед, и, не вставая на ноги постепенно вытаскивать пострадавшего. Когда пострадавший окажется на льду, вместе с ним ползком выбирайтесь из опасной зоны.

## **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. Нельзя растирать тело, особенно спиртом – этим можно нанести серьезный вред организму, так как оказывается угнетающее действие на центральную нервную систему.

