

# **Инструкция**

## **по правилам безопасного поведения на водоёмах в осенне-зимний и весенний периоды**

1. Лед зеленоватого оттенка, толщиной 7 см - безопасный, он выдерживает одного человека.
2. Непрочный лёд - около стока воды (с фабрик, заводов).
3. Тонкий и рыхлый лёд - вблизи камыша, кустов, под сугробами.
4. Ненадёжный тонкий лёд - в местах, где бьют ключи, быстрое течение или там, где впадают в речку ручьи.

### **5. Запрещается:**

- Выходить по одному на неокрепший лед.
- Собираться группой на небольшом участке льда.
- Проверять на прочность льда ударами ногой, клюшками.
- Переходить водоем по неокрепшему льду друг за другом на небольшом расстоянии.
- Идти по льду, засунув руки в карманы. Нести за спиной прочно надетый рюкзак.

### **6. Можно и нужно:**

- 6.1. Не рисковать! Если лед трескается и прогибается, остановиться немедленно и сойти со льда.
- 6.2. Удостовериться в прочности льда. Спросить разрешения перехода у взрослых.
- 6.3. Замёрзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления 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.
- 6.4. При вынужденном переходе водоёма безопаснее всего придерживаться проторённых троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лёд, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
- 6.5. Площадки под снегом следует обойти.
- 6.6. При переходе водоёма группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5 - 6 м).
- 6.7. Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо.

### **7. Если вы провалились под лед:**

- 7.1. Необходимо широко раскинуть руки по кромкам льда, удерживаться от погружения с головой;
- 7.2. Переберитесь к тому краю полыньи, пролома, где течение не увлекает Вас под лёд.

7.3. Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбираться на лёд, наползая грудью и поочерёдно вытаскивая на поверхность ноги, широко расставив их.

7.4. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, откуда вы пришли.

7.5. Добравшись до берега, идите быстро домой, переоденьтесь в тёплую, сухую одежду выпейте горячий чай.

## **8. Если на ваших глазах провалился человек:**

8.1. Немедленно крикните ему, что идете на помощь.

8.2. Приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки. Будет лучше, если подложите лыжи или фанеру, чтобы увеличить свою площадь опоры.

8.3. К самому краю полыньи подползать нельзя, иначе можно окажетесь в воде. Ремни или шарф, любая доска, жердь, лыжи помогут Вам спасти человека. Бросать связанные предметы нужно на 3- 4 м.

8.4. Велите провалившемуся человеку распластать руки по льду и работать ногами, чтобы удержаться на поверхности

8.5. Опуститесь на колени или лягте у кромки льда и протяните человеку руку или какой-нибудь предмет (палку, веревку, одежду).

8.6. Если нужно передвигаться по льду, ложитесь плашмя и медленно подползайте к человеку, пока он не ухватится за протянутый ему предмет.

8.7. Вытащив человека из воды, положите его на лед плашмя, не позволяйте ему встать на ноги и идти по льду.

8.8. Если не удастся вытащить человека из воды с помощью протянутого предмета (рис. 8), но рядом есть помощники, организуйте живую цепь. Один за другим выползайте, распластавшись по льду, и захватывайте лежащего впереди спасателя за лодыжки (рис.9). Подав пострадавшему подручное средство, вытащите его на лёд и ползком двигайтесь от опасной зоны.

## **9. Когда обращаться к врачу:**

9.1. Если человек провалился под лед, вызовите неотложную помощь как можно скорее.

9.2. Если человек, вытасканный из ледяной воды, потерял сознание, если он какое-то время полностью находился под водой, если у него переохлаждение или если его состояние внушает вам опасения, вызовите неотложную помощь.

9.3. В остальных случаях обратитесь к врачу в поликлинику.

# ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ЗИМОЙ



Не находишься под карнизами зданий.  
Снег и сосульки могут упасть!



Играя в снежки, не причиняй  
окружающим неудобств и травм.



Не пробуй снег и сосульки,  
не облизывай металлические предметы.



Не съезжай с горки стоя.  
Скатившись, сразу уходи в сторону.



Не играй и не катайся  
вблизи проезжей части.



Не сиди и не лежи на снегу,  
чтобы не простудиться.



Не выходи на лёд,  
не проверяй его на прочность.



В гололёд ходи осторожно,  
мелкими шагами.



Одевайся по погоде.  
Если промочишь одежду или обувь,  
смени их, чтобы не заболеть.



Отправившись на прогулку в лес  
или другое незнакомое место,  
не отставай от взрослых.



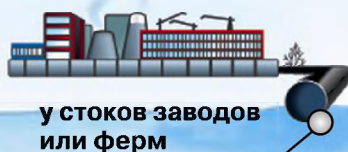
# ОПАСНОСТИ ПЕРВОГО ЗИМНЕГО ЛЬДА

## Опасные места водоемов

у зарослей камыша  
и тростника

в местах скопления снега

у береговой линии



у стоков заводов  
или ферм

в местах бияния ключей и  
впадения ручьев в реки

## Правила перехода водоемов по льду

Переходите водоем  
только при хорошей  
видимости

Идя на лыжах,  
ослабьте крепления,  
снимите с рук ремни  
палок

Возьмите длинную  
палку или веревку

Спускайтесь в местах,  
где нет промоин  
или кустарников

Идите осторожно,  
не отрывая подошвы  
ото льда.  
Проверяйте лед

## Что делать в экстренной ситуации

Не поддавайтесь панике!  
Берегите силы.  
Наползайте на лед  
с широко расставленными  
руками. Делайте  
несколько попыток

При спасении действуйте  
решительно, но осторожно.  
Подбадривайте спасаемого.  
Спасательный предмет  
подавайте с расстояния  
3–4 метра

Разведите костер  
и обогрейте пострадавшего.  
До прибытия спасателей  
попытайтесь найти ему  
сухую одежду

## СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

- ▶ доска
- ▶ лестница
- ▶ веревка с узлами
- ▶ связанные шарфы  
или ремни
- ▶ большая ветка
- ▶ багор



# ВНИМАНИЕ, ГОЛОЛЕД!

## Как не травмироваться на скользкой дороге

**✗** во время таяния льда и снега берегитесь сосулек – не ходите под стенами домов

**✗** не держите руки в карманах – это увеличивает вероятность падения и получения травм

**✗** не перебегайте проезжую часть

обувь должна иметь глубокий протекторный рисунок на подошве

ходите по тротуарам, посыпанным песком или солью

ступая на лед, максимально нагружайте носок, а не пятку

выбирайте освещенные участки дороги

ходите медленно, ноги слегка расслабьте в коленях

выбирайте внутренний край тротуара с непротопанным снегом

# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ЛЬДУ

## БЕЗОПАСНАЯ ТОЛЩИНА ЛЬДА

< 7 см



перемещение по льду толщиной менее 7 см опасно

10 см



подледная рыбалка

12 см



снегоходы

20-30 см



легковые автомобили

30-38 см



джипы, пикапы

## ГДЕ НУЖНО БЫТЬ ОСОБЕННО ОСТОРОЖНЫМ



в местах, покрытых толстым слоем снега



в местах быстрого течения, выхода родников, бьющих ключей



в местах сброса промышленными предприятиями вод и канализационных стоков



в устьях рек и притоках



вблизи выступающих над поверхностью кустов, осоки, травы



## ТОНКИЙ ЛЕД

Цвет молочный мутный, серый, обычно пористый. Снег, выпавший на только что образовавшийся лед, маскирует полыньи и замедляет рост ледяного покрова



## ПРОЧНЫЙ ЛЕД

Цвет прозрачный с зеленоватым или синеватым оттенком.



На открытом бесснежном пространстве всегда лед толще

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



при переходе через реку, озеро пользуйтесь ледовыми переправами, проторенными тропами



при переходе водоема группой соблюдайте расстояние друг от друга в 5-6 м.



если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо - это позволит быстро и легко освободиться от груза в случае, если лед провалится

Управление по взаимодействию со СМИ администрации г. Нижневартовска

## ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- 1 Проверять прочность льда ударом ноги
- 2 Переходить через водоем в необорудованных местах
- 3 Выходить на лед в состоянии алкогольного опьянения

- 4 Выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь)

112

ВЫЗОВ

ПОМНИТЕ! ЕСЛИ ПРОИЗОШЛА БЕДА, ЗВОНИТЕ СПАСАТЕЛЯМ!