

Правила поведения на водоёмах в осенне-зимний период

Необходимо помнить: переходить реку следует лишь в установленных местах. На больших реках создаются специальные переправы, а там, где их нет, безопаснее всего переходить водоем по чужим следам (дорога проверена). Если вы все-таки решили перейти водоем в сомнительном или в незнакомом месте, соблюдайте правила поведения на воде.

Несчастья можно избежать, если помнить, что:

- лед тоньше в устьях рек, где бьют родники, в местах сброса промышленных вод, где быстрое течение;
- следует опасаться мест, где лед запорошен снегом, под ним лед нарастает значительно медленнее;
- во время оттепели внимательно следите за оттенками: если вы видите на льду темное пятно, в этом месте лед тонкий;
- если на поверхности водоема вы увидите чистое, не запорошенное снегом место, знайте: здесь может быть полынья;
- непрозрачный (матовый), желтоватый, рыхлый, с пузырьками воздуха и растительностью лед также является небезопасным;
- толщина льда должна быть не менее 10-12 см, чтобы по нему можно было ходить, не опасаясь;
- идя по льду, нужно проверять прочность льда, постукивая по нему длинной палкой, но ни в коем случае не ногой;
- если вы собираетесь перейти через реку на лыжах, то крепления на них надо отстегнуть, петли палок на кисти рук не накидывать; сумку или рюкзак повесить на одно плечо: в случае опасности все это необходимо быстро сбросить с себя;
- нельзя скатываться на лед с обрывистых берегов: даже заметив впереди пролом во льду или полынью, вы не всегда сможете отвернуть в сторону;
- если по льду через водоем вас идет несколько человек, то идите на расстоянии не менее пяти метров друг от друга.

Если же вы все-таки попали в беду, не паникуйте, действуйте решительно:

- постарайтесь освободиться от лишних тяжелых предметов и тяжелой верхней одежды, зовите на помощь, пытайтесь выбраться на прочный лед;
- не барахтайтесь в проломе, не наваливайтесь на кромку льда – это приведет к расширению места провала;
- надо вытянуть тело на лёд подальше от пролома, опереться локтями, привести тело в горизонтальное положение, чтобы ноги находились у поверхности воды, вынести на лед ближайшую к кромке ногу, затем другую, поворачиваясь на спину выбраться из пролома;
- уже оказавшись на прочном льду, нужно отползти от пролома подальше, двигаясь в ту сторону, откуда пришли;
- несмотря на то, что сырость и обжигающий холод толкают вас побежать и согреться, будьте осторожны до самого берега;
- если на ваших глазах человек провалился под лёд, поспешите крикнуть ему, что идёте на помощь: так вы избежите ненужной паники;
- приближаться к пострадавшему нужно только ползком, широко раскинув руки,

хорошо если вы подложите под себя лыжи, доску, фанеру;
- за 3-4 метра до пролома бросьте пострадавшему веревку, шарф и ремень или вещи (брюки, свитер, рубашку), подайте доску, шест и т.п.
Вытащив пострадавшего на берег, постарайтесь:
- как можно быстрее снять с него мокрую одежду;
- растереть его тело руками или шерстяной (суконной) тканью;
- по возможности переодеть его в сухую одежду (поделиться своей);
- дать горячее питье;
- доставить в теплое помещение или обогреть около разведенного костра.
Если вы извлекли пострадавшего из воды, а у него отсутствует дыхание, сразу же позвоните в «скорую помощь».

Не забывайте, что безопасность жизни в первую очередь зависит от вас самих и от соблюдения каждым необходимых мер предосторожности.