

# СТОП! Водоем – опасная зона!

## Памятка для родителей

### Уважаемые родители!

Тысячи детей с нетерпением ждут начала зимы и становления льда на реках, озерах и других водоемах. Самые нетерпеливые из них выбирают на неокрепший лед, подвергая свою жизнь и здоровье серьезной опасности. Важно соблюдать правила безопасного поведения на зимних водоемах. Нельзя забывать о серьезной опасности, которую таят в себе только что замерзшие водоемы.

Первый лед в период с ноября по декабрь, то есть до наступления устойчивых морозов, непрочен. Скрепленный вечерним или ночным холодом он еще способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем, быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину.

Как правило, водоемы замерзают неравномерно, по частям: сначала у берега, на мелководье, в защищенных от ветра заливах, а затем уже на середине.

### **Критерии тонкого льда:**

-Цвет льда молочно-мутный, серый лед, обычно ноздреватый и пористый. Такой лед обрушивается без предупреждающего потрескивания.

-Лед, покрытый снегом (снег, выпавший на только что образовавшийся лед, помимо того, что маскирует полыньи, замедляет рост ледяного покрова).

-Лед более тонок на течении, особенно быстром, на глубоких и открытых для ветра местах; над тенистым и торфяным дном; у болотистых берегов; в местах выхода подводных ключей; под мостами; в узких протоках; вблизи мест сброса в водоемы теплых и горячих вод промышленных и коммунальных предприятий.

-Лед в нижнем бьефе плотины, где даже в сильные морозы кратковременные пропуски воды из водохранилища способны истончить лед и образовать в нем опасные промоины.

-В местах, где растет камыш, тростник и другие водные растения.

### **Правила поведения:**

1. Необходимо помнить, что выходить на первый лед можно только в крайнем случае с максимальной осторожностью.

2. Во всех случаях, прежде чем сойти с берега на лед, необходимо внимательно осмотреться, наметить маршрут движения и возможного возвращения на берег.

3. Следует остерегаться мест, где лед запорошен снегом, под снегом лед нарастает медленнее. Бывает так, что по всему водоему толщина открытого льда более 10 см, а под снегом - 3 см.

4. В местах, где быстрое течение, вблизи выступающих на поверхность кустов, осоки, травы, где имеются родники или ручей впадает в водоем, образуются промоины, проталины или полыньи. Здесь вода покрывается очень тонким льдом.

5. Особо опасны места сброса в водоемы промышленных сточных вод, растопленного снега с улиц города, насыщенного разного рода реагентами. В таких местах вода практически не замерзает всю зиму.

6. Безопаснее всего переходить водоем по прозрачному с зеленоватым или синеватым оттенком льду при его толщине не менее 7 см.

7. Прежде чем встать на лед нужно убедиться в его прочности, используя для этого пешню или палку. Во время движения пешней (палкой) ударяют по льду впереди и по обе стороны от себя по несколько раз в одно и то же место.

8. Если вы видите чистое, ровное, не занесенное снегом место, значит здесь полынья или промоина, покрытая тонким свежим льдом.

9. Если на ровном снеговом покрове темное пятно, значит под снегом -неокрепший лед.

10. Лыжная трасса, если она проходит по льду, должна быть обозначена вешками (флажками).

11. Очень опасно скатываться на лед с обрывистого берега, особенно в незнакомом месте. Даже заметив впереди себя прорубь, пролом во льду или иную опасность, бывает трудно затормозить или отвернуть в сторону, особенно, если катаются маленькие дети.

12. Необходимо соблюдать особую осторожность на льду в период оттепелей, когда даже зимний лед теряет свою прочность.

13. **И САМОЕ ГЛАВНОЕ ПРАВИЛО!** Самым действенным способом предупреждения детской гибели на льду является постоянный контроль со стороны родителей, ни в коем случае нельзя оставлять детей без присмотра взрослых вблизи водоема даже на короткое время.

## ***Оказание помощи провалившемуся под лед. Изучите сами и обучите своих детей.***

### ***Самоспасение:***

1. Не поддавайтесь панике! Не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться.
2. Широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду, обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лед.
3. Без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли.
4. Зовите на помощь!
5. Удерживая себя на поверхности воды, старайтесь затрачивать на это минимум физических усилий.
6. Находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Известно, что более 50% всех тепловпотерь организма, а по некоторым данным даже 75%, приходится на ее долю.
7. Плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, на преодоление которого потребует незначительное количество времени.
8. Добравшись до плавсредства, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть.

### ***Если вы оказываете помощь:***

1. Подходите к полынье очень осторожно, лучше подползти по-пластунски.
2. Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.
3. За 3-4 метра протяните ему веревку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство. Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.

### ***Первая помощь при утоплении:***

1. Перенести пострадавшего на безопасное место, согреть.
2. Повернуть утонувшего лицом вниз и опустить голову ниже таза, очистить рот от слизи. При появлении рвотного и кашлевого рефлексов — добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка (нельзя терять время на удаления воды из легких и желудка при отсутствии пульса на сонной артерии).
3. При отсутствии пульса на сонной артерии сделать наружный массаж сердца и искусственное дыхание.
4. Доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

### ***Отогревание пострадавшего:***

1. Пострадавшего надо укрыть в месте, защищенном от ветра, хорошо укутать в любую имеющуюся одежду, одеяло.
2. Если он в сознании, напоить горячим чаем, кофе. Очень эффективны грелки, бутылки, фляги, заполненные горячей водой, или камни, разогретые в пламени костра и завернутые в ткань, их прикладывают к боковым поверхностям грудной клетки, к голове, к паховой области, в подмышки.
3. Нельзя растирать тело, давать алкоголь, этим можно нанести серьезный вред организму. Так, при растирании охлажденная кровь из периферических сосудов начнет активно поступать к «сердцевине» тела, что приведет к дальнейшему снижению ее температуры.

**Будьте осторожны! Берегите себя и своих детей! Не теряйте бдительность!**