

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:

Попросите кого-нибудь вызвать «скорую помощь» и спасателей.

Найдите длинный шест, лыжу, веревку или длинный шарф.

Завяжите на конце веревки узел.

Постарайтесь приблизиться к полынье по следам, последние 10–15 метров передвигайтесь ползком.

Не доползая до края, подайте пострадавшему шест, лыжу, веревку.

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:

Не паникуйте, постарайтесь не нырять и не мочить голову.

Придерживайтесь за край льда.

Зовите на помощь: «Тону!»

Выбирайтесь на ту сторону льда, откуда пришли.

Выталкивайте свое тело на лед, помогая ногами, опираясь на согнутые в локтях руки.

Если лед ломается, все равно не оставляйте попыток выбраться.

Закиньте одну ногу на край льда, перекатываясь, отползите на 2–3 метра, встаньте и идите к ближайшему жилью.

Не останавливайтесь – выжать одежду и отдохнуть можно только в теплом помещении.

Двигайтесь и делайте силовые упражнения, пока не разогреетесь.

ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ «01»



ПАМЯТКА НАСЕЛЕНИЮ

Осторожно! Тонкий лед!



Весной и осенью спасателям часто приходится вытаскивать людей, провалившихся под лед. Особенно он подводит человека в марте-апреле и в ноябре-декабре.

ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ:

- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной воде и 15 см в соленой.
- В устьях рек и протоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов, камыша.
- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%.
- Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, белого – прочность его в 2 раза меньше, матово белый или с желтоватым оттенком – ненадежен.

ЕСЛИ СЛУЧИЛАСЬ БЕДА:

Что делать, если вы провалились в холодную воду:

- Не паникуйте, не делайте резких движений, сохраните дыхание.
- Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение.
- Зовите на помощь: «Тону!»
- Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед.
- Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь здесь лед уже проверен на прочность.
- Не останавливаясь идите к ближайшему жилью, выжать одежду и отдохнуть можно только в теплом помещении.

ЕСЛИ НУЖНА ВАША ПОМОЩЬ:

- Попросите кого-нибудь вызвать «скорую помощь» и спасателей или сами вызовите их по сотовому телефону «112».
- Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкой.
- Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- Ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно передвигайтесь к полынье.
- Остановитесь в нескольких метрах от находящегося в воде человека и бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку, лыжу или шест.
- Осторожно вытащите пострадавшего на лед и вместе с ним ползком выбирайтесь из опасной зоны.
- Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи), напоите горячим чаем. Вызовите скорую медицинскую помощь.

ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ «01», СОТОВЫЙ ОПЕРАТОР «112»
ГИМС, г. Кострома, ул. Ерохова, 32
Тел. 37-16-22