

## **Памятка о мерах безопасности на водных объектах в зимний период**

### **Меры безопасности на льду!**

*Это нужно знать:*

- безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см. в пресной воде и 15 см. и соленой;
- в устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и 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 в 2 раза меньше; серый, матово-белый или с желтоватым оттенком - лед ненадежен.

### **При переходе по льду необходимо:**

При переходе по льду необходимо пользоваться оборудованными переправами или проложенными тронами. При их отсутствии, прежде чем двигаться по льду, следует наметить маршрут и убедиться в прочности льда с помощью палки, пешни (если пешня проваливается, или в месте удара появляется вода, или лед трескается, нужно немедленно возвращаться к берегу по своим же следам, делая первые шаги без отрыва ног от поверхности льда).

Во время движения по льду следует обращать внимание на его поверхность, обходить места и участки, покрытые толстым слоем снега. Особую осторожность необходимо проявлять в местах, где быстрое течение: родники; выступают на поверхность кусты, трава; впадают в водоем ручьи и вливаются сточные воды.

При переходе по льду необходимо следовать друг за другом на расстоянии 5-6 метров друг от друга и быть готовым оказать немедленную помощь идущему впереди.

Нельзя кататься и собираться группами на тонком льду, особенно если он запорошен снегом.

Опасно прыгать или сбегать на лед, когда неизвестна его крепость.

Во время рыбной ловли нельзя пробивать много лунок на ограниченной площади собираться большими группами.

### **Если случилась беда:**

*Что делать, если вы проводились в холодную воду:*

Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.

Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.

Попытайтесь осторожно лечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу на лед.

Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.

Ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.

*Если нужна ваша помощь:*

Вооружитесь палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.

Следуя ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собой спасательные средства, осторожно двигайтесь по направлению к полынье.

Остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.

Осторожно вытащите пострадавшего на лед и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны. Ползите в ту сторону, откуда пришли.

## **ПОМНИТЕ!**

Холод снижает физическую активность и работоспособность, оказывает тормозящее воздействие на психику человека, замедляется мышечная деятельность. Холод оказывает серьезное воздействие на мозг человека. При резком воздействии возможен холодовой шок, остановка сердца. Понижение температуры тела на два градуса при общем переохлаждении вызывает серьезные нарушения жизнедеятельности организма, на пять градусов приводит к гибели.