**ВНИМАНИЕ! УГРОЗА ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЮ ПРИ ВЫХОДЕ НА ЛЁД !**

Тысячи людей выбираются на лёд, подвергая свою жизнь и здоровье серьёзной опасности. Ежегодно тонкий лёд становится причиной гибели людей, среди которых чаще всего оказываются дети и рыбаки.

Чтобы уверенно себя чувствовать на льду и не попасть в неприятные ситуации, выходя на лёд нужно быть крайне внимательным и предельно осторожным, а также необходимо знать правила безопасного поведения на льду, меры по оказанию помощи терпящим бедствие и уметь их правильно применять.

Лёд на водоёмах в начале зимы очень непрочный, способен выдерживать лишь небольшую нагрузку. Как правило, водоемы замерзают неравномерно: сначала у берега, на мелководье, в защищённых от ветра заливах, а затем уже на середине водоёма. На озёрах, прудах, ставках (на всех водоёмах со стоячей водой, особенно на тех, куда не впадает ни один ручей, в которых нет известных Вам русла придонной реки, подводных ключей) лёд появляется раньше, чем на реках с течением. На одном и том же водоёме можно встретить чередование льдов, которые при одинаковой толщине обладают различной прочностью и грузоподъемностью. В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лёд непрочен на участках с явными трещинами, в зонах около берега, в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, вмерзших воздушных пузырей, под пристанями и мостами, а также вблизи выступающих над его поверхностью деревьев, коряжника, кустов, камыша и иной растительности, около опор, свай и (или) других конструкций.

 Прочность льда можно определить визуально:

- лёд голубого или зеленоватого цвета – прочный;

- лёд белого цвета – имеет в 2 раза меньшую прочность;

- лёд серый (темный) и матово-белый или с желтоватым оттенком, а также водянистый наименее надёжен и прочен. Такой лёд подвержен крошению, обрушивается без предупреждающего потрескивания.

Безопасной толщиной льда считается:

- для одиночных переходов людей – 10-12 см;

- для переходов групп людей – 15-20 см;

- для устройства катков и катания на санках – 25 см.

Основные правила безопасности на льду:

1. Нельзя выходить на лёд в тёмное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь), а также на различных транспортных средствах.
2. Запрещается: выходить на лёд в состоянии алкогольного опьянения, прыгать и бегать по льду, собираться большим количеством людей в одной точке.
3. Недопустимо пребывание малолетних детей и подростков на водоёмах без сопровождения родителей или взрослых.
4. Особенно осторожным нужно быть в местах, покрытых толстым слоем снега, и в других вышеуказанных местах нахождения ослабленного льда.
5. При переходе через реку следует пользоваться организованными ледовыми переправами.
6. Замёрзшую реку (озеро) лучше переходить на лыжах, при этом крепления лыж нужно расстегнуть, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держать в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.
7. При вынужденном переходе водоёма безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне, но если их нет, то нужно перед тем, как спуститься на лёд, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут перехода, которому в дальнейшем следовать.
8. При переходе водоёма группой необходимо соблюдать расстояние не менее 5-6 метров друг от друга.
9. Если есть рюкзак, то повесить его на одно плечо, что позволит легко освободиться от груза в случае, если лёд провалится.
10. Во время рыбной ловли на льду не рекомендуется делать лунки на расстоянии между ними менее 5-6 метров. При этом у рыбака должен быть спасательный жилет или нагрудник, а также ему желательно иметь при себе пешню для проверки прочности льда и «спасалки» либо ледовые шила.
11. На замёрзший водоём необходимо брать с собой прочный шнур (верёвку) длиной не менее 20 метров с большой глухой петлёй на одном конце и грузом 400-500 грамм на другом. Груз поможет забросить шнур (верёвку) к провалившемуся в воду человеку, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надёжнее держаться, продев её подмышками.
12. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой появится хоть немного воды, то это означает, что лёд тонкий и по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу назад к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нём трещин.

Что делать, если Вы провалились и оказались в холодной воде:

1. Не паниковать, не делать резких движений, стабилизировать дыхание, дыша как можно глубже и медленнее.
2. Широко раскинуть руки в стороны и, придав телу горизонтальное положение по направлению течения, постараться зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться в воду с головой. Сухая одежда на какое-то время придаст плавучести, выбираться следует, пока она не намокла полностью.
3. По возможности перебраться к тому краю полыньи, где течение не увлечёт Вас под лёд.
4. Попытаться осторожно, не обламывая кромку, без резких движений, наползая грудью, лечь на край льда, далее, если имеются, то воспользоваться «спасалками», держа их руками и поочерёдно втыкая в лёд как можно дальше от себя и подтягивая себя руками, затем забросить на лёд одну, а потом и другую ногу. Также, если не оказалось «спасалок», то на лед можно выбраться следующим образом: перевернуться с груди на спину и раскинуть руки на льду; стараясь отталкиваться ногами от противоположной кромки льда или производя плавательные движения ногами, постепенно выползать на лед из воды.
5. Если лёд выдержал, то нужно медленно откатиться от кромки льда и ползти к берегу в ту сторону, откуда пришли, ведь там лёд уже проверен на прочность.

При температуре воды 5-15 °С время безопасного пребывания человека в воде от 3,5 до 4,5 часов. Температура воды 2-3 °С становится небезопасной для человека через 10-15 минут, когда он может окоченеть, а через 20 минут – потерять сознание.

Жизнь пострадавшего напрямую зависит от сообразительности и быстроты действия спасателей.

Оказание помощи пострадавшему, провалившемуся под лёд:

1. Вооружиться любой длинной палкой, доской, шестом или верёвкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
2. Подползать к полынье очень осторожно, широко раскинув руки.
3. Сообщить пострадавшему криком, что идёте ему на помощь, это придаст ему силы и уверенности.
4. Если Вы не один, то необходимо лечь на лёд и двигаться друг за другом.
5. Подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них.
6. За 3-4 метра протянуть пострадавшему шест, доску, кинуть верёвку либо шарф, или любое другое подручное средство.
7. Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лёд и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.
8. Осторожно вытащить пострадавшего на лёд, и вместе с ним ползком выбираться из опасной зоны.
9. Доставить пострадавшего в тёплое (отапливаемое) помещение. Оказать ему помощь: снять и отжать всю одежду, по возможности переодеть в сухую одежду и укутать полиэтиленом (возникнет эффект парника).
10. Вызвать скорую помощь.

Оказание первой медицинской помощи пострадавшему:

1. При попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо очистить полость рта, уложить его животом на колено так, чтобы голова свисала к земле и, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и лёгких.
2. Приступить к выполнению искусственного дыхания.
3. Немедленно вызвать скорую медицинскую помощь.

 **Помните, что несоблюдение элементарных правил безопасности на льду может стоить Вам жизни! Не подвергайте свою жизнь неоправданному риску при выходе на лед!**

Администрация муниципального образования

«Юкковское сельское поселение»