

## **Время безопасного пребывания человека в воде**

- ▲ при температуре воды +24°C время безопасного пребывания 7-9 часов,
- ▲ при температуре воды +5 - +15°C - от 3,5 часов до 4,5 часов;
- ▲ температура воды +2 - +3°C оказывается смертельной для человека через 10-15 мин;
- ▲ при температуре воды -2°C – смерть может наступить через 5-8 мин.

### **Как оказать первую помощь пострадавшему**

- ▲ вооружиться любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду;
- ▲ подползать к полынье очень осторожно, широко раскинув руки;
- ▲ сообщить пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность;
- ▲ если Вы не один, то, лечь на лед и двигаться друг за другом;
- ▲ подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них;
- ▲ за 3–4 метра протянуть пострадавшему шест, доску, кинуть веревку или 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;
- ▲ осторожно вытащить пострадавшего на лед, и вместе с ним ползком выбираться из опасной зоны;
- ▲ доставить пострадавшего в теплое (отапливаемое) помещение. Оказать ему помощь: снять и отжать всю одежду, по возможности переодеть в сухую одежду и укутать полиэтиленом (возникнет эффект парника);
- ▲ вызвать скорую помощь.

Приближается время весеннего паводка. Лед на реках становится рыхлым, «съедается» сверху солнцем, талой водой, а снизу подтачивается течением. Очень опасно по нему ходить: в любой момент может рассыпаться под ногами и сомкнуться над головой

## **Родители!**

Не допускайте детей к реке без надзора взрослых, особенно во время ледохода; предупредите их об опасности нахождения на льду при вскрытии реки или озера. Расскажите детям о правилах поведения в период паводка, запрещайте им шалить у воды, пресекайте лихачество.

Оторванная льдина, холодная вода, быстрое течение грозят гибелью.

Помните, что в период паводка, даже при незначительном ледоходе, несчастные случаи чаще всего происходят с детьми.

**Разъясните детям меры предосторожности в период ледохода и весеннего паводка**

МАУ г. Нижневартовска  
«СШОР «Самотлор»  
Телефон 8 (3466)41-49-49  
Адрес электронной почты – [igroviki@yandex.ru](mailto:igroviki@yandex.ru)



**Информация  
для взрослых и детей**

## **ТОНКИЙ ЛЕД**



*«Тот лучше всего защищён от опасностей, кто хранит бдительность и в зримой безопасности»*

*Публилий Сир*





## Помните!

- ▲ на весеннем льду легко провалиться;
- ▲ быстрее всего процесс распада льда происходит у берегов;
- ▲ весенний лед, покрытый снегом, быстро превращается в рыхлую массу.
- ▲ не стойте на обрывистых и подмытых берегах, они могут обвалиться;
- ▲ когда вы наблюдаете за ледоходом с моста, набережной причала, нельзя перегибаться через перила и другие ограждения;
- ▲ если вы оказались свидетелем несчастного случая на реке или озере, не теряйтесь, не убегайте домой, а громко зовите на помощь, взрослые услышат и смогут выручить из беды.

### Если Ваш автомобиль оказался в воде, то необходимо:

- ▲ немедленно покинуть машину, пока она держится на плаву, через боковые окна; двери желательно не открывать, так как машина быстрее пойдет ко дну;
- ▲ если автомобиль уходит под воду, то перед тем, как покинуть машину, сделайте несколько глубоких вдохов и выбирайтесь из автомобиля; по возможности избавьтесь от «тяжелой» одежды (обуви, пальто, куртки);
- ▲ спасти нужно в первую очередь детей, в этом случае прижмите ребенка спиной к себе, закройте ему нос и рот пальцами, и всплывайте.

## В период весеннего паводка и ледохода

### ЗАПРЕЩАЕТСЯ!

- ▲ выходить на водоемы;
- ▲ переправляться через реку в период ледохода;
- ▲ подходить близко к реке в местах затора льда;
- ▲ стоять на обрывистом берегу, подвергающемуся разливу и обвалу;
- ▲ собираться на мостиках, плотинах и запрудах;
- ▲ приближаться к ледяным заторам, отталкивать льдины от берегов;
- ▲ измерять глубину реки или любого водоема;
- ▲ ходить по льдинам и кататься на них.

### Что делать, если Вы провалились под лед?

- ▲ не паниковать, не делать резких движений, стабилизировать дыхание;
- ▲ широко раскинуть руки в стороны и постараться зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться с головой;
- ▲ по возможности перебраться к тому краю полыньи, где течение не увлечет Вас под лед;
- ▲ попытаться осторожно, не обламывая кромку, без резких движений, наползая грудью, лечь на край льда, забросить на него одну, а затем и другую ногу. Если лед выдержал, медленно, откатиться от кромки и ползти к берегу;
- ▲ передвигаться нужно в ту сторону, откуда пришли, ведь там лед уже проверен на прочность.



## Критерии льда

### прочный:

- ▲ прозрачный лёд с зеленоватым или синеватым оттенком;
- ▲ на открытом бесснежном пространстве лёд всегда толще.

### тонкий:

- ▲ цвет льда молочно-мутный, серый лёд, обычно ноздреватый и пористый, такой лёд обрушивается без предупреждающего потрескивания;
- ▲ лёд, покрытый снегом (снег, выпавший на только что образовавшийся лёд, помимо того, что маскирует полыньи, замедляет рост ледяного покрова);
- ▲ лёд 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;
- ▲ в местах, где растет камыш, тростник и другие водные растения.