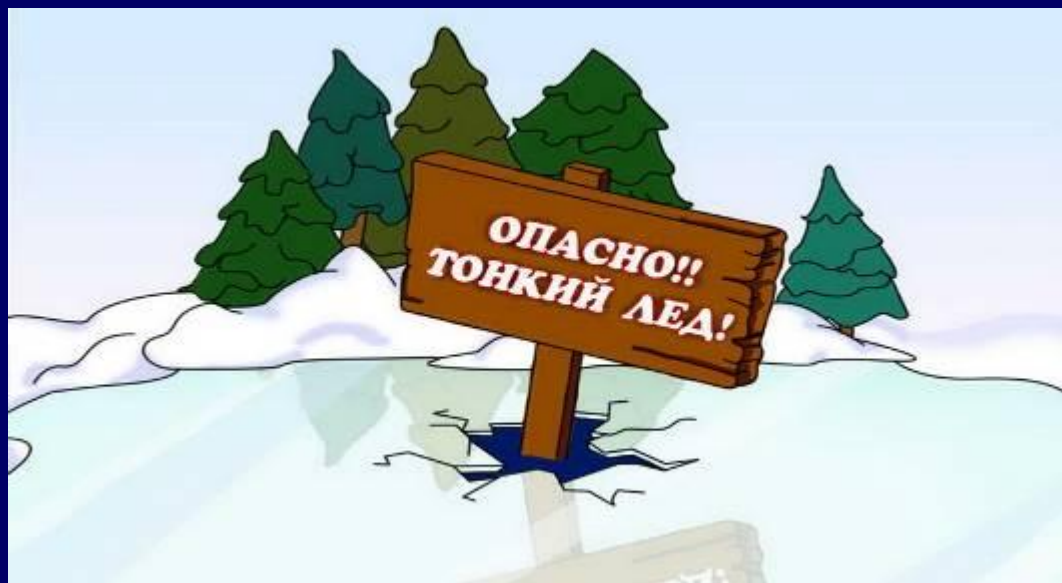




Осторожно, лёд!





Толщина льда и нагрузка

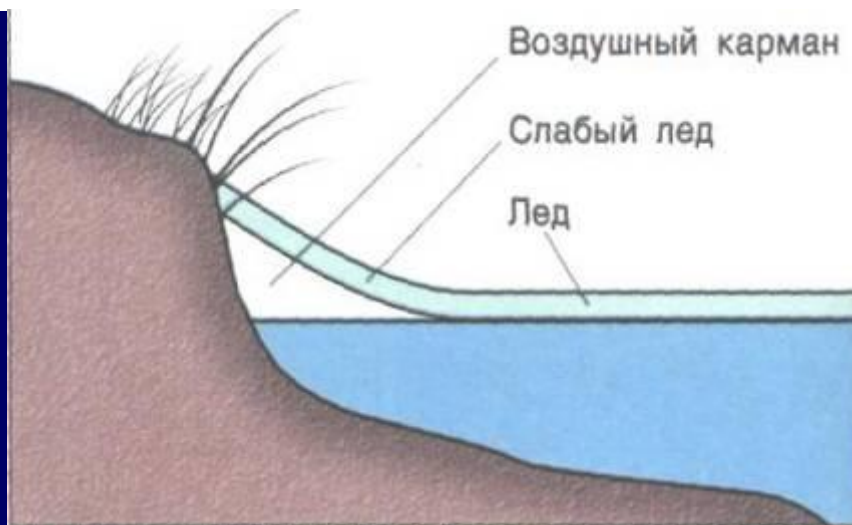
- ❑ Человек – не менее 7 см.
 - ❑ Каток – 12 см и более.
 - ❑ Пешеходные переправы – 15 см и более.
 - ❑ Выезд легковых автомобилей на лед – 30 см и более.
-

Опасный лед:

- ❑ Места слияния рек, впадения в море, озеро.
- ❑ Вмерзшие предметы.
- ❑ Подземные источники.
- ❑ Места слива канализации и теплых вод.
- ❑ Лед под сугробами.
- ❑ Полыньи, проруби, трещины.
- ❑ Осенний и весенний лед.
- ❑ Лед на болотах.







- прежде чем выйти на лед, убедитесь в его прочности; помните, что человек может погибнуть в воде в результате утопления, холодового шока, а также от переохлаждения через 15 - 20 минут после попадания в ледяную воду;
- используйте найденные тропы по льду. При их отсутствии, стоя на берегу, наметьте маршрут движения, возьмите с собой крепкую длинную палку, обходите подозрительные места;
- в случае появления типичных признаков непрочности льда: треск, прогибание, вода на поверхности льда немедленно вернитесь на берег, идите с широко расставленными ногами, не отрывая их от поверхности льда, в крайнем случае - ползайте;
- не допускайте скопления людей и грузов в одном месте на льду;
- исключите случаи пребывания на льду в плохую погоду: туман, снегопад, дождь, а также ночью;



Если лёд проломился:

- 1) не паникуйте, сбросьте тяжелые вещи, удерживайтесь на плаву, зовите на помощь;**
- 2) обопритесь на край льдины широко расставленными руками, при наличии сильного течения согните ноги, снимите обувь, в которую набралась вода;**
- 3) старайтесь не обламывать кромку льда, навалитесь на нее грудью, поочередно поднимите, вытащите ноги на льдину;**
- 4) держите голову высоко над поверхностью воды, постоянно зовите на помощь**



Во время движения группы по льду надо соблюдать дистанцию в 5-6 метров

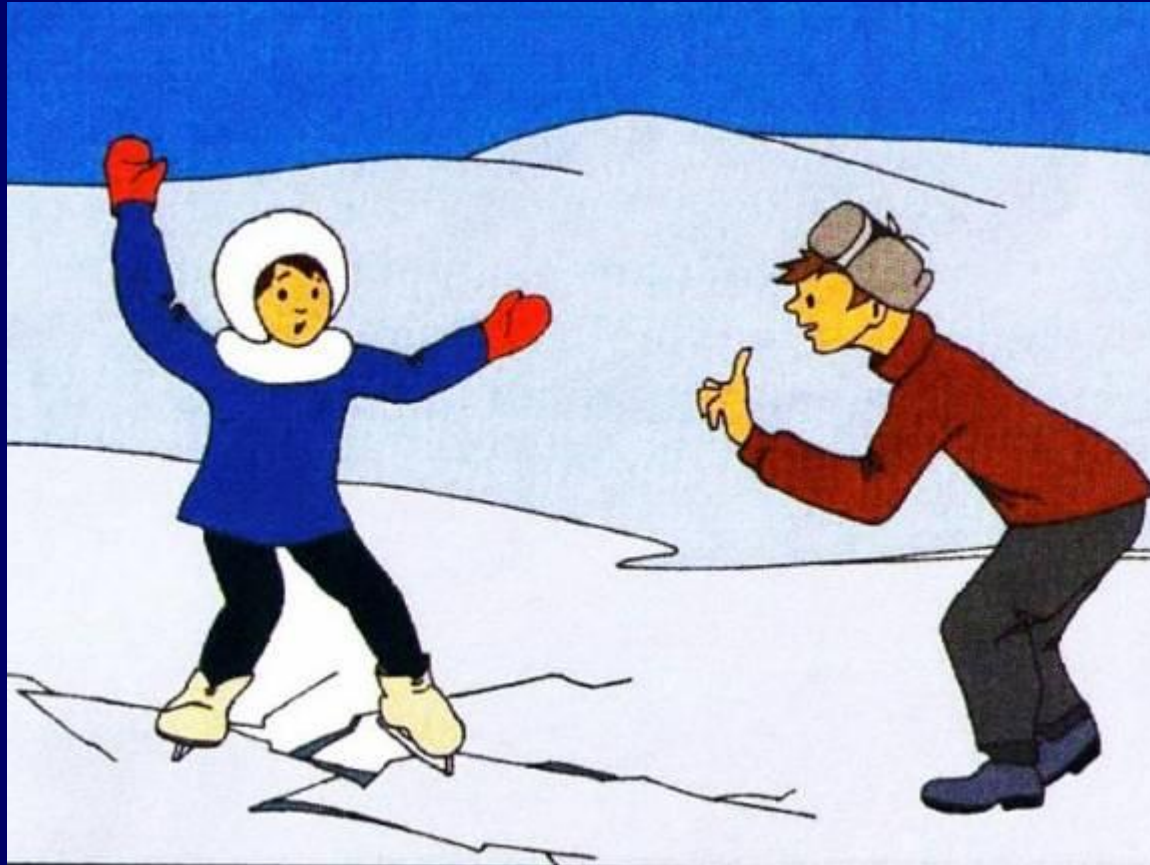


**Не катайтесь на лыжах и не играйте
на тонком льду!**

**Он может треснуть и вы окажетесь
под ним.**



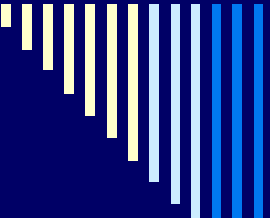
Никогда не скатывайтесь на санках с горки на лед.



**Если под вами начал трескаться лёд,
не бегите!**

**Плавно ложитесь на лёд и
перекатывайтесь в безопасное место.**

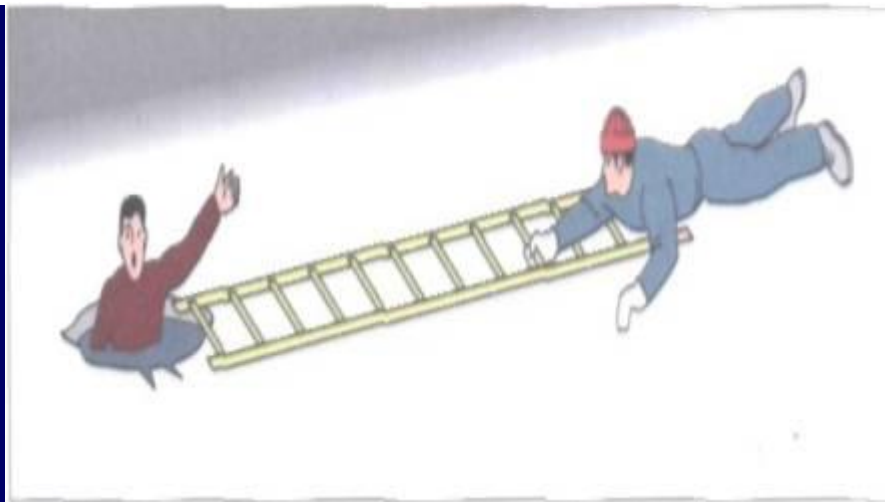


- 
- ✓ если беда произошла недалеко от берега и пострадавший способен к активным действиям, ему нужно бросить веревку, шарф, подать длинную палку, доску, лестницу;
 - ✓ сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность, надежду;





- ✓ можно взять длинный шест за оба конца, сориентировать его середину над пострадавшим и вытащить его из воды;
- ✓ для обеспечения прямого контакта с пострадавшим к нему можно подползти, подать руку или вытащить за одежду. В этой работе одновременно могут принимать участие несколько человек. Не подползайте на край пролома, держите друг друга за ноги;
- ✓ для обеспечения безопасности необходимо использовать подручные средства: доску, шест, веревку, щит;



- ✓ •действовать нужно решительно, смело, быстро, поскольку пострадавший теряет силы, замерзает, может погрузиться под воду;
- ✓ •после извлечения пострадавшего из ледяной воды его необходимо незамедлительно отогреть.

□ В том случае, когда пострадавший скрылся под водой, его необходимо постараться вытащить как можно быстрее из воды и оказать помощь. В холодной воде замедляются функции всех систем организма. Известны случаи, когда удавалось спасти человека, который находился под водой 30 минут и более. При этом оптимальные результаты могут быть достигнуты в леченом учреждении, куда необходимо оперативно доставить пострадавшего.



**ОСТОРОЖНО,
СОСУЛЬКИ!**





СОСУЛЬКИ

- Серьезную опасность для здоровья и жизни людей представляет натечный лед, который образуется хорошо известные всем **сосульки**. Они могут неожиданно упасть и травмировать человека. Чаще всего сосульки падают во время оттепели и ветра. Чтобы избежать несчастных случаев в результате падения сосулек необходимо:
- **не находиться в опасной зоне и не входить на территорию, огражденную знаками безопасности;**
- **при образовании сосулек их нужно регулярно сбивать, соблюдая при этом меры безопасности.**
- *9 марта 2001 года в Москве на улице Образцова с крыши многоэтажного дома сорвалась сосулька и смертельно травмировала женщину.*
- *12 января 2002 года в центре Краснодара на улице Красной упавшей сосулькой был убит мужчина.*
- *Ежегодно падающие сосульки уносят жизни десятков россиян, сотни получают травмы.*

Сосульки



- * не находиться в опасной зоне и не входить на территорию, огражденную знаками безопасности;
- * при образовании сосулек их нужно регулярно сбивать, соблюдая при этом меры безопасности.



- **Ледник - это скопление льда на суше.** Ледники бывают **горные, покровные, шельфовые.** Они возникают в результате многолетней перекристаллизации снега.




- **Айсберг - крупная плавающая глыба льда.** Чаще всего айсберги образуются в результате откалывания кусков льда от шельфовых ледников Антарктиды и от спускающихся в море ледников Гренландии и Канадского архипелага. Основная часть айсберга всегда находится под водой, на поверхности видна $1/7$ - $1/10$ часть.



Осторожно гололед!

- Гололед - это слой льда толщиной несколько сантиметров, который образуется на поверхности земли и предметах при замерзании переохлажденных капель дождя или тумана при отрицательной температуре воздуха.
- Гололедица - это слой льда, образовавшийся на поверхности земли и предметах при похолодании после оттепели.





По причине падений на скользких ледяных поверхностях ежегодно травмируется примерно 2 миллиона россиян. В опасный "скользкий" сезон в Москве врачи оказывают помощь более 50 тысячам человек. В результате гололеда зимой 2001 - 2002 годов число пострадавших москвичей на 70% превысило среднестатистические многолетние данные. В пик гололеда 9 января 1997 года в травмпункты южного города Краснодара поступило 305 взрослых и 30 детей, что в десятки раз превышает статистику дней без гололеда. К этим цифрам можно смело добавить большое количество людей, которые получают незначительные повреждения при падениях и не обращаются за помощью в лечебные учреждения.

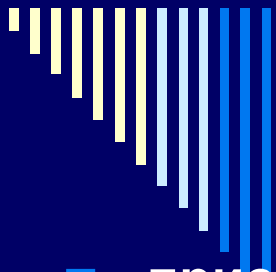
- Печальный итог падений заключается в необходимости длительного лечения, а в некоторых случаях человек становится инвалидом.
-



Основные мероприятия по профилактике падения:

- по возможности оставаться дома;
 - увеличить коэффициент трения подошвы обуви и льда путем использования сыпучих материалов: песок, зола, соль;
 - использовать обувь с противоскользящей подошвой или специальными приспособлениями: войлок, шипы, упоры;
 - применять специальную палку с острым металлическим наконечником в качестве дополнительной точки опоры;
 - использовать возможность держаться или опираться за изгородь, стену, конструкцию, поручни;
 - по возможности применять групповой способ перемещения: взявшись за руки, за плечи, под руки;
 - обкалывать лед, чистить тротуары;
 - выбирать безопасный маршрут и акцентировать внимание на каждом шаге.
-

В МОМЕНТ ПАДЕНИЯ НЕОБХОДИМО:



- присесть;
 - сгруппироваться;
 - напрячь мышцы;
 - коснувшись земли, перекатиться.
 - Если вы поскользнулись и падаете на правый бок - нужно быстро прижать подбородок к груди, согнуть колени, вытянуть руки вперед, при соприкосновении с землей следует перенести тяжесть тела на правую ягодицу, правой рукой упереться в землю, сделать перекат на правую лопатку.
 - При падении назад на спину необходимо сгруппироваться: согнуть колени, прижать подбородок к груди, а, опустившись на ягодицы, согнуться в спине и сделать плавный перекат или кувырок назад.
-