



ВНИМАНИЕ ВСЕМ!

Учебно-методический центр по
гражданской обороне и чрезвычайным
ситуациям Донецкой Народной
Республики МЧС ДНР



ИНФОРМИРУЕТ, ПРЕДУПРЕЖДАЕТ

ОБЩИЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЬДУ

Выходя на лёд следует тщательно проверять его на прочность, сначала неподалёку от берега, потом за два метра от него. Если возле берега толщина льда 4,5 см, тогда немного далее – уже 4 см. Самый опасный – так называемый «мутный» лёд, большая часть которого является намерзшим снегом, а его толщина никак не характеризует его прочность. Также опасен лёд поблизости берега там, где растёт трава и камыши. В этих местах он становится более хрупким, и, как правило, не выдерживает веса человека.

Если вы провалились под лёд:

- не поддавайтесь панике. Не нужно барахтаться и налегать всем телом на тонкую кромку льда, потому что она будет обламываться и приведет лишь к потере сил;
- пытайтесь лечь на кромку льда, выкинув вперед руки или повернуться на спину и закинуть руки назад;
- обопритесь локтями об лёд и, приведя тело в горизонтальное положение, пытайтесь закинуть на лёд ту ногу, которая ближе всего к краю кромки, поворотом корпуса вытяните ногу и быстро выбирайтесь;
- удерживая себя на поверхности воды, пытайтесь тратить на это минимум физических сил;
- находясь на плаву, голову держите как можно выше над водой. Это поможет предотвратить потерю тепла организма.

Помощь пострадавшему:

- если Вы оказались поблизости пострадавшего, который провалился под лёд, приближайтесь к нему ползком, не делая резких движений, используйте палку, доску или бревно, передвигайтесь лёжа на этих предметах.
- остановитесь на расстоянии не менее чем 3-5 метров от края пролома;
- подайте пострадавшему веревку, жердь, шарф, доску;
- как только пострадавший схватил поданный Вами предмет, передвигаясь ползком, тяните его на берег или на крепкий лёд;
- согрейте пострадавшего, закутайте в любую одежду, одеяла;
- если пострадавший в сознании, напоите горячим кофе, чаем;
- не растирайте тело, не давайте алкоголь;
- доставьте в медицинское учреждение.