



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ

Уважаемые родители!

Не оставляйте детей одних!

Заботьтесь о безопасности детей, придерживаясь, правил безопасного поведения в быту. Это стоит Ваших усилий!

Воспитывайте у детей навыки культуры безопасного поведения, демонстрируя на собственном примере осторожность в обращении с огнем, газом, водой, бытовой химией, лекарствами. Найдите несколько минут на откровенный разговор с детьми об этом. Помните, что эти минуты будут измеряться ценой жизни. А чтоб не случилась беда - необходимо давать детям четкие знания и умения, как действовать в той или другой ситуации.

Помните, что жизнь наших детей зависит только от нас самих!

Во избежание несчастных случаев необходимо выполнять основные правила поведения на льду водоема в осеннее-зимний период:

Прежде чем ступить на лед, внимательно посмотрите перед собой. Опасные места на льду, как правило, темнее остальных. Непрочен мутный лед, ноздреватый, малопрозрачный и беловатый. Одним из самых опасных мест считается спуск на лед в полосе его примыкания к суше: часто там бывают трещины. Особенная осторожность нужна после снегопадов, когда под слоем снега не видны полыньи, проруби.

Безопаснее всего переходить по прозрачному льду, имеющему зеленоватый или синеватый оттенок, и лучше придерживаться проторенных троп.

Лыжникам перед выходом на лед рекомендуется снять петли палок с кистей рук, лямку рюкзака с одного плеча. Эти приготовления обеспечат свободу движений в случае неожиданного провала под лед.

Прочность льда проверяют пешней или толстой палкой, ударяя ею (2-3 раза в одно и то же место) как можно дальше впереди себя. Не следует испытывать прочность льда ударами ногой: так немудрено и провалиться.

Это нужно знать:

- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров в 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 его в 2 раза меньше, серый, матово-белый или с желтоватым оттенком лед ненадежен.

Если случилась беда:

Если вы провалились, что делать?

1. Главное - не терять самообладание! Каждая секунда пребывания в воде работает против вас - пребывания в ледяной воде 10-15 минут опасно для жизни. Однако нужно помнить, что даже плохо плавающий человек способен некоторое время удержаться на поверхности за счет воздушной подушки, образовавшейся под одеждой.
2. Провалившись под лед, раскиньте руки и постарайтесь избавиться от лишних тяжестей.
3. Если есть кто-то рядом, позовите на помощь.
4. Старайтесь не погружаться под воду с головой.
5. Если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не унесет вас под лед.
6. Не делайте резких движений и не обламывайте кромку.
7. Если достаете ногами до противоположного края провала, примите горизонтальное положение, упираясь в него ногами, вытащите на лед сначала одну ногу, затем вторую;.
8. Выбираться на лед можно таким же способом, каким садятся на высокие подоконники, т.е. спиной к выбранному месту;
9. Как только большая часть тела окажется на льду, перекатитесь на живот и отползайте подальше от места провала.
10. Выбирайтесь, по возможности, в ту сторону, откуда пришли - там проверенный лед.
11. Если трещина во льду большая, попробуйте выплыть спиной.
12. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, обратную направлению движения.
13. После необходимо обратиться к врачу.

Если нужна Ваша помощь:

- Вооружитесь любой длинной палкой или веревкою. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
 - Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться 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.
- Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) руками, напоите пострадавшего горячим чаем.

Представители МЧС убедительно просят без серьёзной необходимости не выходить на замёрзшие водоёмы, это не место для прогулок.