Правила поведения на льду:

ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь);

убедительная просьба к родителям не отпускать детей на лед без присмотра;

нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется вода — это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае нужно немедленно отойти по своему же следу 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 нем трещин;

при переходе через реку следует пользоваться ледовыми переправами;

при наличии груза следует повесить его на одно плечо, что позволит легко освободиться от него при необходимости;

— при групповом переходе водоема необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5—6 м);

на замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20—25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее ухватиться за шнур;

одна из самых частых причин трагедий на водоёмах — алкогольное опьянение: эти люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

Если произошла беда, и Вы провалились под лед

Не поддавайтесь панике.

Не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться.

Широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду.

Обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лед.

Без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли.

Зовите на помощь.

Удерживая себя на поверхности воды, стараться затрачивать на это минимум физических усилий. (Одна из причин быстрого понижения температуры тела - перемещение прилежащего к телу  подогретого им слоя воды и замена его новым, холодным. Кроме того, при движениях   нарушается   дополнительная   изоляция,   создаваемая водой, пропитавшей одежду).

Находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой. Известно, что более 50% всех теплопотерь организма, а по некоторым данным, даже 75% приходится на ее долю.

Активно плыть к берегу, плоту или шлюпке, можно, если они находятся на расстоянии, преодоление которого потребует не более 40 мин.

Добравшись до плавсредства, надо немедленно раздеться, выжать намокшую одежду и снова надеть.

Если вы оказываете помощь

Подходите к полынье    очень осторожно, лучше подползти по-пластунски.

Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.

За 3-4 метра протяните ему веревку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство (при наличии шнура, бросайте его с безопасного расстояния).

Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.

Первая помощь при утоплении

Перенести пострадавшего на безопасное место, согреть.

Повернуть утонувшего лицом вниз и опустить голову ниже таза.

Очистить рот от слизи.    При появлении рвотного и кашлевого рефлексов - добиться полного удаления воды из дыхательных путей и желудка (нельзя терять время на удаления воды из легких и желудка при отсутствии пульса на сонной артерии).

При   отсутствии   пульса   на сонной   артерии сделать наружный массаж сердца и искусственное дыхание.

Доставить пострадавшего в медицинское учреждение.

Отогревание пострадавшего

Пострадавшего надо укрыть в месте, защищенном от ветра, хорошо укутать в любую имеющуюся одежду, одеяло.

Если   он   в   сознании,   напоить   горячим   чаем,   кофе.   Очень эффективны грелки, бутылки, фляги, заполненные горячей водой, или камни, разогретые в пламени костра и завернутые в ткань, их прикладывают к боковым поверхностям грудной клетки, к голове, к паховой области, под мышки.

Нельзя растирать тело, давать алкоголь,    этим можно нанести серьезный вред организму. Так, при растирании охлажденная кровь из    периферических    сосудов    начнет    активно    поступать    к "сердцевине"  тела,  что  приведет к дальнейшему  снижению  ее температуры. Алкоголь же   будет оказывать угнетающее действие на центральную нервную систему.

Телефоны диспетчерских служб:

7-02-01 — МУ Каневского района «Спасатель»

112, 3-02-05, 3-02-06 (по сотовому – 010) — Единая дежурно-диспетчерская служба муниципального образования Каневской район