

ПОД НОГАМИ — ТОНКИЙ ЛЁД!

Не забывайте о том, что даже в сильный мороз лёд бывает хрупким.

Ледяная гладь реки или озера — отличное место для игр, но не следует забывать о том, что даже в сильный мороз лёд бывает хрупким.

- Ходить, играть в хоккей или кататься на коньках лучше на тёмном, прозрачном льду. Такой лёд самый прочный.
- Белый матовый лёд более хрупкий и легко ломается. Ходить по нему очень опасно.
- Иногда встречаются островки камыша, стебли которого вмерзли в лёд, а верхушки остались на поверхности. Лёд в этих местах пористый и более тонкий, наступив на него, можно провалиться.
- Опасно ходить вблизи стволов деревьев, лодок, опор мостов и других предметов, вмерзших в лёд. Замёрзшие лунки рыбаков также уменьшают прочность льда, поэтому наступать на них очень опасно.
- Снег на льду лежит гладким покровом, но иногда на этой ровной поверхности встречаются небольшие холмики более твёрдого наста. Поверхность их часто похожа на стиральную доску. Ходить по такому снегу опасно, потому что лёд под ним очень тонкий и хрупкий.

Если провалились под лёд. Главное — без паники. Громкие крики помогут вам привлечь внимание людей. Если вблизи никого не оказалось, нужно выбираться из воды самому. Подниматься на лёд нужно через спину. Сначала отведи руки назад и прогнись так, чтобы лопатки оказались на льду, затем ногой оттолкнись от противоположной кромки и поднимай на поверхность всё тело. Первые несколько метров нужно продвигаться ползком, чтобы давление всего тела на лёд было минимальным. Потом встань на ноги и как можно быстрее иди домой или к ближайшему жилью.

ВЕСЕННИЙ ЛЁД «ЗЕВАТЬ» НЕ ДАЁТ

Как определить, что лёд стал опасным, и как помочь себе или кому-нибудь другому, провалившемуся под лёд

Всю зиму вы проводили свободное время, катаясь на лыжах, коньках, санках и снегокатах, и не обращали внимания на то, что ваши трассы для катания часто выходят на замерзшие водоёмы – пруды, водохранилища и т.п. Зимой, благодаря действию мороза, лёд становится достаточно толстым и прочным и не таит для нас опасности. Но теперь – весна, а весенний лёд, и об этом надо помнить всегда, очень опасен. Вспоминаю такой случай: несколько лет назад весной в парке Покровское-Стрешнево, где размещался наш спортклуб, около пруда гуляли вместе с маленькой собачкой две десятилетние девочки. Их собачка выбежала на запылённый пруд и вдруг стала проваливаться под лёд. Девочки, не раздумывая, сами выбежали на него, чтобы спасти собачку, и, конечно же, провалились. Хорошо, что мы с ребятами тренировались неподалёку и, услышав истошный крик двух гореспасательниц, прибежали к ним на помощь – сами они выбраться из пруда не могли. А вот собачка как раз выбралась без посторонней помощи. Девчонок пришлось на руках нести в наш клуб (скованные холодом и страхом, они не могли идти самостоятельно) и там уже отогревать их, поить горячим чаем и ждать приезда «скорой помощи».

Так как же определить, что лёд стал опасным, и как помочь себе или кому-нибудь другому, попавшему в такую ситуацию? Следует помнить, что прочность и толщина льда изменяется на протяжении поздней осени, зимы и ранней весны. Осенний лёд становится прочным только после того, как установятся непрерывные морозные дни, но даже при кратковременной оттепели он опять может стать рыхлым. А весной ледяной покров под воздействием солнца и талой воды быстро делается рыхлым и очень слабым. Помнит, что лёд становится безопасным для перехода при толщине не менее 7 см. Прочность льда можно проверить ударами достаточно толстой палки, но ни в коем случае не ударами по нему ногой, так как можно сразу же провалиться. И если после нескольких ударов палкой проступает вода, лёд крайне опасен. Если вы случайно оказались на таком льду, немедленно поворачивайте к берегу, но идите по нему не торопясь и не отрывая ступни ото льда, как бы скользя по его поверхности. Самые опасные участки при движении по замерзшему водоёму – площадки, покрытые толстым слоем снега, чистые прогалины на снежном покрове, тёмные пятна, места, где из льда торчат какие-нибудь предметы или камыш, места сброса промышленных или выхода грунтовых вод.

Прочный лёд прозрачен и имеет зеленоватый или синеватый оттенок. При переходе замерзших водоёмов на лыжах следует предварительно отстегнуть крепления лыж, высвободить кисти рук из петель лыжных палок, а если у вас

на плечах рюкзаки, то обязательно снимите лямку с одного плеча – эти небольшие приготовления обеспечат вам свободу движений, если вдруг вы провалитесь под лёд.

Если это произошло, ваши действия должны быть следующими:

- освободитесь от тяжёлых вещей, скиньте тяжёлую одежду и обувь;
- если у вас под рукой есть лыжи или палка, положите их поперёк полыньи перед собой и, навалившись на них грудью, выползайте на лёд;
- если под руками ничего нет, а лёд тонкий, наваливайтесь на него всем телом и разбивайте его, продвигаясь к берегу;
- если лёд прочный, то упритесь в края полыньи руками и, помогая себе движениями ног, ложитесь на лёд животом и отползайте от полыньи;
- если в месте, где вы провалились, сильное течение, то необходимо развернуться головой по течению и, работая ногами, удерживать их ближе к поверхности воды, чтобы течение не затянуло их под лёд – в этом случае течение даже поможет вам выбраться животом на лёд.

А теперь перечислим ваши необходимые действия при оказании помощи другому человеку, попавшему в такую ситуацию:

- поднимите крик с целью привлечь внимание других людей, попросите вызвать спасателей и «скорую помощь»;
- при наличии длинной верёвки можно один её конец привязать к дереву или дать его держать людям на берегу, а второй конец обвязать вокруг себя, ползком добраться до полыньи и бросить конец утопающему, чтобы назад по этой верёвке могли выбраться и вы, и он;
- если поблизости есть доски и т.п., то их следует также подложить под себя и таким образом подобраться к полынье, бросить утопающему верёвку, которую он должен намотать на руку – так его можно будет вытянуть на лёд или на берег;
- если нет никаких подручных средств, то необходимо нескольким спасателям подползти к полынье, держа друг друга за ноги, захватить утопающего сзади за подмышки или одежду и вытаскивать его спиной на край полыньи, подтягивать его к берегу;
- на берегу с пострадавшего необходимо снять мокрую одежду, укутать его в сухие тёплые вещи и быстро доставить в тёплое помещение или, если до помещения очень далеко, развести костёр и напоить горячим питьём – кипячёной водой, чаем и т.п.

И самое главное в таких ситуациях – не теряться, не паниковать и не делать рискованных и необдуманных действий, которые могут привести к печальным результатам не только для спасаемого человека, но и для самих спасателей.