Безопасное поведение во время метели

При получении сигнала (сообщения) о приближении метели плотно закройте окна и двери, чердачные люки. Уберите с балконов и подоконников вещи, чтобы их не унесло воздушным потоком.

- Позаботьтесь о средствах автономного освещения.
- Подготовьте лопаты для уборки снега.
- Во время метели старайтесь не выходить из дома.
- После метели (в условиях снежного заноса) определите возможность выбраться из-под заносов самостоятельно. В этом случае действуйте сообща, помогайте другим предпринять все меры для благополучного выхода из создавшегося положения.
- Если сильная метель застала вас в дороге, зайдите в первый попавшийся дом и попросите разрешения остаться в нём до улучшения условий погоды.

УМЕЙ ПОМОЧЬ ПОСТРАДАВШЕМУ НА ЛЬДУ

Причины гибели человека на воде или на льду различны. Чаще всего человек гибнет из-за неумения плавать, нарушения правил поведения на воде при купании и катании на катере или лодке, купания в нетрезвом состоянии, а также из-за отсутствия присмотра взрослых за детьми. Каждый гражданин обязан строго соблюдать порядок и осторожность при переходах, переездах и проводимых мероприятиях на льду. Особенно внимательно необходимо следить за детьми. Нельзя допускать катания на санках, лыжах и коньках по льду, если не известно, что это место безопасно. При несчастных случаях на льду надо уметь действовать самостоятельно.

При оказании помощи человеку на льду или во время паводка необходимо понимать, что нельзя приближаться к нему, иначе спасатель сам рискует провалиться под лед. Надо подползти к полынье на животе и, в зависимости от обстановки, у места пролома подать ему багор, доску, лестницу, веревку, ремень, шарф и т. п. Если близко нет каких-либо приспособлений, то несколько человек ложатся на лед и цепочкой, удерживая друг друга за ноги, продвигаясь к пострадавшему, помогают ему выбраться из пролома на лед.

ЕСЛИ САМ ПОПАЛ В БЕДУ...

В случае пролома льда под ногами надо широко раскинуть руки, удерживаясь ими на поверхности льда. Если имеется возможность, то надо ложиться грудью на кромку льда с выброшенными вперед руками или на спину, откинув руки назад, по возможности упираясь в противоположную кромку льда. Затем, двигаясь лежа, надо самостоятельно выбраться из опасного места, одновременно зовя на помощь.
Также немаловажно знать, что выбираться из пролома надо в ту сторону, откуда вы пришли (назад), а не вперед. Не исключено, что выбраться можно, но нет гарантии, что лед спереди не провалится, и вы снова не окажетесь в воде, в промокшей, тяжелой одежде и с растраченной впустую энергией, а так выбраться еще тяжелее. Запомните, что лед позади вас крепче, чем спереди.

ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЕД...

Провалившийся человек, как правило, не окунается с головой — сухая одежда придает ему достаточную плавучесть и позволяет какое-то время находиться на плаву. Человек в зимней одежде способен находиться в ледяной воде, упираясь в кромку льда, до получаса. Как это сделать?

Способ 1. Человек, под которым провалился лед, должен лечь у края полыньи на грудь, широко расставив руки в стороны по кромкам льда и удерживаться от погружения с головой, стараясь не обламывать кромку льда, без резких движений выбраться на лед, выползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги. Постарайтесь использовать какую-нибудь опору, за которую можно было бы зацепиться и подтянуться (такой опорой может быть острый конец палки или шеста, нож, примерзший кусок льда), и, держась за опору, осторожно пытайтесь выползти на прочный лед.
Если первая попытка не удалась — лед обломился, а намокшая одежда начинает тянуть вниз — постарайтесь сбросить обувь и, работая ногами, занять горизонтальное положение, затем вновь вытянуть себя на лед. Выбравшись из пролома, нужно откатиться, а затем ползти в ту сторону, откуда шли (где прочность льда проверена). Несмотря на то, что ваша одежда намокла и холод толкает вас побежать и согреться, будьте осторожны до самого берега.

Способ 2. Индивидуальный способ спасения из майны. Если вы провалились на льду, то нужно немедленно освободиться от всех мешающих вам предметов, от рюкзака, если он не слетел сразу, от пешни и прочих предметов, чтобы руки были свободны. Затем, подняв ноги, лечь на спину, голову приподнять, при этом ваша голова будет обязательно обращена в сторону только что пройденного пути. Затем резкими взмахами обеих рук, как это делается при плавании на спине, привести свое тело в движение. Достаточно всего дважды сделать резкие гребки одновременно двумя руками, и вы с большой скоростью вылетите на лед на спине. На все это уйдет всего 5 секунд, и даже ваша одежда не успеет основательно намокнуть. Проделать все это легко, т. к. в случае, если вы провалились, вытесненной вашим телом водой на достаточном расстоянии взламывается весь тонкий лед и вокруг вас образуется достаточное водное пространство. После того как вы вылетите на лед на спине на свой собственный только что пройденный путь, нужно перевернуться на живот и несколько метров для гарантии проползти. Затем спокойно можете встать и идти или назад или вперед, ища новый путь и обходя коварные места.

НЕОБХОДИМО ПОМНИТЬ, ЧТО СОБЛЮДЕНИЕ МЕР ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ГЛАВНОЕ УСЛОВИЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДЕ!

ПОМНИТЕ - ВОДА ОШИБОК НЕ ПРОЩАЕТ!

ОБМОРОЖЕНИЕ

При действии низкой температуры кровеносные сосуды резко сужаются, кожа бледнеет, появляется вначале колющая боль, а затем постепенно участок кожи делается нечувствительным. Если обмороженного начать сразу отогревать, то кожа делается багрово-красной, появляются опухоль и резкая боль.

Для оказания помощи необходимо быстро растирать обмороженные места и медленно отогревать пострадавшего. Растирание производят для быстрого восстановления кровообращения в обмороженных местах. После появления чувства жжения на обмороженное место накладывают стерильную повязку и направляют к врачу.

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ

НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЕД В ОДИНОЧКУ !
НЕ ПРОВЕРЯЙТЕ ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА НОГОЙ !
БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ ,ОСТОРОЖНЫ И ГОТОВЫ В ЛЮБУЮ МИНУТУ К ОПАСНОСТИ !

БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ !
ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ПОЛЫНЬИ ,ТРЕЩИНЫ ИЛИ ЛУНКИ !

ВНИМАНИЕ ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ГЛУБОКИЕ ТРЕЩИНЫ И РАЗЛОМЫ.

ОСТОРОЖНО ! В ЭТИХ МЕСТАХ ДАЖЕ ПОСЛЕ СИЛЬНЫХ МОРОЗОВ СЛАБЫЙ ЛЕД !

ВНИМАНИЕ ! ЕСЛИ ПОД ВАМИ ЗАТРЕЩАЛ ЛЕД И ПОЯВИЛИСЬ ТРЕЩИНЫ НЕ ПУГАЙТЕСЬ И НЕ БЕГИТЕ ОТ ОПАСНОСТИ !
ПЛАВНО ЛОЖИТЕСЬ НА ЛЕД И ПЕРЕКАТЫВАЙТЕСЬ В БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО !

ПОМНИТЕ ! БЫСТРОЕ ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОПАВШИМ В БЕДУ ВОЗМОЖНО ТОЛЬКО В ЗОНЕ РАЗРЕШЕННОГО ПЕРЕХОДА !

© Авторы:
Филоненко Е. Н.
Макаров В. В.
Максименков Г. И.

- 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) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь – в подобных случаях это может привести к летальному исходу.

Нельзя играть на покатом берегу реки, озера!

обучение детей безопасному поведению на дороге

- При движении по тротуару придерживайтесь правой стороны.
- При движении по тротуару взрослый должен находиться со стороны проезжей части.
- Если тротуар находится рядом с дорогой, родители должны держать ребенка за руку.
- Приучите ребенка, идя по тротуару, внимательно наблюдать за выездом машин со двора.
- Не приучайте детей выходить на проезжую часть, коляски и санки везите только по тротуару.
- Готовясь перейти дорогу остановитесь, осмотрите проезжую часть.
- Развивайте у ребенка наблюдательность за дорогой.
- Подчеркивайте свои движения: поворот головы для осмотра дороги. Остановку для осмотра дороги, остановку для пропуска автомобилей.
- Учите ребенка всматриваться вдаль, различать приближающиеся машины.
- Готовясь перейти дорогу не стойте с ребенком на краю тротуара.
- Готовясь перейти дорогу обратите внимание ребенка на транспортное средство, готовящееся к повороту, расскажите о сигналах указателей поворота у машин.
- Покажите, как транспортное средство останавливается у перехода, как оно движется по инерции.
- Переходите дорогу только по пешеходному переходу или на перекрестке.
- При переходе проезжей части идите только на зеленый сигнал светофора, даже если нет машин.
- Выходя на проезжую часть, прекращайте разговоры.
- При переходе проезжей части не спешите, не бегите, переходите дорогу размеренно.
- Не переходите улицу под углом, объясните ребенку, что так хуже видно дорогу.
- Не выходите на проезжую часть с ребенком из-за транспорта или кустов, не осмотрев предварительно улицу.
- Не торопитесь перейти дорогу, если на другой стороне вы увидели друзей, нужный автобус, приучите ребенка, что это опасно.
- При переходе по нерегулируемому перекрестку учите ребенка внимательно следить за началом движения транспорта.
- Объясните ребенку, что даже на дороге, где мало машин, переходить надо осторожно, так как машина может выехать со двора, из переулка