



**ЦЕНТРАЛЬНЫЙ РЕГИОНАЛЬНЫЙ ЦЕНТР
МЧС РОССИИ**

**СБОРНИК ПАМЯТОК
для населения
по правилам поведения
на водных объектах**

**В ПОМОЩЬ
главам муниципальных
образований**

Москва



ПАМЯТКА

по оказанию помощи человеку, провалившемуся в воду на льду водоема
Что делать если вы провалились в воду на льду водоема?



Главное не паниковать. Постарайтесь сразу широко раскинуть руки, чтобы не погрузиться под воду с головой. Сохраняйте самообладание. Не кричите, если рядом никого нет, — вы только зря потратите силы. Лучше постарайтесь не обламывать кромки льда и не делать резких движений, выбраться на крепкий лед. Важно «забросить» на край ноги, перенести тяжесть тела на широкую площадь опоры и затем, не поднимаясь ползти или перекатываться подальше от опасного места.

Выплеснувшаяся из пролома вода быстро делает лед скользким и затрудняет работу рук. Надо взять за правило: на зимнюю рыбалку брать с собой пару больших гвоздей. При помощи их легче подтягиваться. Если беда случится у берега, то следует выплывать на сушу.

Если на ваших глазах человек провалился под лед, немедленно крикните ему, что идите на помощь. Это его успокоит и придаст силы. Приближаться к полынье можно только ползком, иначе в воде окажутся оба. Лучше под себя подложить какой либо деревянный предмет — доску, лыжи, палки — для увеличения площади опоры.

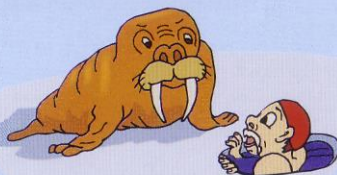
Бросать тонувшему веревки, связанные ремни, шарфы, а также санки, лыжи и длинномерные предметы за 3-4 метра до полыньи.

Подползать к краю ее недопустимо. Если неподалеку оказалось несколько человек, то рекомендуется лечь на лед цепочкой и, держа за ноги друг друга продвигаться к пролому.





В ледяной воде люди не могут находиться долго, поэтому жизнь и здоровье пострадавшего зависят от смекалки и быстроты действий. Поистине справедливо: кто скоро помог, тот дважды помог.



Наилучший способ согреть человека – снять с него мокрую одежду, раздеться самому и лечь рядом в спальный мешок. Дать горячее питье. При отсутствии спальника, одежду надо отжать и снова надеть на спасенного.

Хорошо, если есть полиэтиленовая пленка. Ею можно укутать пострадавшего получается так называемый парниковый эффект. И постарайтесь быстро добраться до теплого помещения.



ПОМНИТЕ:

отправляться на водоем в одиночку опасно! Обязательно берите с собой простейшее спасательное средство: тонкий, крепкий шнур длиной около 10 метров, с одного конца петля, с другого — груз весом 150 – 200 грамм (мешочек с песком). Если под Вами проломился лед, петля затягивается на туловище или руке, груз бросается подальше от себя в сторону спасающего.

В случае происшествия на льду водоема необходимо немедленно обратиться за помощью в единую службу спасения по телефону **01** или на ближайшую спасательную станцию ОГПС МЧС России.

Тонкий лед очень опасен!



ПАМЯТКА населению о поведении во время паводка

Это нужно знать:

- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 15 сантиметров.

- 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 3 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.



Что делать, если вы провалились в холодную воду:

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.

- Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.



- Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу на лед.

- Если лед выдержал, перекачываясь, медленно ползите к берегу.

- Ползите в ту сторону — откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.



Если нужна Ваша помощь:

- Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.

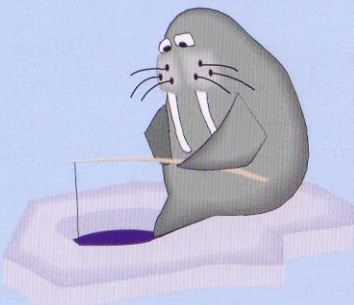
- Следуйте ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.

- Остановитесь от находящегося человека в воде 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) 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.



Любители подледного лова рыбы!

Помните собираться большими группами и пробивать много лунок на ограниченной площади — значит рисковать собственной жизнью и жизнью своих товарищей.

Не рекомендуется пробивать несколько лунок, расположенных друг от друга ближе, чем на 15 метров.

Необходимо каждому рыболову иметь спасательное средство в виде шнура длиной 12-15м, на 1 конце которого закреплен груз весом 400-500 грамм и пластмассовые поплавки ярко-оранжевого цвета, а другом — изготовлена петля.





ПАМЯТКА

населению по действиям при попадании жилого помещения в объявленную зону затопления

В этом случае необходимо:

- перенести на верхние этажи и чердаки ценные предметы, вещи;
- закрыть окна, при необходимости — забить окна досками или фанерой;
- деньги, драгоценности, паспорт и другие документы положить в водонепроницаемые пакеты (мешки);
- подготовить необходимые вещи, аптечку первой помощи и лекарства, которыми Вы обычно пользуетесь; собрать трехдневный запас продуктов питания.



Все подготовленные к эвакуации вещи, документы и др. и продукты лучше всего уложить в рюкзак, чемодан или сумку и содержать их в одном месте.

- подготовить теплую удобную одежду, сапоги, одеяла;
- по возможности вывести домашних животных и скот в безопасное место;



- подготовить плавсредства к использованию (если они имеются);
- ждать сообщения по местному радио об эвакуации.

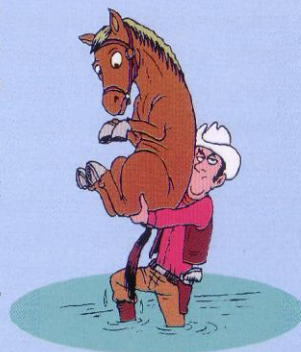
В сообщении об эвакуации из опасной зоны будет объявлено когда, куда и как (специальным транспортом или пешим порядком) она будет проводиться.



Получив сообщение об эвакуации, необходимо:

- отключить газ, воду и электричество, загасить печи;
- взять с собой подготовленные к эвакуации вещи, документы, туалетные принадлежности и трехдневный запас продуктов питания;
- надеть теплую одежду, сапоги, закрыть или забить дверь дома и убыть в указанное в сообщении по радио место эвакуации;
- прибыв в конечный пункт эвакуации, зарегистрироваться. Здесь Вы будете размещены на временное проживание до окончания наводнения.
- Оставленные жилища в зоне затопления будут охраняться сотрудниками милиции.

В любой обстановке не теряйте самообладания, не поддавайтесь панике!



Телефон единой службы спасения — «01»

Единая служба спасения

для абонентов сотовой связи — «112»

«БиЛайн» — «01», «001», «112».

«МегаФон» — «01», «010», «112».

«МТС» — «01», «010», «112».



ПАМЯТКА населению по действиям при внезапной эвакуации с помощью плавсредств

В ЭТОМ СЛУЧАЕ НЕОБХОДИМО:

а) если плавсредства подготовлены заранее:

- отключить газ, воду и электричество;
- взять с собой документы;
- погрузить в плавсредство детей (семью), подготовленные к эвакуации вещи и выплыть на нем в безопасное место;



б) если плавсредств нет:

- отключить газ, воду и электричество;
- взять с собой документы;
- подняться на чердак (крышу дома) самим и поднять туда подготовленные к эвакуации вещи, находиться там до прибытия спасателей;
- в светлое время вывесить на высокое место белое или цветное полотно, а в темное подавать световые сигналы, чтобы спасатели смогли вас быстрее найти;
- по прибытии спасателей перейти с вещами в лодку или катер. Спасатели помогут, и Вы будете доставлены в безопасное место.

ПОМНИТЕ!

1. Переходить в лодку (выходить из нее) следует по одному, ступая на середину настила, не устраивая паники и столпотворения.
2. Погрузка детей и женщин осуществляется в первую очередь.
3. Не переполняйте спасательные средства – это угрожает жизни и спасаемых, и спасателей.
4. Во время движения на плавсредстве запрещается меняться местами, садиться на борта, ходить по плавсредству.



5. Самостоятельно из затопленного района выбираться следует только в безвыходных ситуациях — когда одному из пострадавших нужна срочная медицинская помощь, вода продолжает прибывать и нет никакой надежды на спасение. Решение выбираться самостоятельно должно быть хорошо продумано и основываться на наличии надежного плавсредства, хорошей защиты от холода, знании маршрута, учете обстановки.



6. Прыгать в воду с подручными средствами можно в самых крайних случаях, когда нет надежды на спасение или возвышенность полностью затопляется. Предварительно следует сбросить с себя тяжелую одежду и обувь, отыскать поблизости плавающие и возвышающиеся над водой предметы, воспользоваться ими до получения помощи.

В любой обстановке не теряйте самообладания, не поддавайтесь панике!

Телефон единой службы спасения — «01»

Единая служба спасения

для абонентов сотовой связи — «112»

«БиЛайн» — «01», «001», «112».

«МегаФон» — «01», «010», «112».

«МТС» — «01», «010», «112».



ПАМЯТКА населению города и района по действиям в случае схода воды с затопленной территории

В этом случае необходимо:



- входить в дома и здания осторожно, предварительно убедившись, что конструкции не пострадали;
- прежде чем задерживаться в помещении, его надо проветрить, открыв все окна и двери, и, ни в коем случае, не зажигать огонь, не включать электричество – возможна утечка газа;
- пользоваться электричеством, газом, водопроводом и канализацией можно только после того, как разрешат специалисты.

В любой обстановке не теряйте самообладания, не поддавайтесь панике!



Телефон единой службы спасения — «01»

Единая служба спасения

для абонентов сотовой связи — «112»

«БиЛайн» — «01», «001», «112».

«МегаФон» — «01», «010», «112».

«МТС» — «01», «010», «112».