***ВЕВЕВЕВЕРХ - МАЙЗАССКИЙ ВЕСТНИК***

№ 1 23.01.2020 г**ода**

**Периодическое печатное издание**

**Совета депутатов Верх-Майзасского сельсовета**

**Кыштовского района Новосибирской области**

|  |
| --- |
|  |

**ЗИМА. ЛЁД. ОПАСТНОСТЬ.**

Зимний лёд не менее опасен и коварен чем осенний или весенний.

В самый разгар зимы, когда среднесуточная температура опускается ниже -30 градусов и толщена ледового покрова, достигает 1 метра и более, даже бывалые любители зимнего отдыха на водных объектах теряют всякую бдительность, а напрасно.

Зимний лёд несёт много неприятных сюрпризов, из-за температурного напряжения ледяного покрова лёд образует трещины, размер которых иногда представляет опасность не только для пешехода или лыжника, но и для транспортных средств, особую опасность представляют участки трещин занесенных снегом. Также необходимо проявлять внимательность в зоне промыслового лова рыбы. В результате данного вида деятельности на льду остаются выемки льда (майны, караулки, лунки).

Большую опасность представляют участки водоёмов в местах активного гниения водорослей, даже в самые сильные морозы толщина ледяного покрова в таких местах не достигает допустимого уровня толщины льда для безопасного передвижения по нему. К таким местам относятся, камышовые заросли и проходы в них, а так же участки скопления водной растительности на плёсах.

Лед непрочен и в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев и кустов. Под толщей снега.

Что делать, если вы провалились в 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. Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом другую ноги на лед. Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу. Ползите в ту сторону откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.

При оказании помощи терпящему бедствие необходимо действовать умело и быстро. Приближаться к пострадавшему необходимо только лежа и на расстоянии 3-4метров, подать спасательный предмет (доску, шест, веревку, ремень, шарф). При отсутствии подручных средств несколько человек могут лечь на лед один за другими, придерживая впереди лежащих за ноги, цепочкой подползти к провалившемуся.

Во время рыбной ловли нельзя пробивать много лунок на ограниченной площади и собираться большими группами. Каждому рыбаку рекомендуется иметь спасательное средство в виде шнура длиной 12-15 метров, на одном конце которого должен быть закреплен груз, а на другом – изготовлена петля. Не лишними будут 2 шила связанных шнуром, длина которого около 1.5м.

Основными причинами гибели людей являются, нарушение мер безопасности при организации подледного лова рыбы, передвижения по льду на транспорте в местах, где отсутствуют ледовые переправы, незнание элементарных правил оказания помощи провалившемуся под лед.

**Если, находясь на водоёме, вы попали в беду, звоните по единому телефону всех спасательных служб 112.**

Купинское инспекторское отделение «Центр ГИМС ГУ МЧС России по НСО»

# Кратко о безопасности зимой

Зима — идеальное время для травматизма. Даже самые осторожные и уверенные в себе могут запросто оказаться в неприятной ситуации.  **Обезопасить себя** в холодное время года можно и нужно! А как, мы расскажем в сегодняшней статье. Зима ассоциируется не только с Новым годом, санками и снегом. Это еще и гололед, обморожения, обветренные губы, ледяные конечности, дети на горках и обязательно парочка экспериментаторов, чей язык прилип к железному столбу. Мы подготовили для вас краткое **руководство по зимней безопасности**. Теперь справиться с досадными происшествиями станет намного легче.

**Гололед**

Это первая причина, по которой страдают все. Когда тротуар превращается в каток, главное правило для пешехода — выбирать удобную обувь! Если каблук, то устойчивый. В обувном магазине купите ледоступы, специальные приспособления с металлическими шипами. Производители выпускают их разных размеров, детские в том числе. Они помогут добраться до места назначения без происшествий. В **экстренных ситуациях** воспользуйся лейкопластырем, который нужно приклеить вдоль подошвы. Не торопись, передвигаться нужно осторожно, наступая на всю подошву. Запомни, машине в сто раз тяжелее остановиться при гололеде, чем тебе. Научись падать правильно: когда поскользнулся, немного присядь, так уменьшится высота падения и смягчится удар. В момент приседания сгруппируйся и падай не на попу, а на бок. Сумка с длинными ручками часто становится причиной падения. Она не позволяет сохранить баланс, когда человек поскользнулся, и тянет его вниз.

**Упал и болит?**

Если падение произошло, главное — без паники. Трезво оцени ситуацию, определи, где и что болит. Если чувствуешь боль или шум в ушах, не стесняйся позвать на помощь и отправляйся в медпункт. Черепно-мозговая травма или сотрясение мозга чреваты опасными последствиями, а **первыми симптомами** большинство пренебрегает. Когда тебя позвали на помощь, никогда не отказывай. Ты тоже можешь оказаться в подобной ситуации. В случае **падения ребенка** действуй по следующей схеме: первое, и самое важное, — успокоить и отвести в безопасное место. Попроси показать, чем ударился, где сильнее болит. Если был удар головой или болит живот, вызывай скорую помощь. В этих случаях отправляйся в медпункт, даже если ребенок хорошо себя чувствует. Когда подозреваешь, сильный ушиб или вероятный перелом, не снимай одежду и не накладывай шину. Вызывай скорую, никому не нужно обморожение или переохлаждение. Наблюдай за ребенком в течение дня после травмы. Если боль сохраняется, появилась тошнота или рвота, это повод обратиться к врачу.

**Лизнул железо?**

Несмотря на всем известный факт, приклеиваться на морозе **к металлическим столбам** популярно в любом возрасте. Не смейся над пострадавшим, а успокой и помоги освободиться. Ни в коем случае не дергай ни металлический предмет, ни ребенка! Прекрасно, если с собой оказался теплый чай или кофе. Полей теплой жидкостью язык, и он отклеится. Если ничего подходящего нет, приложи ладони ко рту и максимально близко к месту соприкосновения выдыхай теплый воздух. Попроси приклеенного делать так же. Если в приступе паники человек дернулся и образовался надрыв, первое, что нужно сделать, это остановить кровотечение. Наклони голову вниз, чтобы кровь не текла в горло. Кусочком ткани или рукой слегка прижми место раны. Если кровь не останавливается — немедленно в больницу!

**Замороженные**

Мороз зимой, это аксиома. Вопреки устоявшемуся мнению, обморожение может произойти даже при температуре, близкой к нулю. Влажный воздух и холодный ветер с легкой изморозью способны нанести ощутимый вред открытым частям тела. Чаще всего страдают нос, руки, уши. Перед выходом на улицу пользуйся специальным зимним кремом, который следует наносить за 20 минут до выхода. Не забывай про шапку, шарф и варежки. Не облизывай на холоде губы. Пользуйся гигиенической помадой, чтобы они не шелушились. Отличный способ переохладиться и **заработать обморожение** — носить тесную одежду, обувь, перчатки. Не проводи весь день в зимней обуви в теплом помещении. Ноги обязательно вспотеют, а обувь станет влажной. При выходе на улицу ты быстро замерзнешь. В помещении лучше переобуться. Излишние слои одежды только ухудшают ситуацию. Во время движения тело выделяет тепло и влагу, излишки которой будут создавать дискомфорт. Для активных детей подумай про термобелье, которое **отводит влагу**, и верхнюю одежду, которая сохраняет тепло. Время шерстяных платков и комбинезонов на овчине давно в прошлом. Если ты заметил, что перчатки или ботинки ребенка промокли, отведи его в теплое помещение. Гипотермия у детей происходит быстрее, чем у взрослых. Запомни: ни в коем случае нельзя согревать обмороженные участки горячей водой! Растирание снегом только ухудшит ситуацию. Руки или ноги следует поместить в слегка теплую воду. К обмороженному участку тела следует приложить теплый водный компресс. После разотри кожу до легкого покраснения. Если чувствительность не восстанавливается более чем через 3 часа после согревания, **появились припухлости** или волдыри — обратись к врачу.

**На горках**

Зимние забавы — это очень весело. Но, прежде чем использовать санки или лыжи, убедись в их исправности и помни про **правила безопасности зимой для детей**. На больших спусках обязательно используй шлем. Не упускай ребенка из виду, когда он катается сам. Не нужно сооружать паровоз из саней и разрешать прыгать через трамплины. Это может привести к травматизму.Ограничивай время пребывания на морозном воздухе. Периодически заходите с детьми в помещение, чтобы согреться. Позаботься о теплых напитках и дополнительных варежках.При переходе через дорогу всегда высаживай ребенка из саней. Переходите за руку, или неси его на руках.

**Осторожно, сосульки!**

Проходя мимо многоэтажных домов, старайся не идти вплотную возле стен. Обходи стороной всевозможные скопления снега и льда, свисающие с крыш или деревьев. Не разрешай прыгать детям в сугроб. Под слоем снега могут скрываться камни, бытовые отходы, ямы, открытые трубы и арматура.Отдельный разговор следует провести с детьми, которые любят пробовать на вкус снег или лед.

**Водоемы**

В зимнее время лучше обходить стороной реки и озера. Выходить на лед в одиночку небезопасно. Несколько минут радости и уверенность в стопроцентном везении не стоят человеческой жизни.Если выход на лед вынужден и неизбежен, объясните ребенку, что прыгать и стучать по льду нельзя, это главные **правила безопасности на водоемах зимой**. Не проводите игр на льду, а катайтесь на коньках только на специально оборудованных площадках.

**Если, находясь на водоёме, вы попали в беду, звоните по единому телефону всех спасательных служб 112.**

Купинское инспекторское отделение «Центр ГИМС ГУ МЧС России по Новосибирской области»

***Приемы спасения при переохлаждении.***

Первая (при температуре тела 34-35°С) - сильная дрожь, очень холодная кожа, дезориентация, беспокойное состояние, возможна потеря памяти, увеличение частоты пульса и дыхания;

Вторая (при температуре тела 30-33°С) - предкоматозное состояние, стадия забытья и паралича;

Третья (при температуре тела ниже 30°С) - частота дыхания 2-3 раза в минуту, граница смерти, которая наступает обычно при температуре ниже 25°С.

Основными признаками переохлаждения являются: озноб, дрожь, нарушение сознания. Бред, галлюцинации, неадекватное поведение, посинение или побледнение губ, снижение температуры тела.

Первая медицинская помощь людям, извлечённым из воды, должна быть направлена на быстрейшее восстановление температуры тела, активное согревание всеми имеющимися средствами.

Для этого необходимо:

- как можно скорее поместить пострадавшего в автомобиль или в помещение, тем самым, защитив его от ветра и прекратив воздействие на него низкой температуры окружающей среды;

- снять с пострадавшего мокрую одежду и обувь;

- протереть тело полотенцем или мягкой губкой;

- укрыть теплым одеялом (пледом), теплоизолирующим средством. При наличии «Спасательного покрывала» накинуть простыню, а затем завернуть в него пострадавшего серебряной стороной к телу, что уменьшает опасность переохлаждения;

- если человек в сознании, его следует напоить горячим чаем.

. При оказании помощи человеку, длительное время находившемуся в холодной воде (в состоянии гипотермии), ни в коем случае нельзя давать ему алкогольные напитки. Алкоголь не только окажет угнетающее действие на его центральную нервную систему, но, кроме того, расслабляя спазмированные холодом сосуды конечностей, усилит поступление холодной крови к сердцу. Алкоголь в таком случае провоцирует резкое неуправляемое снижение внутренней температуры тела. А это может привести к летальному исходу. Растирание спиртом или водкой конечностей или отдельных участков тела также малоэффективно.

Оказав первую помощь, необходимо как можно быстрее доставить пострадавшего в медицинское учреждение или передать бригаде скорой помощи

Купинское инспекторское отделение «Центр ГИМС ГУ МЧС России по Новосибирской области»

# Правила безопасности на льду и на зимней рыбалке

Зимняя рыбалка для многих зимников не просто хобби, а жизненное кредо. Многие действия бывалых рыболовов автоматизированы, в том числе и само хождение по льду, избегание опасных участков и поведение на ледяной поверхности. Однако, из года в год несчастные случаи все еще происходят, и некоторые заканчиваются летальным исходом. Правила поведения на льду одинаковы для всех людей, без разницы, рыболовов или просто вышедших на прогулку. Безопасность на льду – это не только действия против проваливания. Помимо проваливания, на зимней рыбалке присутствуют и другие опасные факторы.

## О чем нужно всегда помнить

Проваливание, которое может привести как к банальному намоканию и простуде, так и к гибели. Угорание насмерть в зимней палатке от продуктов горения печки.

Гипотермия, замерзание.

Падение на скользкой поверхности, ушибы.

Возможность заблудиться (в плохую погоду, на больших водоемах либо в состоянии алкогольного опьянения), в лучшем случае – потерять время, в худшем – замерзнуть.

## Безопасный лед

Безопасное поведение на льду в зимний период – это не только правильное передвижение по прочной поверхности водоема. Опасность может подойти со стороны. Но начнем обзор с наиболее явной опасности – холодной воды подо льдом. В ней можно как утонуть, так и получить смертельную гипотермию. Когда можно выходить на лед на зимнюю рыбалку? По какому льду можно ходить на рыбалку? Официально допустимая толщина льда для передвижения по нему группы людей должна быть на рыбалке не менее 10 см. Это нарисовано на плакатах по технике безопасности. Минимальная толщина льда для рыбалки – 5-7 см, в зависимости от водоема, на свой страх и риск. По такому ходить нужно крайне осторожно, по всем правилам (об этом ниже). Заходить на глубины свыше 1.5 метров и далеко от берега не рекомендуется. 10 см выдерживают человека 100 кг весом и допускают передвижение группы людей.

### Безопасность на слабом ледяном покрове

Рыболовы с нетерпением ждут момента становления перволедья. Самые отчаянные выходят на лед, как только он станет, пренебрегая требованиями безопасности. Первый лед опасен, в первую очередь, ввиду своей малой толщины. Официальное правило поведения на тонком льду одно – не заходить на него. При попадании в такие условия нужно соблюдать в точности все рекомендации безопасности и поведения. По перволедью определить толщину льда по цвету невозможно – он тонкий и прозрачный. Если пробивается пешней с одного удара – далеко от берега лучше не отходить, а сидеть рядом с прибрежными кустиками. На глубине лед укрепляется позже, поэтому выходить на середину водоема – опасно. Безопасность на тонком ледяном покрове – первоочередная задача рыболова, попавшего на водоем в таких условиях. Ежесекундно необходимо быть внутренне готовым уйти под воду, и реагировать уверенно и быстро. Состояние ледяного слоя на различных водоемах может разнится из-за множества факторов – силы течения, ветра, состава воды, наличия родников. Поэтому хороший покров вон на том пруду – не повод выходить на большое водохранилище, где еще вчера гуляли волны. Признак прочности льда и его безопасности – прозрачность, отсутствие трещин и пузырей, треска и продавливании при ходьбе. На тонком покрове каждому шагу должен предшествовать проверочный удар пешней или палкой. Проверять прочность, топая ногой и подпрыгивая, категорически нельзя! Рюкзак и ящик вешается на одно плечо, чтобы их можно было скинуть при проваливании. Как передвигаться по тонкому льду, если он начал трещать и прогибаться? В первую очередь – остановиться и осмотреться. Если прогибание происходит прямо на глазах – нужно моментально лечь, как можно мягче и плавнее, не ударяя по поверхности весом. Затем необходимо отползти по своим следам обратно. Если не так все фатально – нужно просто вернуться назад по своим следам плавными скользящими шагами, не отрывая ног. Вообще, лучше придерживаться проторенных троп и ходить по ним всегда.

**Потенциально опасные места:**

* Середина водоема, большие глубины, русловой поток.
* Места соединения прямого и обратного течений.
* Устья рек и ручьев.
* Непосредственно у берега.
* В зарослях камыша.
* Около вмерзших в воду предметов.
* Места слива канализации и отходов.
* Узкие протоки с течением, быстрины между островами.
* У закраин и промоин.
* Акватории с частым изменением уровня воды и судоходством. Такое место может сыграть злую шутку – рыболова просто отрежет от выхода проходящее судно, оторвет на льдине от основного массива и унесет в море.
* Болота и трясины – самые опасные места. Выделяющийся теплый газ может сделать слабым и тонким внешне нормальный и твердый покров.

Избегайте перволедья, занесенного снегом – это может быть просто наст, а под ним – промоина. Не стоит в группе подходить друг к другу близко, собираться вместе. Двигаться нужно гуськом, не ближе чем за 5-7 метров друг от друга. **Каждый человек должен иметь специальные спасалки на веревке**, закрепленные удобно на груди для быстрого применения. Желательно наличие веревки с грузом, чтобы быстро можно было бросить провалившемуся. Нельзя сверлить много лунок рядом и сразу – такая перфорация ослабит и так ненадежную поверхность. Опасен также и рыхлый весенний лед. Оценить состояние льда весной визуально трудно, обычно все покрыто снегом. Выход – придерживаться тропы, нехоженные места проверять на каждом шаге, обходить темные, желтые участки, трещины и торосы.

## Как ходить по замерзшему водоему

Меры безопасности на льду подразумевают определенные правила и рекомендации нахождения на нем и передвижения. Помимо опасности провала, на скользкой поверхности можно просто упасть и повредить себе что-нибудь, сломать кости или разбить голову. Особенно это актуально для крупных пожилых рыболовов. Как ходить по льду чтобы не упасть? **Следующие меры предосторожности на льду уберегут от травм**:

1. Пользоваться обувью с противоскользящими подошвами или накладными шипами.
2. Не совершать резких движений, держать равновесие и обращать внимание на каждый шаг.
3. Резко не переносить вес. Сначала ставится нога, потом вес переносится на нее, плавно и размеренно. Колени полусогнуты, туловище расслаблено, готово к падению.
4. В случае падения важно правильно сгруппироваться, упасть на бок, назад или на выставленные вперед полусогнутые руки, гася скорость ими. Важно контролировать положение головы, чтобы уберечь ее от удара. Безопасность падения отрабатывается на практике как физическое упражнение.

Сам процесс нахождения на зимнем водоеме – мероприятие повышенной опасности. Обычно все зимники выполняют требования на инстинктивном уровне. Для начинающих полезно изучить.

**Правила безопасного поведения на льду:**

1. Нахоженные тропы – наименее опасные участки, так как явно видно, что по ним прошло много народу.
2. Нельзя проверять прочность подпрыгиванием или ударами ногой. Делать это нужно палкой, жердью или пешней.
3. Если вы заметили треск, фонтанчики воды из трещин, прогибание, желтоватый цвет или мокрые пятна на снегу – следует обойти это место (либо вернуться назад ползком, если уже зашли слишком далеко).
4. Не следует передвигаться толпой и хаотично, близко друг к другу. Оптимальный вариант – гуськом на дистанции не менее 5 метров.
5. При передвижении на лыжах крепления должны быть отстегнуты, чтобы можно было сбросить их при проваливании.
6. Рюкзак и весь скарб носится на одном плече либо с расслабленными лямками, для возможности быстро избавиться от груза – важное условие безопасности перемещения.
7. Категорически не рекомендуется выходить на водоем без специальных спасалок, шипов с ручками. Эти средства безопасности должны быть расположены на груди, чтобы ими можно было воспользоваться быстро в экстренном случае. По перволедью или весной лучше ходить на рыбалку в специальном непромокаемом костюме-поплавке. Он убережет от гипотермии и утопления при проваливании. Если поплавка нет – то нужно надеть хотя бы спасательный жилет.
8. Наличие у кого-то в группе веревки 10-20 метров длинной с кошкой или грузом на конце.
9. При необходимости преодолеть перспективно опасный участок не делать этого одному – только со вторым человеком, с веревкой или жердью для подстраховки. Естественно, при групповом перемещении такое место преодолевается по очереди.
10. Нельзя ловить рыбу или ходить около закраин, промоин и полыней, трещин, торосов и провалов.

## Как выбраться, если провалился под лед

Если вы провалились под лед – главное, не терять самообладание и не паниковать. Именно паника и неправильные действия – основные причины смертельных исходов. В 99% случаев можно выбраться, даже если у вас большой вес и плохая физическая форма. Человек подо льдом получит гипотермию за несколько минут, в результате чего подвижность снизится, и сам он выбраться уже не сможет. Поэтому действовать нужно быстро – 3 минуты. Важно соблюдать определенные правила поведения человека, провалившегося под лед. Эти правила спасения на льду отработаны многими случаями на водоемах. На вероятность удачного исхода и безопасность влияет и наличие средств спасения на льду – спасалок, веревок, жердей. Современное общество таково, что вас в случае провала могут снимать на телефон и давать советы, но сами не полезут. Рассчитывать нужно только на себя. Если помогут – конечно, хорошо, это облегчит процесс.

1. В процессе проваливания осознать это и успеть завалиться на бок и плавно упасть на целый лед. Иногда может прокатить – замочатся только ноги.
2. Если провалились – важно пережить первый шок. Это может быть очень сильная боль и ломота от холода. Нельзя паниковать. Выделившийся адреналин поможет. Придется осознать, что у вас есть пара минут, пока не наступила гипотермия.
3. Постарайтесь не утонуть – всплыть, ухватиться за край, если обламывается – попробовать снова. Необходимо скинуть грузы, лыжи, ящики и т.д. Все в зависимости от ситуации. Если вы полулежите на льду – то имущество можно и сохранить, выкинув его из воды. В таком случае просто медленно выползите на твердую поверхность. Если поверхность под вами медленно оседает – плавно перенесите тяжесть тела вперед. Главное – не делать резких движений. Если же полностью оказались в воде – следуйте следующим рекомендациям безопасности.
4. Итак, вы в полынье. Ушли с головой, барахтаясь всплыли, скинутый рюкзак утонул, все остальное – в санках рядом. Первый шок прошел. Холод заползает внутрь. В первую очередь надо быстро осмотреться, оценить ситуацию, опробовать прочность края полыньи. Если он прочный – это место для вылезания. Если обламывается – аккуратно отламываем в сторону, откуда пришли, пока не дойдем до прочного. На льдину опираемся, широко раскинув руки и положив на нее голову, плечи. Делается это плавно, чтобы не обломить лед.
5. Если к вам спешат на помощь с веревкой или палкой – воспользуйтесь этим. Может кто-то подползет и протянет бур. Главное – не орать и не паниковать. Нужно целенаправленно громко позвать и сказать, что делать: ползти, протягивать бур и т.д. Покажите, что вы контролируете ситуацию – у наблюдателей также могут возникнуть паника и страх.
6. Если выбираться придется самостоятельно – поймите, главная задача – перенести тяжесть тела на край льдины, чтобы она не сломалась. Если достаете до дна – оттолкнитесь ногами и выбросите тело вперед, плечевой пояс, грудь, руки. На глубине придется все делать без толчка. Для этого и пригодятся спасалки – ими можно закрепиться и подтягиваться. Без них выбраться – на порядок сложнее. Человеку в плохой физической форме это может оказаться сделать очень трудно.
7. В худшем случае – спасалок нет, одежды много, физическая форма плохая. Самое важное – первое движение. Положение – руки раскинуты по краю полыньи, голова тоже (боком или подбородком). Одновременно нажимая головой и руками, нужно создать телом в воде поступательное движение вперед-вверх, как червяк. Как только почувствуете это движение – подайтесь головой, руками и верхней частью туловища вверх. Продолжайте делать это, пока туловище по пояс не окажется на твердом. Добейтесь устойчивого положения. Самое трудное уже сделано – отдохните 10 секунд, не дайте себе вновь соскользнуть в воду. Затем такими же червеобразными движениями выползите из воды, закинув поочередно ноги, отползите дальше и встаньте. Если провалилось двое или более человек – то в первую очередь необходимо вытолкнуть самого ответственного, который быстро сориентируется и поможет выбраться остальным. Не забывайте – вы обошли только один фактор, утопление. А есть еще один – гипотермия. На улице мороз, одежда мокрая – можно погибнуть минут за 10-15. О решении этой проблемы – ниже.

### Как помочь человеку, провалившемуся под лед.

Спасение провалившегося человека основывается на вышеперечисленных принципах безопасности. Главное – не угодить в воду самому спасателю. Сначала оповестите утопающего, что к нему идет помощь. Приободрите его, заставьте успокоиться и прекратить паниковать, дергаться и тратить силы зря. Если есть длинная веревка, то ее нужно кинуть с безопасного расстояния человеку. Но часто веревки с собой нет. Самый длинный предмет – бур и веревочки с санок-волокуш. Можно использовать их, связав между собой. К месту пролома подбираться можно только лежа, с собой лучше взять спасалки или нож. В течение процесса постоянно общайтесь с пострадавшим, инструктируйте его. Когда он ухватится за бур (веревку), вытащите его, предварительно закрепившись ножом, шипами либо спасалками за поверхность. Для облегчения процесса пострадавшему в воду нужно бросить жилет, спасалки и т.д. – что есть при возможности.

## Безопасность при переохлаждении

Далее первая помощь на льду (себе или пострадавшему) не заканчивается. Главная опасность – гипотермия, переохлаждение. Нужно сразу снять верхнюю одежду и отжать ее. Вставать голыми ногами нужно не на снег, а, например, в санки. Если сменки нет – то надеть, в первую очередь, шерстяные изделия или качественное термобелье. Эти предметы греют даже мокрыми. Надо постоянно двигаться. Первая помощь провалившемуся под лед может спасти ему жизнь. А если на улице мороз -30 и до теплого укрытия (машины) несколько километров? Если есть горячий напиток – выпить. Алкоголь употреблять нельзя (только после окончательного согревания и переодевания). При наличии хорошего сухого чистого снега можно растереться им (людям с нормальным уровнем закалки и физической формой). При гипотермии озноб начинает прекращаться, пульс замедляется, артериальное давление падает. Происходит это, когда температура тела падает до 30 градусов. После этого начинается замерзание, которое может привести к летальному исходу. Далеко до машины – бегите бегом. Главное – не останавливаться.

## Меры безопасности в зимней рыболовной палатке

Каждый год эта печальная статистика пополняется новыми случаями. Вина – личная безалаберность. Нельзя находится в дешевой не дышащей палатке с печкой или газовой горелкой с закрытой дверью. Всегда важно продумывать отвод продуктов горения печки наружу через дымоход при ночевке в палатке. Даже от свечек в наглухо закрытой дешевой китайской палатке через некоторое время начинает болеть голова – первый признак недостатка кислорода и отравления угарным или углекислым газом. Основные правила поведения на льду зимой не касаются этого вопроса, а зря. Случаи смертей повторяются среди рыболовов-ночников из года в год. Человек просто засыпает и не просыпается. Если у вас возникли подозрения насчет безопасности в соседней палатке – лучше загляните. Вдруг это спасет кому-то жизнь.

## Ваши действия при потере ориентации на местности

На больших водоемах в качестве ориентиров выступают далекие предметы на берегу. Когда начинается снегопад и метель – их не видно, следы заносит. Поэтому важно не потерять чувство пространства и безопасности. Хорошо если есть компас или навигатор. Когда никаких средств навигации с собой нет – нужно идти, чтобы не замерзнуть, пить горячее, есть. Нельзя валиться в сугроб и засыпать – это приведет лишь к замерзанию. Поэтому о географии лучше позаботиться заранее, перед выходом, обеспечив себе безопасность.

**Если, находясь на водоёме, вы попали в беду, звоните по единому телефону всех спасательных служб 112.**

Купинское инспекторское отделение «Центр ГИМС ГУ МЧС России по НСО»

Верх-Майзасский Периодическое печатное издание № 1 23 января 2020 года

Вестник Адрес: 632285 с.Верх-Майзасс Кыштовский район

ул.Нарымская, 30

Подписано к печати: 23.01.2020 г. Тираж 15 экз.