**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**

**«ТИХОРЕЦКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО**

**ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»**

***Отделение профилактики семейного неблагополучия***

**ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ**

**«Вы ступили на лед»**

Лед уносит много жизней. Несчастные случаи происходят по той причине, что мы не знаем элементарных правил поведения на льду. Там, где имеются вмерзшие пни, ветки, трава и другие предметы, лед всегда более хрупкий. Также *опасен и непрозрачный покрытый снегом лед,* так как не видны вмерзшие предметы и оставленные рыбаками лунки.

*Опасно ходить по льду* там, где бывает быстрое течение, водоворот, у места впадения реки, спуска канализационных или промышленных вод. *Прозрачный синеватый или зеленоватый лед самый прочный.* Но ходить по нему можно лишь тогда, когда проверена его прочность. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ни ходить, ни кататься на коньках нельзя.

Если при прохождении по льду он трещит и ломается, надо вернуться назад. Если лед проломился, важно вести себя как можно хладнокровнее. Не стоит хвататься за край тонкого льда, наваливаться на него всей тяжестью тела. Надо развести руки в стороны и грудью или спиной опереться о край льда, а ногами делать плавательные

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**СОЦИАЛЬНОГО ОБСЛУЖИВАНИЯ КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ**

**«ТИХОРЕЦКИЙ КОМПЛЕКСНЫЙ ЦЕНТР СОЦИАЛЬНОГО**

**ОБСЛУЖИВАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ»**

***Отделение профилактики семейного неблагополучия***

**ПАМЯТКА ДЛЯ НАСЕЛЕНИЯ**

**«Вы ступили на лед»**

Лед уносит много жизней. Несчастные случаи происходят по той причине, что мы не знаем элементарных правил поведения на льду. Там, где имеются вмерзшие пни, ветки, трава и другие предметы, лед всегда более хрупкий. Также *опасен и непрозрачный покрытый снегом лед*, так как не видны вмерзшие предметы и оставленные рыбаками лунки.

*Опасно ходить по льду* там, где бывает быстрое течение, водоворот, у места впадения реки, спуска канализационных или промышленных вод. *Прозрачный синеватый или зеленоватый лед самый прочный*. Но ходить по нему можно лишь тогда, когда проверена его прочность. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ни ходить, ни кататься на коньках нельзя.

Если при прохождении по льду он трещит и ломается, надо вернуться назад. Если лед проломился, важно вести себя как можно хладнокровнее. Не стоит хвататься за край тонкого льда, наваливаться на него всей тяжестью тела. Надо развести руки в стороны и грудью или спиной опереться о край льда, а ногами делать плавательные

движения, стараясь удержать их на поверхности (очень опасно, если течение тянет ноги под лед). В таком положении надо попытаться осторожно налечь на поверхность льда, опираясь ногами в противоположный край проруби, если толщина льда около 5 см, или делать плавательные движения. Если удалось выбраться на лед, важно тут же отползти на твердый лед в сторону берега.

Если случилось несчастье, надо звать на помощь!

*Оказывая помощь пострадавшему, нельзя идти, надо ползти, разведя руки в стороны*. Если у вас нет веревки, подойдет лента, лыжи, лестница, любая палка. Можно также связать шарфы, ремни, рукава одежды, привязать к концу какой-нибудь неострый предмет и бросить пострадавшему. Как только тот схватится за конец, тяните его, отползая на прочный лед или к берегу.

*Пребывание в ледяной воде в течение 1/2-1 часа смертельно опасно.* Замерзанию часто сопутствует отморожение. При замерзании вначале возникает мышечная дрожь, учащаются дыхание и пульс, кожные покровы становятся бледными. Пострадавшего следует немедленно любым способом согреть, но делать это не быстро, а постепенно. Когда замерзший начнет приходит в чувство, дайте ему выпить горячего чаю, кофе. Если же пострадавший не дышит, нужно приступить к искусственному дыханию "изо рта в рот".

*Во всех случаях общего охлаждения и замерзания человека, какой бы степени они не были, следует срочно обратиться к врачу!*

*Памятка составлена методистом ОПСН Т.А.Лисиченко*

Тихорецкий район

***2017г.***

движения, стараясь удержать их на поверхности (очень опасно, если течение тянет ноги под лед). В таком положении надо попытаться осторожно налечь на поверхность льда, опираясь ногами в противоположный край проруби, если толщина льда около 5 см, или делать плавательные движения. Если удалось выбраться на лед, важно тут же отползти на твердый лед в сторону берега.

Если случилось несчастье, надо звать на помощь!

*Оказывая помощь пострадавшему, нельзя идти, надо ползти, разведя руки в стороны*. Если у вас нет веревки, подойдет лента, лыжи, лестница, любая палка. Можно также связать шарфы, ремни, рукава одежды, привязать к концу какой-нибудь неострый предмет и бросить пострадавшему. Как только тот схватится за конец, тяните его, отползая на прочный лед или к берегу.

*Пребывание в ледяной воде в течение 1/2-1 часа смертельно опасно.* Замерзанию часто сопутствует отморожение. При замерзании вначале возникает мышечная дрожь, учащаются дыхание и пульс, кожные покровы становятся бледными. Пострадавшего следует немедленно любым способом согреть, но делать это не быстро, а постепенно. Когда замерзший начнет приходит в чувство, дайте ему выпить горячего чаю, кофе. Если же пострадавший не дышит, нужно приступить к искусственному дыханию "изо рта в рот".

*Во всех случаях общего охлаждения и замерзания человека, какой бы степени они не были, следует срочно обратиться к врачу!*

*Памятка составлена методистом ОПСН Т.А.Лисиченко*

Тихорецкий район

***2017г.***