

### Безопасность на льду

Скоро наступит зимний период и все водные объекты покроются тонким льдом. Лёд становится прочным только после того, как установятся морозные непрерывные дни. Опасны кратковременные оттепели, так как это приводит к потере прочности. Все знакомы с правилами безопасного поведения на водоемах, но не все их соблюдают. Эти люди выходят на ледовые поля, чтобы лихо пробежать на коньках, опробовать хоккейные клюшки, посидеть с удочкой над лункой, а то и сократить путь и бесстрашно пройти водоём напрямик, не думая о последствиях. Согласно статистическим данным, в большинстве случаев гибели на водоемах в зимний период становятся мужчины - рыбаки, дети оставленные без присмотра, а так же те кто пренебрегает советами спасателей и выходят на неокрепший, рыхлый и непрочный лед. Лед до наступления устойчивых морозов, непрочен. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он еще способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем, быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым. Безопасная толщина льда для одного человека составляет 7 см., безопасная толщина льда для совершения пешей переправы - 15 см. и более, безопасная толщина льда для проезда автомобилей- не менее 30 см.

Чтобы не случилось беды, необходимо соблюдать элементарные правила поведения на льду:

- ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, дождь, снегопад);
- при переходе через реку следует пользоваться ледовыми переправами;
- нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара твердым предметом или лыжной палкой покажется, хоть немного воды, немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь;
- при вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне;
- при переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга 5-6 метров.

Как спасти себя, если вы провалились под лед:

- не поддавайтесь панике, нельзя барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда;
- держите голову как можно выше над водой;
- широко раскиньте руки, для того чтобы удержаться на поверхности и не провалиться под лед с головой;
- избавьтесь от лишней одежды, скиньте рюкзак, тяжелые ботинки;
- спокойно не делая резких движений, старайтесь выбраться на поверхность в сторону более крепкого льда;
- отползайте от опасного места в том направлении, откуда пришли, зовите на помощь;
- добравшись до безопасного места снимите мокрую одежду, обсохните, выпейте горячий чай, вызовите врача.

## Мұздағы қауіпсіздік

Жақынарада қыс мезгілі келіп, барлық су нысандары жұқа мұзбен жабылады. Мұзаязды үздіксіз күндер болғаннан кейін ғана қатайды. Мұз беріктігінің жоғалуына алып келетін, қысқа мерзімді жылымаулар – өте қауіпті. Барлық адамдар су қоймаларындағы қауіпсіз жүріс-тұрыс қағидаларымен таныс болса да, олардың барлығы сақталмайды. Бұл адамдар коньки тебуге, хоккей таяқшаларын сынауға, шұңқырдың үстінде қарғымен отыруға, яғни жолды қысқартуға, одан шығатын салдары туралы ойламастан, су айдынынан батыл өту үшін мұз алаңдарына шығады. Статистикалық мәліметтерге сәйкес, қыс мезгілінде су айдындарында қаза болған адамдар – ер адам-балықшылар, қараусыз қалған балалар, сондай-ақ құтқарушылар кеңестерін елемей, қатпаған, боранды және берік емес мұзға шығатын адамдар болып табылады. Мұз тұрақты аязға дейін мықты емес. Кешкі немесе түнгі суықпен бекітілген мұз, аз жүктемеге төтеп бере алуы мүмкін, бірақ күндіз, олар қылығағып жатқан еріген сулардан тез қызып, кеуекті және өте әлсіз болады. Бірақ адам үшін мұздың қауіпсіз қалыңдығы – 7 см құрайды, жаяу өткел жасау үшін мұздың қауіпсіз қалыңдығы – 15 см және одан көп, автомобильдердің өтуі үшін мұздың қауіпсіз қалыңдығы – 30 см кем емес.

Қайғылы оқиғалар болмауы үшін, мұз үстіндегі қауіпсіздік ережелерін сақтау қажет:

- қандай жағдай болмасын, қараңғы уақытта көріну нашар болған жағдайда (тұман, жаңбыр, қар жауу) мұзға шығуға болмайды;
- өзен арқылы өту кезінде мұз өткелдерін пайдалану қажет;
- мұздың беріктігіна яқтың соққысымен тексеруге болмайды.

Егер қатты затпен немесе шаңғы таяқшасымен бірінші күшті соққыдан кейін аз болса да су көрінсе, жүктеме үлкен алаңға бөлінуі үшін мұздан аяқты алмай және оларды иық еніне қойып, тез арада өзінің ізімен жағаға қарай жүру керек;

- су

қоймасын мәжбүрлі түрде өту кезінде арылған соқпақтарды ұстану немесе шаңғы арқылы жүру қауіпсіз;

- су айдынынан топпен өткен кезде бір-бірінен 5-6 метр қашықтықты сақтау қажет.

Мұз астына түсіп кетсеңіз, өзіңізді қалай құтқарасыз:

- үрейге түспеңіз, мұздың жұқа жиегіне барлық денені тегістеуге болмайды.;
- басыңызды су үстінен мүмкіндігінше жоғары ұстаңыз;
- жер бетінде қалып,

басымен мұз астына түсіп қалмау үшін қолыңызды кең жайып қойыңыз;

- рюкзак, ауыраяқ киім сияқты артық киімнен құтылыңыз;
- қатты қимыл жасамай, қатты мұзға қарай жер бетіне шығуғатырысыңыз;
- қауіпті жерден келген жерге барып, көмекке шақырыңыз;
- қауіпсіз жерге жеткен соңдым қылкиімді шешіп, құрғатыңыз,

ыстық шай ішіп, дәрігерді шақырыңыз.