



УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА ПЕНЗЫ

ул. Володарского, д. 5, г. Пенза, 440026
тел. (8412) 56-02-20, факс (8412) 52-20-72

E-mail: info@guoedu.ru

ОКПО 02113122, ОГРН 2055803014738

ИНН/КПП 5836011011/5836010

№ 645/01-01 от 20.03.2018

Руководителям муниципальных образовательных учреждений города Пензы

В связи с повышением температуры окружающей среды, лед на водоемах становится рыхлым и выход на него крайне опасен для жизни.

Во избежание несчастных случаев необходимо соблюдать правила поведения на водоемах и других водных объектах.

Главное Управление МЧС России напоминает об основных правилах поведения при половодье:

в период паводка нельзя:

- ❖ выходить на лед, такой лед может проломиться без предостерегающего потрескивания;
- ❖ переправляться через реку в период ледохода;
- ❖ стоять на обрывистом берегу, подвергающемся разливу и обвалу;
- ❖ собираться на мостиках, плотинах и запрудах;
- ❖ приближаться к ледяным заторам;
- ❖ измерять глубину реки или водоема;
- ❖ проверять прочность льда ударами ноги;
- ❖ не приближаться ближе, чем на 3-4 метра к провалившемуся человеку.

Если вы провалились под лед: надо помнить и придерживаться ряда рекомендаций:

- ❖ Обычный человек в одежде может находиться в воде с температурой 7-8 градусов до 3-4 часов, в воде с температурой 3-4 градуса - до 1,5 - 2 часов без ущерба для жизни и здоровья.
- ❖ Оказавшись неожиданно в воде, постарайтесь зацепиться за какую-нибудь точку опоры и перетерпите первые неприятные ощущения от холодной воды. Никаких резких движений, подавите в себе внутреннюю панику. Через 30-40 секунд вы перестанете остро чувствовать холод.
- ❖ Избавьтесь от тяжелых, сковывающих движение вещей. Оставьте на себе нижнее белье, носки, перчатки, головной убор. Помните, что от 40 до 60% тепла уходит через голову, поэтому не снимайте головной убор, даже мокрый. Неприятные болезненные ощущения в пальцах рук и ног быстро пройдут после выхода из воды.
- ❖ Выбирайтесь из полыньи в ту сторону, откуда пришли. Широко раскиньте руки по кромке льда полыньи, напозая на его край грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги.

- ❖ Выползайте на лед методом «вкручивания», т.е. перекачиванием со спины на живот.
- ❖ Втыкайте в лед острые предметы, подтягиваясь к ним.
- ❖ Опасайтесь острого льда: холодная вода анестезирует поверхностные участки тела, порезы, замедляет процесс свертывания крови и рана постоянно кровоточит. Очень часто люди в воде гибнут не от холода, а от кровопотерь.
- ❖ Не пытайтесь выбраться на заведомо тонкий лед: даже выбравшись на него, вы все равно провалитесь под лед. Осторожно проламывая его, продвигайтесь к берегу или к толстому льду, аккуратно касаясь льда, т.к. он имеет режущие свойства.
- ❖ Если вы выбрались на берег или на лед, снимите с себя всю одежду, максимально отожмите нижнее белье, вытрите им, снова отожмите и наденьте на тело. Не стойте босиком на льду или холодной земле. Делайте согревающие движения (упражнения). Не позволяйте себе заснуть, пока не начнете согреваться.

Правила оказания первой доврачебной помощи лицам, терпящим бедствие на воде.

Первая медицинская помощь:

Первая медицинская помощь – это комплекс мероприятий, направленных на восстановление и сохранение жизни и здоровья пострадавшего. Одним из важнейших положений оказания первой помощи является ее срочность: чем быстрее она подана, тем больше надежды на благоприятный исход. Поэтому такую помощь своевременно может и должен оказать тот, кто находится рядом с пострадавшим.

Необходимо позвонить в экстренную службу или попросить это сделать других людей.

После извлечения пострадавшего из воды необходимо быстро очистить ему полость рта и вытащить язык, чтобы он не западал в гортань. Став на правое колено, положить пострадавшего вниз лицом на левое бедро, упираясь им в нижнюю часть грудной клетки. В области нижних ребер надавить на спину, чтобы голова была запрокинута, затем положить на твердую поверхность и начать искусственное дыхание способом «изо рта в рот». Вместе с искусственным дыханием осуществляют согревание путем растирания тела.

ТЕЛЕФОН ЭКСТРЕННОЙ СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ 112.

Ознакомьте с вышеизложенными правилами и телефонами экстренных служб педагогов, родителей, учащихся - на классных часах и занятиях по курсу «ОБЖ».

И.о. начальника



Ф.В. Клемин

Кузнецова В.Ю.

56-25-15

