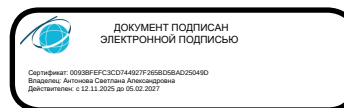


УТВЕРЖДАЮ

Директор
Колледжа туризма и прикладных
технологий Санкт-Петербурга
С. А. Антонова



ИНСТРУКЦИЯ по безопасности № 25
для работников и обучающихся при передвижении по льду (воде) (ИБ № 25)

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. Требования настоящей инструкции обязательны для исполнения всеми работниками и обучающимися Колледжа туризма и прикладных технологий Санкт-Петербурга.

1.2. Строго придерживаться правил техники безопасности на льду.

1.3. Никогда не ступать на лед, если не убеждения, что он достаточно крепок.

1.4. Первый ледяной покров на реках, озерах и прудах нельзя использовать для катания и переходов (не выдерживает тяжести человека).

1.5. При вынужденном переходе через ледяные площадки водоемов следует обращать внимание на наличие воздушных пузырьков во льду, на места замерзания веточек, дощечек и других предметов, где лед еще слабее, на небольшие запорошенные снегом участки, где возможно наличие слабого льда.

1.6. В период межсезонья, в условиях тонкого льда, во время оттепели выход на лед категорически запрещен.

2. МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЬДУ

2.1. Выходить на берег и спускаться к воде безопаснее всего в местах, непокрытых снегом.

2.2. При переходе по льду необходимо пользоваться оборудованными ледовыми переправами или проложенными тропами, а при их отсутствии, прежде чем двигаться по льду, следует наметить маршрут и убедиться в прочности льда с помощью палки. Если лед непрочен, необходимо прекратить движение и возвращаться по своим следам, делая первые шаги без отрыва ног от поверхности льда.

Категорически запрещается проверять прочность льда ударами ноги.

2.3. Во время движения по льду следует обращать внимание на его поверхность, обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега. Крепость льда зависит от температуры воздуха. Утром и днем он не такой прочный, как вечером. Особую осторожность необходимо проявлять в местах, где быстрое течение, родники, выступают на поверхность кусты, трава, впадают в водоем ручьи и вливаются теплые сточные воды промышленных предприятий, ведется заготовка льда и т.п.

2.4. Безопасным для перехода пешехода является лед с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 см. Необходимо помнить, что лед крепче у берега; его толщина уменьшается на большой глубине по мере удаления от берега, а также в тех местах, где есть растительность или быстрое течение.

2.5. Передвигаясь по льду, обходить темные пятна: здесь лед очень хрупкий.

2.6. При переходе по льду необходимо следовать друг за другом по уже протоптаным дорожкам на расстоянии 5 - 6 м и быть готовым оказать немедленную помощь идущему впереди.

2.7. Перевозка малогабаритных, но тяжелых грузов производится на санях или других приспособлениях с возможно большей площадью опоры на поверхность льда.

2.8. Пользоваться площадками для катания на коньках на водоемах разрешается только после тщательной проверки прочности льда. Толщина льда должна быть не менее 12 см, а при массовом катании - не менее 25 см.

2.9. Запрещается ходить и кататься на льду поодиночке в ночное время, особенно в незнакомых местах.

2.10. При переходе водоема по льду на лыжах рекомендуется пользоваться проложенной лыжней, а при ее отсутствии, прежде чем двигаться по целине, следует отстегнуть крепления лыж и снять петли лыжных палок с кистей рук. Если имеются рюкзак или ранец, необходимо

их взять на одно плечо.

Расстояние между лыжниками должно быть 5 - 6 м. Во время движения по льду лыжник, идущий первым, ударами палок проверяет прочность льда и следит за его характером.

2.11. Во время рыбной ловли нельзя пробивать много лунок на ограниченной площади, прыгать и бегать по льду, собираться большими группами.

Каждому рыболову рекомендуется иметь с собой спасательное средство в виде шнура длиной 12 - 15 м, на одном конце которого закреплен груз 400 - 500 г, на другом - изготовлена петля.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

3.1. Спасение провалившегося человека под лед:

подбираться к пострадавшему ползком, распластавшись на льду;

бросать ему конец веревки или протяните конец палки. На конце веревки следует сделать петлю, чтобы он продел в нее руку;

крикнуть пострадавшему, чтобы он постарался лечь горизонтально и отталкивался ногами, держась одной рукой за веревку или за палку, а другой разбивая перед собой лед; начинать осторожно подтягивать его к себе;

если удастся быстро найти широкую доску, подвести ее под грудь пострадавшему, чтобы он мог лечь на нее, ухватившись руками. После этого легко будет его вытащить;

если у нет никаких подручных средств и лед достаточно крепок, подползти к краю полыньи и попытаться вытянуть пострадавшего за руки или за одежду.

3.2. Падение в полынью:

Может случиться так, что в этот момент поблизости никого не окажется и придется выбираться самостоятельно.

не паниковать, дышать как можно глубже и медленнее;

делать ногами непрерывные движения так, словно педали велосипеда;

не пытаться сразу выбраться на лед. Вокруг полыньи лед очень хрупкий и не выдержит тяжести вашего тела;

продвигаться в сторону ближайшего берега, кроша на своем пути ледяную кромку руками;

как только лед перестанет ломаться под вашими ударами, положите руки на лед, протянув их как можно дальше, и изо всех сил толкайтесь ногами, стараясь придать туловищу горизонтальное положение;

не опираться на лед всей тяжестью тела: он может снова провалиться, можно с головой окунуться в воду;

постараться добиться того, чтобы тело оказалось вровень со льдом. После этого наползать на лед, продолжая отталкиваться ногами и помогая себе руками;

выбравшись на лед, распластаться на нем и ползти вперед, не пытаясь подняться на ноги;

ближе к берегу, где лед крепче, повернуться на бок и перекатываться в сторону берега;

выбравшись на берег, не останавливаться, чтобы не замерзнуть окончательно. Бегом добираться до ближайшего теплого помещения.

3.3. Если произошло падение в воду.

При внезапном падении можно испытать шок и на время перестать контролировать свои действия.

Как помочь самому себе?

Задержать дыхание и зажать пальцами нос, чтобы не нахлебаться воды.

Попытаться нащупать ногами дно, если недалеко от берега.

Если место глубокое, постараться как можно скорее избавиться от обуви и тяжелой одежды, чтобы она не тянула ко дну.

Если в момент падения были резиновые сапоги, не выбрасывать их. Перевернув голенищами вниз, зажать их под мышками, превратив в воздушные подушки. Так будет легче держаться на поверхности.

Добираться вплавь к ближайшему берегу, плывя по течению по диагонали.

3.4. Если оказались в воде, не умея плавать:

В том случае, если нет умений плавать, постараться продержаться на поверхности воды, пока не придет помощь.

Попробовать лечь на воду лицом вниз, широко раскинув руки и дыша как можно глубже и реже. Так меньше будет затрачено энергии.

Оставаться на поверхности продолжительное время можно и по-другому. Двигать ногами так, как будто крутятся педали. Не переставая, шлепать руками по воде, перенося на них часть нагрузки и сохраняя равновесие.

Или, оставаясь в вертикальном положении, сгибать одновременно обе ноги, разводя колени в стороны, а затем резко распрямлять их.

3.5. Помощь утопающему

Как узнать, что человек тонет?

Когда человек тонет, его тело, как правило, стоит в воде вертикально, голова то и дело скрывается в волнах. Тонущий человек судорожно взмахивает руками, а потом взмахи вовсе прекращаются.

Если есть лодка, подплыть на ней к тонущему и затаскивать его через корму, чтобы лодка не перевернулась.

Если лодки нет, добраться до тонущего вплавь.

Приблизившись, обхватить его сзади за плечи, чтобы он не мог вцепиться. Тогда спасающий лишится возможности двигаться и можете утонуть вместе с ним.

Если тонущий продолжает судорожно цепляться за спасающего, сковывая движения, взять его одной рукой под подбородок и подтащить себе, так чтобы его голова оказалась вровень с головой спасающего, лицом вверх.

Локтем той же руки крепко зажать его плечо, чтобы помешать ему перевернуться, и продвигаться к берегу на боку или на спине.

Если утопающий находится без сознания, тащить его к берегу, взяв рукой под подбородок, чтобы его лицо постоянно находилось над поверхностью воды.

При сильных волнах обхватить утопающего одной рукой поперек груди, поддерживая его голову над водой.

Меры предосторожности при спасении утопающего:

В холодной воде не снимать с себя одежду, чтобы избежать переохлаждения организма. Следует снять только обувь и вытащить все из карманов.

Следить, чтобы утопающий в панике не хватался за спасающего. Если этого не удастся избежать, применить специальные приемы освобождения:

Если он схватился за ногу, быстро опустить ее, одновременно приняв вертикальное положение. Поднять другую ногу и, упершись ею в плечо или грудь утопающего, оттолкнуться от него, откинувшись назад всем телом.

Если он обхватил спереди, взять его обеими руками под мышки и, приподняв, оттолкнуть от себя.

Если он обхватил сзади за шею, опустить голову как можно ниже, чтобы его руки не сомкнулись на горле. Крепко сжать запястье той его руки, которая находится выше, и резко дернуть вперед, приподнимая другой рукой его локоть. Оказавшись, таким образом, у него за спиной, будет заблокирована одна из его рук.

В крайнем случае, погружаться с головой в воду и, вынырнув за спиной утопающего, крепко обхватить его за плечи.

Постараться успокоить паникующего человека и внушить ему, что он спасется только в том случае, если будет подчиняться.

4. ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

4.1. Первая помощь на берегу провалившемуся под лед:

вытянув пострадавшего на берег, первым делом проверить, дышит ли он;

если нет, сразу же начинать делать искусственное дыхание;

если дышит, то накинуть на него какую-нибудь сухую одежду прямо поверх мокрой и как можно быстрее доставить в теплое помещение;

если он не в состоянии идти самостоятельно, попробовать прямо на месте растереть его ноги. Если это не помогает, тащить его волоком;

оказавшись в тепле, сразу же переодеть его в сухую одежду, при необходимости растерев обмороженные места (желательно спиртом);

если до ближайшего помещения слишком далеко, развести костер прямо на месте. Высушить на нем одежду пострадавшего, дав ему что-нибудь из других вещей;

если он сильно обморожен, растирать его спиртом или снегом.

4.2. Первая помощь утопающему на берегу:

если тонувший не дышит, немедленно начинать делать ему искусственное дыхание методом «изо рта в рот»;

очистить ему пальцем полость рта, запрокинуть его голову и начинать вдвухать в него воздух, зажав его нос двумя пальцами;

когда из человека начнет выходить вода, которой он наглотался, наклонить его голову набок;

когда пострадавший начнет дышать, перевернуть его на грудь, голову повернуть набок и, укыв его чем-нибудь теплым, вызвать скорую помощь.

Инструкцию разработал

Специалист по охране труда

Ю.В. Мазилкин