

## ПАМЯТКА О ПРАВИЛАХ ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ ОКТЯБРЬСКОГО НЕФТЯНОГО КОЛЛЕДЖА ИМ. С.И. КУВЫКИНА В ПЕРИОД ПАВОДКА

Памятка разработана в целях сохранения жизни и здоровья студентов и сотрудников Октябрьского нефтяного колледжа имени С.И. Кувыкина.

1. Во избежание получения травм во время гололеда быть внимательными при переходе из одного здания в другое, при перемещении по территории колледжа и вне его.

2. При работе снегоочистительной и другой спец. техники на территории колледжа и вне его быть внимательными.

3. Соблюдать правила поведения на льду:

Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 15 сантиметров. Следует опасаться мест, где лед запылен снегом, бьет родниковая вода, где в водоем впадает ручей или река, а также мест с быстрым течением.

Прежде чем ступить на лед, ударьте по нему палкой, если после этого появляется вода выходить в этом месте на лед нельзя. Ступив на лед, послушайте, не трещит ли он под ногами - трещит всегда тонкий, непрочный лед. Услышав легкий треск, постарайтесь как можно быстрее дойти до берега, но не бегите. Если лед под вами начал трескаться, ложитесь на живот и ползите к берегу. Если поблизости есть люди, позовите на помощь.

Помните:

- Оказавшись неожиданно в воде, постарайтесь зацепиться за какую-нибудь точку опоры (бревно, льдину, ветку кустарника). Перетерпите первые минуты неприятные ощущения от холодной воды. Никаких резких движений! Подавите в себе внутреннюю панику и стабилизируйте дыхание.

- Если какая-то часть одежды вам сильно мешает или тянет вниз, освободитесь от нее. Но в любом случае постарайтесь оставить на себе головной убор, нижнее белье, носки, перчатки.

- Не пытайтесь выбраться на тонкий лед, все равно (выбравшись) провалитесь. Осторожно проламывайте его и продвигайтесь вплавь или по дну в направлении берега или толстого льда. Всегда помните: лед в воде обладает очень высокими режущими свойствами.

- Если вы решили плыть, то не делайте резких движений, массируйте пальцы рук и ног. Лучше всего плыть, не опуская голову в воду, например, брассом.

- Выбравшись на лед, снимите с себя всю одежду, максимально выжмите ее и снова оденьте. Не стойте босиком на льду, делайте согревающие движения. Ни в коем случае не позволяйте себе заснуть.

- Ни в коем случае не принимайте от оказывающих вам помощь людей спиртное. Растирание спиртным конечностей и отдельных участков тела также малоэффективно и обманчиво. Вас должны быстро переодеть в сухую и, желательно, теплоизолирующую одежду. Затем любыми способами организовать локальный обогрев области спины и груди. Необходимо производить энергичный массаж конечностей, начиная с периферии.