



НА ВОДОЕМЕ ЗИМОЙ

ПЕРЕДВИЖЕНИЕ ПО ЛЬДУ



**НЕ СПУСКАЙТЕСЬ
НА ЛЕД**
в незнакомых
местах, особенно
с обрывистых
берегов



**НЕ ВЫХОДИТЕ
НА ЛЕД**
при оттепели



**НЕ ВЫХОДИТЕ
НА ЛЕД**
поодиночке
в вечернее и
ночное время
(особенно в незнакомых
местах)



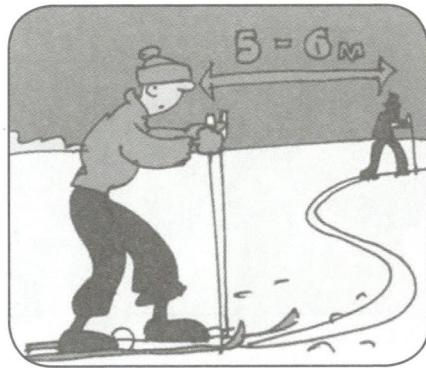
Перед выходом
на лед выберите
направление
движения
и безопасные места



При выходе на лед
убедитесь в его прочности.
Прочность проверяйте
пешней
(бить пешней следует на расстоянии
0,5-1 м перед собой)
**Не проверяйте прочность
льда ударом ноги!**



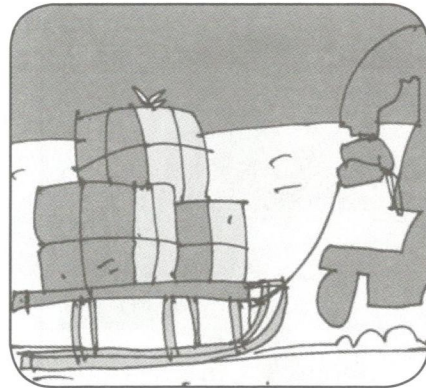
Передвигайтесь по возможности по проложенной тропе



При групповом переходе по льду на лыжах используйте проложенную лыжню, передвигайтесь на расстоянии 5-6 м друг от друга



При движении по целине палки держите в руках, сняв петли с кистей рук, рюкзак наденьте на одно плечо



При перевозке грузов по льду используйте сани (лыжи) или предметы с большой площадью опоры

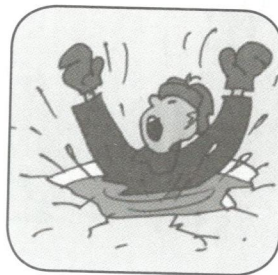


По тонкому льду двигайтесь скользящим шагом. Особенно осторожными будьте после снегопада

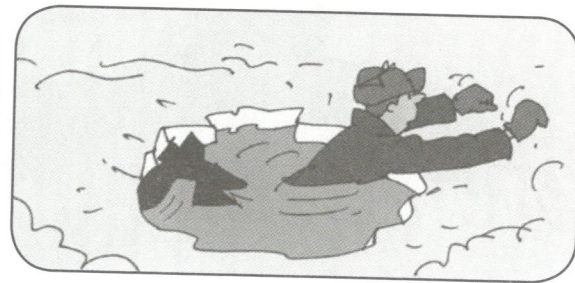


Катайтесь на коньках только на специально оборудованных площадках

Если провалились под лед



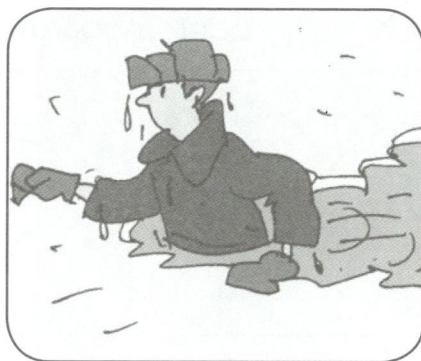
Не поддавайтесь панике!
Почти 90% людей выбирались из подобных ситуаций



Выбирайтесь с той стороны, где лед наиболее крепок (наползайте на лед грудью, широко раскинув руки, чтобы увеличить площадь опоры и уменьшить давление на кромку льда).
Ногами упирайтесь в противоположный край полыни, если это возможно



Не прекращайте попытки выбраться, даже если лед проламывается



В неглубоком водоеме резко оттолкнитесь от дна и выбирайтесь на лед (или передвигайтесь по дну к берегу, проламывая перед собой лед)

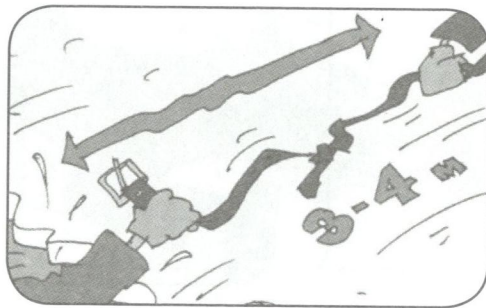


Выбравшись из воды на лед, не спешите вставать на ноги, чтобы не провалиться снова. (Осторожно отползите, широко раскинув руки и ноги или откатитесь как можно дальше от полыни. Убедившись, что лед прочный, вставайте на ноги.)

Если увидели провалившегося под лед
(в полынью) человека:



Немедленно кричите,
что идете на помощь



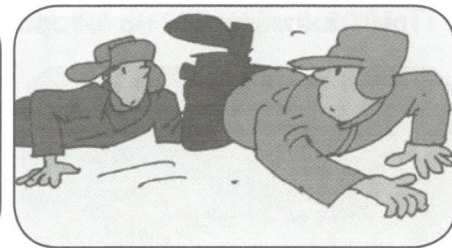
Оказывая помощь,
не подходите к полынье
ближе 3-4-х метров

(в качестве подручных средств используйте
лыжи, доски, палки, веревки, связанные
брючные ремни)



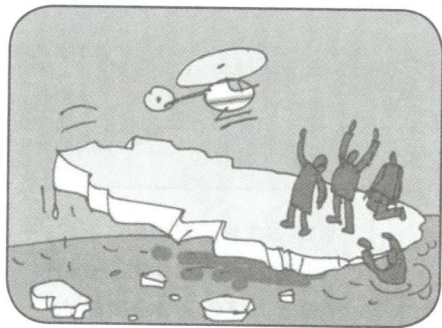
Если подходящих
предметов под руками
нет, то двоим-троим
надо лечь на лед
и цепочкой передвигаться
к пострадавшему, удерживая
друг друга за ноги

(при этом первый подает
пострадавшему ремень, предмет
одежды и т.п. и вытаскивает его на
лед и далее в безопасное место)



Когда человек
выберется из полыньи,
не торопитесь к нему,
а медленно отползайте
к берегу на прочный
лед. Он должен ползти
следом

При нахождении на оторванной от берега льдине:



Не паникуйте
и не допускайте действий,
способствующих
переворачиванию или
раскалыванию льдины
(занимайте место посередине льдины,
не скапливайтесь на одном её краю)



Оповестите службу
спасения
(по телефону «112»)

Если лёд проломился и вы оказались в воде

1 Удерживайтесь на плаву, держите голову над водой, зовите на помощь

Не паникуйте, попытайтесь сбросить тяжелые вещи

Повернитесь в ту сторону, откуда пришли – там лёд уже выдерживал ваш вес

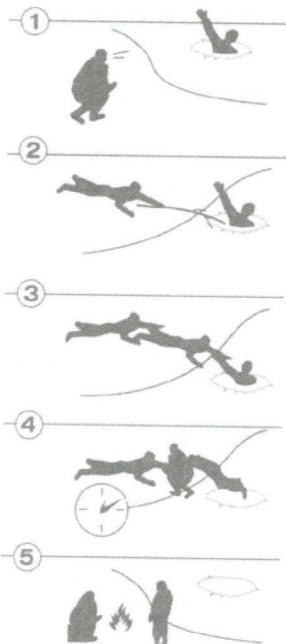
2 Обопритесь на край льдины широко расставленными руками

Если течение сильное – согните ноги

Навалитесь на край льдины грудью, попытайтесь подтянуться и поочередно вытащить ноги на льдину

3 После выхода из воды на лёд вставать и бежать нельзя, поскольку можно снова провалиться

двигайтесь к берегу ползком или перекатываясь



Как помочь человеку, оказавшемуся в воде

- ⊙ Крикните пострадавшему, что идёте к нему на помощь, вызовите службу спасения «112» (с любого мобильного телефона, даже с неработающей SIM-картой).
- ⊙ Если человек провалился недалеко от берега, можно бросить ему верёвку, шарф, подать длинную палку, доску, лестницу.
- ⊙ Попробуйте аккуратно подползти к пострадавшему, подать руку и вытащить за одежду. Помогать могут одновременно несколько человек, не заползая на край пролома, держа друг друга за ноги.
- ⊙ Действуйте решительно, смело, быстро, поскольку пострадавший теряет силы, замерзает и может утонуть.
- ⊙ После извлечения пострадавшего из ледяной воды, его нужно согреть.