



## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



**НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЕД В ОДИНОЧКУ !  
НЕ ПРОВЕРЯЙТЕ ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА НОГАМИ !  
БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ ,ОСТОРОЖНЫ И ГОТОВЫ  
В ЛЮБУЮ МИНУТУ К ОПАСНОСТИ !**



**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ !  
ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ПОЛЫНИИ ,ТРЕЩИНЫ  
ИЛИ ЛУНКИ !**



**ВНИМАНИЕ ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД СНЕГОМ  
МОГУТ БЫТЬ ГЛУБОКИЕ ТРЕЩИНЫ И РАЗЛОМЫ.**



**ОСТОРОЖНО ! В ЭТИХ МЕСТАХ ДАЖЕ ПОСЛЕ  
СИЛЬНЫХ МОРОЗОВ СЛАБЫЙ ЛЕД !**



**ВНИМАНИЕ ! ЕСЛИ ПОД ВАМИ ЗАТРЕЩАЛ ЛЕД И  
ПОЯВИЛИСЬ ТРЕЩИНЫ НЕ ПУГАЙТЕСЬ И НЕ  
БЕГИТЕ ОТ ОПАСНОСТИ !  
ПЛАВНО ЛОЖИТЕСЬ НА ЛЕД И ПЕРЕКАТЫВАЙТЕСЬ  
В БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО !**



**ПОМНИТЕ ! БЫСТРОЕ ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ  
ПОПАВШИМ В БЕДУ ВОЗМОЖНО ТОЛЬКО В ЗОНЕ  
РАЗРЕШЕННОГО ПЕРЕХОДА !**



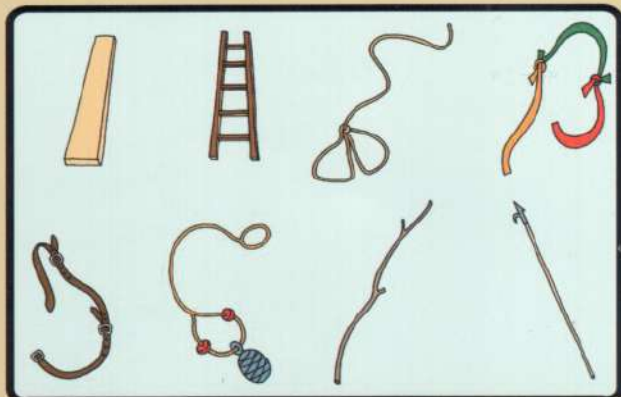
## ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ НА ЛЬДУ



**НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ ! НЕ КРИЧИТЕ , НЕ ЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ , БЕРЕГИТЕ СИЛЫ ! НАПОЛЗАЙТЕ НА ЛЕД С ШИРОКО РАССТАВЛЕННЫМИ РУКАМИ. ДЕЛАЙТЕ ПОПЫТКИ ЕЩЕ ЕЩЕ.**



**ПРИ СПАСЕНИИ ДЕЙСТВУЙТЕ БЫСТРО, РЕШИТЕЛЬНО, НО ПРЕДЕЛЬНО ОСТОРОЖНО. ГРОМКО ПОДБАДРИВАЙТЕ СПАСАЕМОГО. ПОДАВАЙТЕ СПАСАТЕЛЬНЫЙ ПРЕДМЕТ С РАССТОЯНИЯ 3-4 МЕТРА.**



### СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

ДОСКА  
ЛЕСТНИЦА  
ВЕРЕВКА С ПЕТЛЯМИ НА КОНЦАХ  
СВЯЗАННЫЕ ШАРФЫ

СВЯЗАННЫЕ РЕМНИ  
КОНЕЦ АЛЕКСАНДРОВА  
БОЛЬШАЯ ВЕТКА  
БАГОР



**ДАЙТЕ ПОСТРАДАВШЕМУ ЧАСТЬ СВОЕЙ ОДЕЖДЫ. РАЗВЕДИТЕ КОСТЕР И ОБОГРЕЙТЕ ПОСТРАДАВШЕГО. ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЕЙ ИЛИ «СКОРУЮ ПОМОЩЬ».**







**ВЫБРАВШИСЬ ИЗ ПРУБИ СНИМИТЕ, ТЩАТЕЛЬНО ОТОЖМИТЕ И СНОВА НАДЕНЬТЕ ОДЕЖДУ. БЕГОМ СЛЕДУЙТЕ К БЛИЖАЙШЕМУ НАСЕЛЕННОМУ ПУНКТУ. ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЕЙ ИЛИ «СКОРУЮ».**



**НЕ ДОПУСКАЙТЕ ОБМОРОЖЕНИЯ И ЗАМЕРЗАНИЯ. ПРИЗНАКИ ОБМОРОЖЕНИЯ - ПОБЕДНЕНИЕ КОЖИ И ПОТЕРЯ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ НА ПОБЕДНЕВШЕМ УЧАСТКЕ. СОВЕТ - ПЛАВНО РАСТИРАЯ ОБМОРОЖЕННЫЙ УЧАСТОК РУКОЙ ИДИТЕ ДОМОЙ. СНЕГОМ НЕ РАСТИРАТЬ ! ПРИЗНАКИ ЗАМЕРЗАНИЯ - ОЗНОБ, ВЯЛОСТЬ, ЧУВСТВО УСТАЛОСТИ, ТЯГА КО СНУ. СОВЕТ - ПОЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ ДРУЗЕЙ И БЕГОМ С НИМИ ДОМОЙ.**

## ЭКСТРЕННЫЕ ТЕЛЕФОНЫ:

Будь ВСЕГДА ГОТОВ!

-  ПОЖАРНЫЕ И СПАСАТЕЛИ: **101, 01**
-  ПОЛИЦИЯ: **102, 02**
-  СКОРАЯ ПОМОЩЬ: **103, 03**
-  СЛУЖБА ГАЗА: **104, 04**



- Осторожно боком или грудью навались на край полыньи.
- На берегу сними всю одежду, отожми и снова надень. В промокшей одежде на морозе оставаться опасно.
- Ногами упирайся в противоположный край льда.
- Как можно скорее доберись до тепла, сообщи родителям, пусть вызовут врача.
- Выбравшись, откатись на 3-4 метра боком в ту сторону, откуда пришёл. Ползи к берегу.



ТОНКИЙ ЛЁД  
ВЕСНА / ОСЕНЬ



ПОДРОБНАЯ ИНФОРМАЦИЯ НА САЙТЕ [WWW.SPAS-EXTREME.RU](http://WWW.SPAS-EXTREME.RU)

### ЕСЛИ КТО-ТО ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЁД:

- Позови на помощь окружающих, позвони 112.
- Подползи к полынье очень осторожно, лучше по пластунски.
- Громко скажи пострадавшему, что идёшь к нему на помощь, это придаст ему сил и уверенность.
- За 3-4 метра протяни ему веревку, палку, доску, шарф или другое подручное средство.
- Подавать пострадавшему руку опасно, приблизившись, ты увеличишь нагрузку на лёд и сам рискуешь провалиться.



### ЕСЛИ ЛЁД ПОД ТОБОЙ ЗАТРЕЩАЛ:

- Не беги, не делай резких движений.
- Медленно и плавно ложись на лёд.
- Ползи в том направлении, откуда пришёл.



### ЗНАЙ, ВЕСНОЙ:

- При температуре воздуха выше 0° более трёх дней подряд прочность льда снижается на 25%.
- Выходить на подтаявший лёд очень опасно, он уже непрочный.
- Весенний лёд не предупреждает путника треском, как зимний, он может рассыпаться внезапно, с негромким шелестом, будь осторожен!



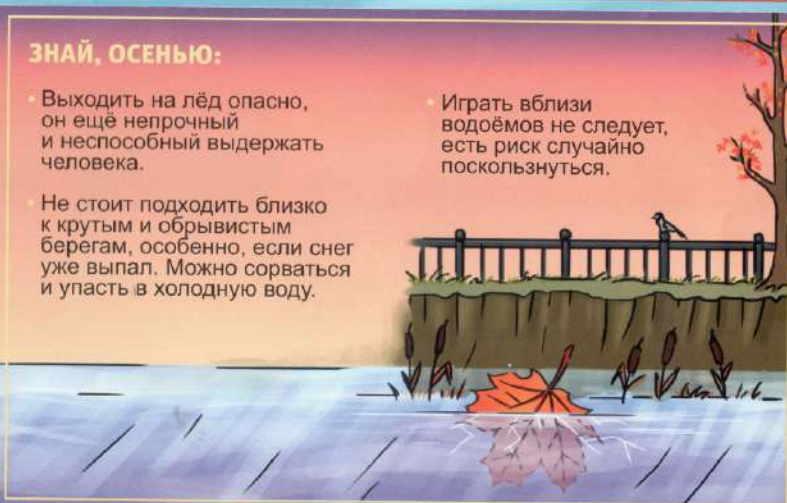
### ЕСЛИ ТЫ ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЁД:

- Сохраняй спокойствие.
- Не трать силы на лишние движения.
- Широко раскинь руки, чтобы увеличить площадь опоры.
- Громко позови на помощь.
- Избавься от лишних тяжестей (скинь рюкзак, если сможешь, сними ноги обувь).
- Выбирайся с той стороны, откуда пришёл.



### ЗНАЙ, ОСЕНЬЮ:

- Выходить на лёд опасно, он ещё непрочный и неспособный выдержать человека.
- Не стоит подходить близко к крутым и обрывистым берегам, особенно, если снег уже выпал. Можно сорваться и упасть в холодную воду.
- Играть вблизи водоёмов не следует, есть риск случайно поскользнуться.



### ПОМНИ ЛЁД НЕПРОЧНЫЙ:

- В устьях рек и притоках.
- Вблизи водной растительности, деревьев и камыша.
- В местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод.
- Рядом с промышленными предприятиями.



### ПОМНИ, БЕЗОПАСНАЯ ТОЛЩИНА ЛЬДА:

- Для одного человека в весенний период - не менее 10 см.
- Для сооружения катка - 12 см и более.
- Для совершения пешей переправы - 15 см и более.
- Для проезда автомобилей - не менее 30 см.

### ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ:

Надёжным является лёд, имеющий зеленоватый или синеватый оттенок, а желтоватый лёд опасен.



### ВАЖНО ЗНАТЬ:

- Осенью на водоёмах начинает устанавливаться лёд. Первый лёд ещё очень тонкий и непрочный, поэтому следует знать и соблюдать правила безопасного поведения на льду.
- В весенний период выходить на лёд опасно.
- Лёд на реках во время весеннего паводка становится рыхлым, «съедается» сверху солнцем, талой водой, а снизу подтачивается течением.



### ЕСЛИ НЕОБХОДИМО ПЕРЕЙТИ ВОДОЁМ ПО ЛЬДУ:

- Переходи там, где есть специально оборудованная переправа, соблюдая дистанцию 5-6 метров друг от друга.
- Рюкзак лучше надень на одно плечо, чтобы легко освободиться от него, если лёд повалится.
- При вынужденном переходе там, где нет переправы, иди по проторенной тропе или по лыжне.
- Если троп нет, перед тем как спуститься на лёд, внимательно осмотри и наметь предстоящий маршрут.

