

## МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЬДУ



## ОПАСНЫЕ МЕСТА У ВОДОЕМОВ



### ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- ⊘ ПЕРЕХОДИТЬ ЧЕРЕЗ ВОДОЕМ В НЕОБОРУДОВАННЫХ МЕСТАХ
- ⊘ ВЫХОДИТЬ НА ЛЕД В СОСТОЯНИИ АЛКОГОЛЬНОГО ОПЬЯНЕНИЯ
- ⊘ ПРЫГАТЬ И БЕГАТЬ ПО ЗАМЕРЗШЕМУ ВОДОЕМУ
- ⊘ ПРОВЕРЯТЬ ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА САМОСТОЯТЕЛЬНО УДАРОМ НОГИ
- ⊘ СОБИРАТЬСЯ БОЛЬШИМ КОЛИЧЕСТВОМ В ОДНОЙ ТОЧКЕ
- ⊘ ВЫХОДИТЬ НА ЛЕД В ТЕМНОЕ ВРЕМЯ СУТОК И ПРИ ПЛОХОЙ ВИДИМОСТИ (ТУМАН, СНЕГОПАД, ДОЖДЬ)





При выходе на лед водоема в составе группы необходимо строго соблюдать безопасную дистанцию: 5-7 метров.

## ПРАВИЛА ПЕРЕХОДА ПО ЛЬДУ ВОДОЕМОВ



Переходить водоем по льду только при хорошей видимости



Идя на лыжах, расстегнуть крепления, снять с рук ремни палок



Взять длинную палку (шест), веревку длиной не менее 5 метров



Спускаться там, где нет промоины или вмерзших в лед кустов



Идти осторожно, проверяя перед собой лед



Не отрывать подошвы ото льда



Если на вас надет рюкзак, следует снять одну его лямку с плеча. В случае чрезвычайной ситуации, это сэкономит время на освобождение от лишнего груза.





## Что делать, если вы провалились под лед

Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание



Широко раскиньте руки, постарайтесь зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться с головой



Лягте осторожно на край льда, забросьте на него одну, а затем и другую ногу. Если лед выдержал, медленно ползите к берегу

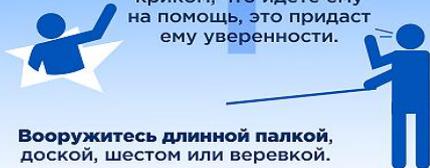


Передвигайтесь в ту сторону, откуда пришли, там лед уже проверен на прочность



## Как оказать первую помощь пострадавшему

Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему уверенности.



Вооружитесь длинной палкой, доской, шестом или веревкой.

Лягте на лед и ползите, подложив под себя лыжи или доску для увеличения площади опоры



За 3-4 метра протяните подручное средство. Не подавайте руку!

Осторожно вытаскивайте пострадавшего на лед, и вместе с ним ползком возвращайтесь на берег.



Доставьте пострадавшего в теплое помещение, переоденьте в сухую одежду и укутайте полиэтиленом





**При возникновении чрезвычайной ситуации необходимо немедленно сообщить в службу спасения по номеру: «112»**

