



# ПАМ'ЯТКА

Правила поведінки  
на водоємках  
в осінньо-зимній  
період.

1. Осенний лёд до наступления устойчивых морозов обычно не прочен. Ещё быстрее ледяной покров разрушается весной - его подтачивает снизу усиливающее течение.

2. Переправляться по льду в это время нельзя!!!

Переходить по льду нужно по оборудованным переправам, но если их нет, то прежде, чем двигаться по льду, надо убедиться в его прочности.



3. Безопасный переход по льду возможен при толщине льда не **< 7см**, причём люди должны идти на расстоянии **5-6** метров друг от друга. Такую же дистанцию надо соблюдать при встречном движении.



4. Если собралась группа из 4-5 человек, то передвигаться можно по льду, толщина которого не **< 15см**.



5. Во всех случаях, прежде чем сойти с берега на лёд, необходимо внимательно осмотреться, наметить маршрут движения, выбирая безопасные места. Лучше всего идти по проложенной тропе. **Опасно выходить на лёд при оттепели. Не следует спускаться на лёд в незнакомых местах, особенно с обрывов.**



6. При движении по льду следует быть осторожным, внимательно следить за поверхностью льда, обходить опасные и подозрительные места. **Особенно осторожным нужно быть в местах, где быстрое течение, вблизи выступающих на поверхность кустов, осоки, травы, где ручьи впадают в водоёмы, выходят родники и вливаются тёплые сточные воды промышленных предприятий, где ведётся заготовка льда и т.п.**



Следует остерегаться площадок, покрытых толстым слоем снега - под снегом лёд всегда тоньше, чем на открытом месте.

Безопаснее всего переходить по прозрачному с зеленоватым, голубоватым оттенком льду толщиной не менее 7 см.



**7. Проверять толщину льда ударом ноги категорически запрещено!**

**- Ударами можно проверять прочность льда лишь с помощью пешни или палки.**

- Если после первого удара лёд пробивается и на нём появляется вода, нужно немедленно остановиться и идти обратно по следам. Первые шаги на обратном пути надо делать не отрывая подошвы от льда.





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

Опасно ходить и кататься на льду в ночное время и особенно в незнакомых местах .







9. При переходе водоема по льду на лыжах рекомендуется пользоваться проложенной лыжней, а при ее отсутствии, прежде чем двигаться по целине, следует отстегнуть крепление лыж и снять петли лыжных палок с кистей рук. Рюкзак или ранец необходимо взять на одно плечо.

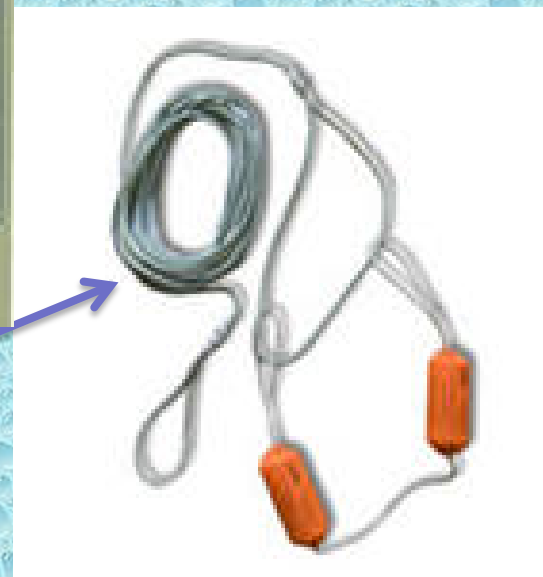
Расстояние между лыжниками должно быть 5-6 метров. Во время движения лыжник, идущий первым, ударами палок проверяет прочность льда и следит за его состоянием.



10. Во время подледного лова рыбы нельзя пробивать много лунок на ограниченной площади и собираться большими группами.



Каждому рыболову рекомендуется иметь спасательное средство в виде шнура длиной 12- 15 метров, на одном конце которого должен быть закреплен груз весом 400-500 граммов, а на другом - изготовлена петля.





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

11. В случае провала льда под ногами надо действовать быстро и решительно - широко расставив руки, удержаться на поверхности льда, без резких движений стараться вылезти на твёрдый лёд, а затем, лёжа на спине или на груди, продвинуться в сторону, откуда пришел, одновременно призывая на помощь.



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



# Зимние спасательные средства

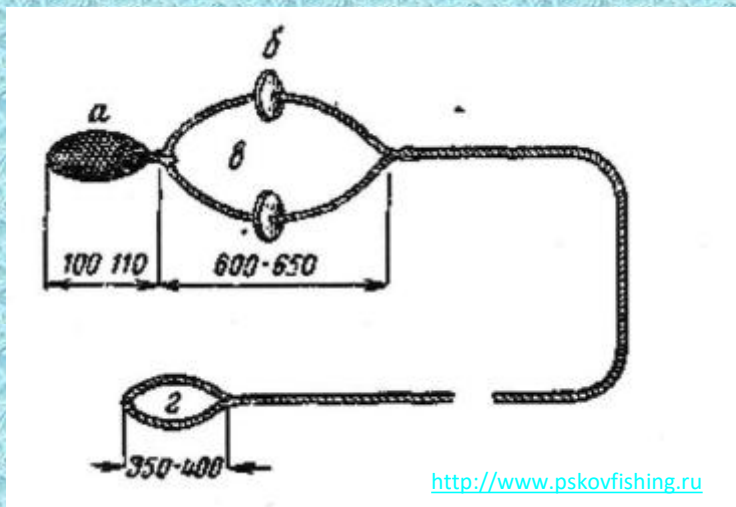


**1. Спасательная доска.** Длина доски – 5-8 метров, ширина - 120 см. На одном конце крепится петля, на другом - веревка длиной от 30 до 40 м. Спасатели на берегу привязывают к неподвижному предмету конец веревки, потом подползают по льду к пострадавшему и подают ему конец доски с петлей, помогая выбраться из воды.



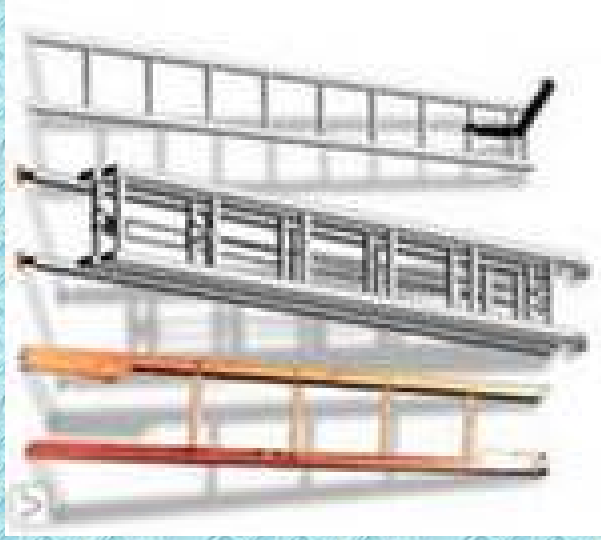


**2. Спасательный шест.** Длина – 5-8 метров. К концу шеста крепится пеньковая капроновая веревка длиной 40 м. Спасатель привязывает на берегу веревку, приближается на безопасное для себя расстояние, подает пострадавшему шест, помогает выбраться из воды.



**3. Спасательная веревка.** Длина – 25-30 м с большими, длиной до 70 см, петлями на обоих концах. Спасатель надевает на левую руку петлю, а правой берет другую петлю и, сделав два-три круговых размаха, бросает ее тонущему. Поймав петлю, тонущий надевает ее через голову под руку, после чего спасатель подтягивает его к берегу.





**4. Спасательная лестница.** Длина – 3-6 м, ширина – 50-70 см. Изготавливается из ели, сосны или дюралюминиевых трубок с запаянными концами. Используется спасателями так же, как и спасательная доска. Во всех случаях желательно, чтобы спасатель предварительно подстраховался.



**5. Подручные средства.** В экстренных ситуациях для оказания помощи утопающему могут быть использованы подручные средства: бревна, шесты, лыжи, щиты, веревки, брючные ремни, личная одежда и др.





## Памятка для обучающихся и их родителей по оказанию помощи пострадавшим, провалившимся под лед

### Полезные советы:

- **Никогда не ступайте** на лед, если вы не убеждены, что он достаточно крепок.
- **Помните, 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.
- **Крепость льда зависит** также от температуры воздуха. Днем он не такой прочный, как утром и вечером.
- **Передвигаясь по льду**, обходите темные пятна: здесь лед очень хрупкий.
- **Во время движения по льду** следует обходить участки, покрытые толстым слоем снега, места, 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.



## 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!

## Падение в полынью:

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

### **Ваши действия:**

1. **Не паникуйте.** Дышите как можно глубже и медленнее.
2. Делайте ногами непрерывные движения так, словно вы крутите педали велосипеда.
3. Не пытайтесь сразу выбраться на лед. Вокруг полыньи лед очень хрупкий и не выдержит тяжести вашего тела.
4. **Продвигайтесь в ту сторону, откуда пришли** или до ближайшего берега, кроша на своем пути ледяную кромку руками.
5. 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.
6. Не опирайтесь на лед всей тяжестью тела: он может снова провалиться, и вы с головой окунетесь в воду.
7. Постарайтесь добиться того, чтобы ваше тело оказалось вровень со льдом. После этого поползайте на лед, продолжая отталкиваться ногами и помогая себе руками.
8. **Выбравшись на лед, распластайтесь на нем** и ползите вперед, не пытаясь подняться на ноги.
9. Ближе к берегу, где лед крепче, повернитесь на бок и перекатывайтесь в сторону берега.
10. **Выбравшись на берег, не останавливайтесь, чтобы не замерзнуть окончательно. Бегом добираться до ближайшего теплого помещения.**

## Первая помощь провалившемуся под лед включает следующие этапы:

1. Оценка обстановки и ее опасности для оказывающего помощь.
2. Прекращение действия травмирующего фактора (извлечение пострадавшего из полыньи (проруби)).
3. Оценка состояния пострадавшего.
4. Оказание медицинской помощи.
5. Доставка пострадавшего в лечебное учреждение.



ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ  
И МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
НА ВОДЕ  
И НА ЛЬДУ  
В ОСЕННЕ-ЗИМНЕЕ  
ВРЕМЯ

**С наступлением первых заморозков, когда вода в реках, озерах, прудах и других водоемах покрывается льдом, начинается период ледостава. Нельзя забывать об опасности, которую таят в себе только что замерзшие водоемы. Первый лед только на вид кажется прочным, а на самом деле он тонкий, слабый и не выдерживает тяжести не только взрослого человека, но и ребенка. Поэтому не торопитесь выходить на тонкий лед водоемов. Необходимо подождать, когда лед под воздействием мороза станет толще и прочнее. Несоблюдение этого совета может привести к провалу на льду. К сожалению, помощь попавшим в беду на воде приходит иногда слишком поздно и происшествие заканчивается трагически. Чтобы этого не случилось, необходимо помнить, что выходить на осенний лед можно только в крайнем случае и с максимальной осторожностью.**



Во всех случаях, прежде чем сойти с берега на лед, необходимо внимательно осмотреться, наметить маршрут движения, выбирая безопасные места. Следует опасаться мест, где лед запорошен снегом: под снегом лед нарастает медленнее. Иногда случается, что по всему водоему толщина открытого льда - 10 см, а под снегом всего 3 см.



# Это необходимо знать.

- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров в соленой.
- Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, белого – прочность его в 2 раза меньше. Серый, матово-белый или с желтоватым оттенком лед обычно ноздреватый и пористый ненадежен. Такой лед обрушивается без предупреждающего потрескивания.

НЕОБХОДИМАЯ  
ТОЛЩИНА ЛЬДА



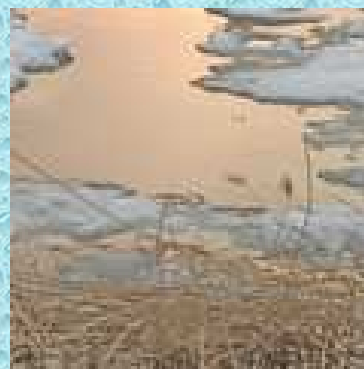
- Одиночный пешеход - не менее 5 см.
- Одиночный пешеход с грузом - не менее 7 см



- Группа людей (расстояние между людьми не менее 6м) - не менее 7-9 см.
- Автобус (без пассажиров) - не менее 40-60 см.
- Трактор - более 60 см.



- Опасно ходить по льду, покрытому снегом (снег, выпавший на только что образовавшийся лед, помимо того, что маскирует полыньи, замедляет рост ледяного покрова).
- Лед более тонок на течении, особенно быстром, на глубоких и открытых для ветра местах;
- над тенистым и торфяным дном;
- у болотистых берегов;
- в местах выхода подводных ключей;
- под мостами;
- в узких протоках;
- вблизи мест сброса в водоемы теплых и горячих вод промышленных и коммунальных предприятий.



- В местах, где растет камыш, тростник и другие водные растения лед более тонкий.
- Лед в нижнем бьефе плотины, где даже в сильные морозы кратковременные попуски воды из водохранилища способны источить лед и образовать в нем опасные промоины.
- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%.



**Безопаснее всего переходить по прозрачному с зеленоватым или синеватым оттенком льду при его толщине не менее 7 см. Прежде чем двигаться по льду, надо убедиться в его прочности. Для этого надо воспользоваться пешней или твердой палкой. При движении по замерзшему водоему шестом (палкой) ударяют по льду впереди и по обе стороны от себя по несколько раз в одно и то же место. Если после 2-3 ударов вода не показалась, значит лед надежен. Если же лед пробивается и на нем появляется вода, нужно немедленно остановиться и повернуть обратно, но не торопясь и стараясь идти, не отрывая ступни ото льда (скользящим шагом). При движении обратно продолжать проверять лед шестом.**



# Категорически запрещается:

- испытывать прочность льда ударом ноги по льду - в этом случае можно сразу провалиться в воду.
- Не разрешается переходить водоем в одиночку, т.к. в случае провала под лед, помощи ждать не от кого.
- Также нежелательно ходить по льду в темное время суток.
- Категорически запрещается катание на коньках, на санках, игра в хоккей на тонком неокрепшем льду. Подготовка льда для катания на коньках должна быть проведена очень тщательно. Толщина льда должна быть не менее 12 см, а при массовом катании - не менее 25 см.
- Не рекомендуется кататься на замерзшем льду одному.

# Правила поведения на льду.

- Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
- При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами



**Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.**





- При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.
- При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга в 5-6 м.



- Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.
- Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.



- На замерзший водоем необходимо брать с собой прочную веревку длиной 20 – 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить веревку к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее под мышки.
- Не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра.



Нередко по берегам водоемов или вблизи от них расположены промышленные предприятия. Некоторые из них спускают в водоемы отработанные теплые воды, которые на большом расстоянии во всех направлениях подмывают лед. Кататься на коньках, санках и лыжах и даже просто ходить по льду в таких местах очень опасно.



**Немалую опасность для пешеходов, лыжников представляют лунки величиной до 1 м в окружности, которые вырубает рыболовы для подледного лова рыбы. Как правило, эти лунки не ограждаются. За ночь отверстие во льду затянет тонким льдом, запорошит снегом и сразу его трудно заметить. Поэтому прежде чем кататься на льду, необходимо внимательно осмотреть поверхность водоема. Если на заснеженной поверхности водоема вы обнаружили чистое, не запорошенное снеговое место, - значит здесь полынья или промоина, не успевшая покрыться прочным льдом, если на ровном снеговом покрове темное пятно, - значит под снегом неокрепший лед.**



Очень опасно в незнакомом месте скатываться на лед с обрывистых берегов. Даже заметив впереди себя прорубь, лунку или пролом во льду, трудно затормозить или отвернуть в сторону. Поэтому для катания на коньках, лыжах и санках надо выбирать места с прочным ледяным покровом, обследованные взрослыми. Необходимо соблюдать особую осторожность на льду, если наступают в зимние дни оттепели. Там, где еще несколько дней назад без опаски можно было кататься на льду, в дни оттепели это делать очень опасно.



# Что делать, если вы провалились в холодную воду:

- не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание;
- раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения;
- попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед;
- если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу;
- ползите в ту сторону – откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность;

# Если быстро выбраться из воды не удалось.

Следует помнить, что удерживая себя на поверхности воды, необходимо стараться затрачивать на это минимум физических усилий. Одна из причин быстрого понижения температуры тела - перемещение прилежащего к телу подогретого им слоя воды и замена его новым, холодным. Кроме того, при движениях нарушается дополнительная изоляция, создаваемая водой, пропитавшей одежду.



**Если все же несчастье случилось, вы не заметили проруби, лунки или попали на тонкий лед, прежде всего не поддавайтесь панике, преодолите в себе страх перед водной стихией. Обычно люди зимой тепло одеты, и в воде одежда быстро намокает и тянет провалившегося на дно. Как это ни трудно, первое, что должен сделать пострадавший - попытаться освободиться от верхней одежды и обуви, а затем самостоятельно попробовать выбраться из провала на твердый лед. При этом надо действовать быстро и решительно, стараясь сохранить спокойствие.**



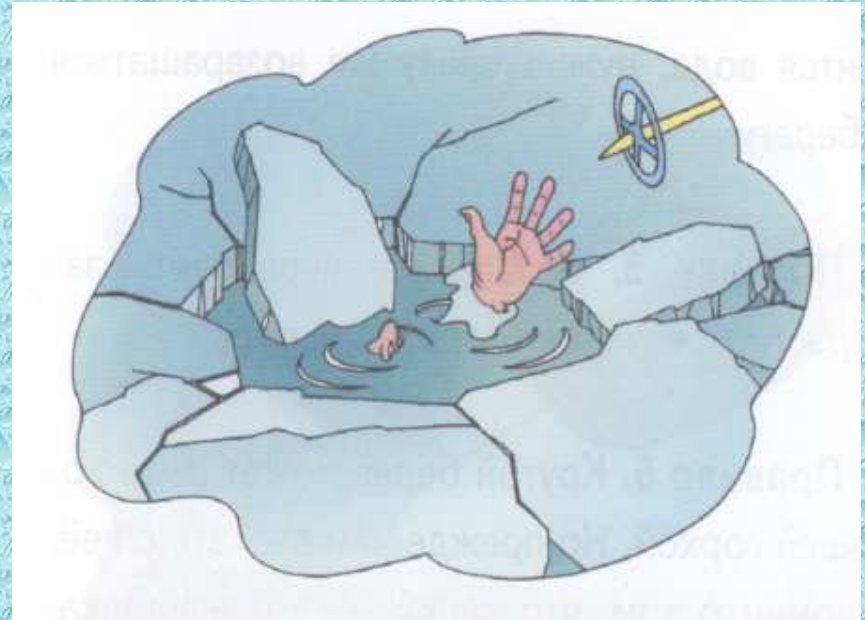
# Если нужна Ваша помощь:

- Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкою. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.



- Остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.
- Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.
- Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.
- Без резких движений отползайте в ту сторону, откуда пришли.

В экстренных случаях для оказания помощи утопающему могут быть использованы подручные средства: бревна, доски, шесты, щиты, веревки, лыжи, санки, брючные ремни, шарфы и др.



# Отогревание пострадавшего.

- Пострадавшего надо укрыть в месте, защищенном от ветра, хорошо укутать в любую имеющуюся одежду, одеяло.
- Если он в сознании, напоить горячим чаем, кофе. Очень эффективны грелки, бутылки, фляги, заполненные горячей водой, или камни, разогретые в пламени костра и завернутые в ткань, их прикладывают к боковым поверхностям грудной клетки, к голове, к паховой области, под мышку.

# Если вы отправились на зимнюю рыбалку, необходимо соблюдать следующие

## правила:

- Необходимо хорошо знать водоем, избранный для рыбалки, для того, чтобы помнить, где на нем глубина не выше роста человека или где с глубокого места можно быстро выйти на отмель, идущую к берегу.
- Необходимо знать об условиях образования и свойствах льда в различные периоды зимы, различать приметы опасного льда, знать меры предосторожности и постоянно их соблюдать.
- Определите с берега маршрут движения.

- Осторожно спускайтесь с берега: лед может неплотно соединяться с сушей; могут быть трещины; подо льдом может быть воздух.
- Не выходите на темные участки льда - они быстрее прогреваются на солнце и, естественно, быстрее тают.



- Если вы идёте группой, то расстояние между людьми должно быть не меньше 5 метров.
- Рюкзак повесьте на одно плечо, а ещё лучше - волоките на веревке в 2-3 метрах сзади.





- Не подходите к другим рыболовам ближе, чем на 3 метра.
- Не приближайтесь к тем местам, где во льду имеются вмерзшие коряги, водоросли, воздушные пузыри.
- Не ходите рядом с трещиной или по участку льда, отделенному от основного массива несколькими трещинами.



**Будьте  
осторожны и  
помните: строгое  
выполнение  
правил поведения  
и мер  
безопасности на  
льду сохранит  
вашу жизнь!**





**ПРАВИЛА  
поведения  
на водоёмах  
в зимний период**

# МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ

**ГИМС МЧС России ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:** Пренебрежение Правилами охраны жизни людей на водных объектах **ОПАСНО** для Вашей жизни!



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



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



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



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



**МЫ ПЕРВЫМИ ПРИДЕМ ВАМ НА ПОМОЩЬ!**

**Звонок с мобильного телефона:  
912**

**ЕДИНАЯ  
СЛУЖБА  
СПАСЕНИЯ**





# ВНИМАНИЕ! ОПАСНЫЙ ЛЁД!



## Умей оказывать помощь на льду



Оказание помощи утопающему подбросом подручных предметов. Когда спасателей двое, то лучше, если второй будет держать первого за ногу, а первый в свою очередь подбросит предмет утопающему.



Оказание помощи утопающему подбросом лестницы с верёвкой или без неё.



Провалившись под лёд, раскните руки. Старайтесь выбраться на крепкий лёд, зовите на помощь.



Помогав утопающему, приближайтесь к нему только лёжа, ползком, лучше опираясь на доску или лыжи. Используйте всё, что можно быстрее применить.

## Рыбаки, любители подлёдного лова!



- Не делайте лунки близко друг от друга – это ослабляет лёд.
- Не собирайтесь большими группами в местах, где много лунок – могут появиться широкие трещины.
- Матово-белый лёд ненадёжен.
- Тёмные пятна на ровном, покрытом снегом ледяном покрове – это тонкий, неохлапший лёд.
- Запорошенный снегом участок опасен, под ним лёд нарастает очень медленно.
- Если вы оказались на тонком льду, отходите назад скользящими шагами, не поднимая ног.
- Будьте особенно осторожны на льду в местах, где есть быстрое течение, где в реку впадают ручейки, образующие промоины.
- Собираясь на рыбалку, обязательно берите с собой шнур (длиной не менее 25 м) для оказания помощи провалившемуся под лёд.

**ВЕСНОЙ И ОСЕНЬЮ ЛЁД НА ВОДОЁМАХ  
КРАЙНЕ НЕНАДЁЖЕН. НЕ ВЫХОДИТЕ  
И НЕ ВЫЕЗЖАЙТЕ НА ЛЁД  
ВО ВРЕМЯ ПАВОДКА И НЕДОСТАВА.  
БЕРЕГИТЕ СВОЮ ЖИЗНЬ!**

## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ

### ПЕШЕХОДЫ!

- Будьте особенно осторожны при движении по ледяному покрову во время снегопада или вскоре после него, когда видимость плохая и все опасные места незаметны.
- При длинных переходах по льду придерживайтесь наземных дорог или пешеходных троп.

### ВОДИТЕЛИ ТРАНСПОРТНЫХ СРЕДСТВ!

- Будьте внимательны и осторожны при переправах через реку по ледяному покрову.
- Перевозка людей на транспорте по льду КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ.
- При движении через переправу двери кабины автотранспорта должны быть открытыми.

### РУКОВОДИТЕЛИ ПРЕДПРИЯТИЙ!

- Отправляя машину в рейс, тщательно проинструктируйте водителя о правилах переправ по льду.



### БЕЗОПАСНАЯ ТОЛЩИНА ЛЬДА для:

Одиночного пешехода с ручной кладью	..... 7 см
Легкового автомобиля	..... 26–19 см
Грузового автомобиля с грузом	..... 34–25 см
Гусеничного трактора (лёгкого)	..... 52–39 см
Тяжёлого гусеничного трактора или лёгкого трактора с прицепом	..... 60–46 см



# ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ НА ЛЬДУ



**НЕ ПОДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ! НЕ КРИЧИТЕ, НЕ ЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ, БЕРЕГИТЕ СИЛЫ! НАПОЛЗАЙТЕ НА ЛЁД 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.**



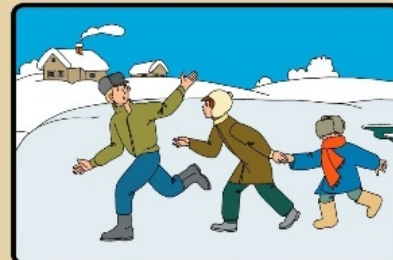
### СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

ДОСКА  
ЛЕСТНИЦА  
ВЕРЕВКА С ПЕТЛЯМИ НА КОНЦАХ  
СВЯЗАННЫЕ ШАРФЫ

СВЯЗАННЫЕ РЕМИН  
КОНЕЦ АЛЕКСАНДРОВА  
БОЛЬШАЯ ВЕТКА  
БАГОР



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



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



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

© Авторы:  
Филоненко Е. Н.  
Макаров В. В.  
Максименков Г. И.



Не погружаться в воду  
с головой



Не паниковать,  
позвать на помощь



Выбираться в сторону,  
с которой произошло  
падение



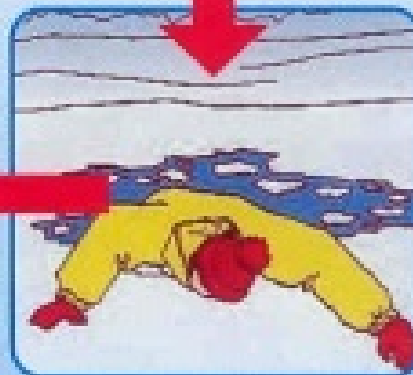
Не отдыхая,  
бежать к близкому  
жилью



Проползти  
3-4 метра по  
своим следам



Забросить на лед  
ногу, откатиться  
от полыни



Наползать на лед,  
раскинув руки  
в стороны

## ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ



Под весенними лучами солнца лед на водоемах становится рыхлым и непрочным. В это время выходить на его поверхность крайне опасно.

Однако каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий весенний лед, тем самым подвергая

- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров - в соленой. В устьях рек и притоках прочность льда ослаблены. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.

- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3 дней, то прочность льда снижается на 25 %.

- Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета - прочный, прочность льда белого цвета в 2 раза меньше, а самый ненадежный лед серого, матово-белого цвета или с желтоватым оттенком.

## ЕСЛИ ВЫ ПОПАЛИ В БЕДУ



### ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ УЖЕ ПРОВАЛИЛИСЬ В ХОЛОДНУЮ ВОДУ?

Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.

Раскиньте руками в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.

Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед.

Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.

Ползите в ту сторону откуда пришли, ведь лед уже проверен на прочность.

## ЕСЛИ НУЖНА ВАША ПОМОЩЬ

Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкою. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.

Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толка перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.

Остановитесь от находящегося в полынье человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.

Осторожно вытащите пострадавшего на лед и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.

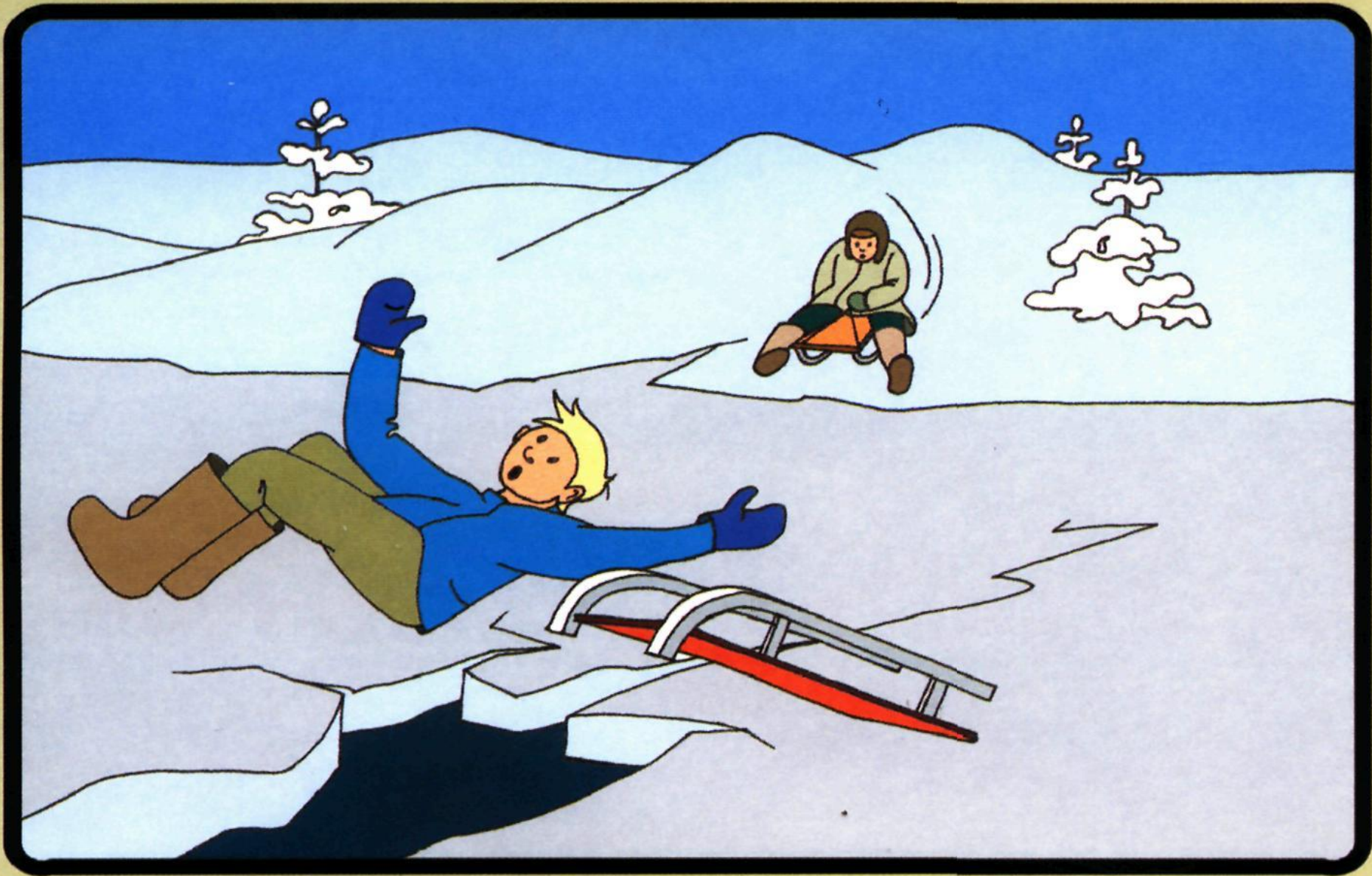
Ползите в ту сторону откуда пришли.

Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь - это может привести к летальному исходу.

# Категорически запрещается:

- испытывать прочность льда ударом ноги по льду - в этом случае можно сразу провалиться в воду.
- Не разрешается переходить водоем в одиночку, т.к. в случае провала под лед, помощи ждать не от кого.
- Также нежелательно ходить по льду в темное время суток.
- Категорически запрещается катание на коньках, на санках, игра в хоккей на тонком неокрепшем льду. Подготовка льда для катания на коньках должна быть проведена очень тщательно. Толщина льда должна быть не менее 12 см, а при массовом катании - не менее 25 см.
- Не рекомендуется кататься на замерзшем льду одному.



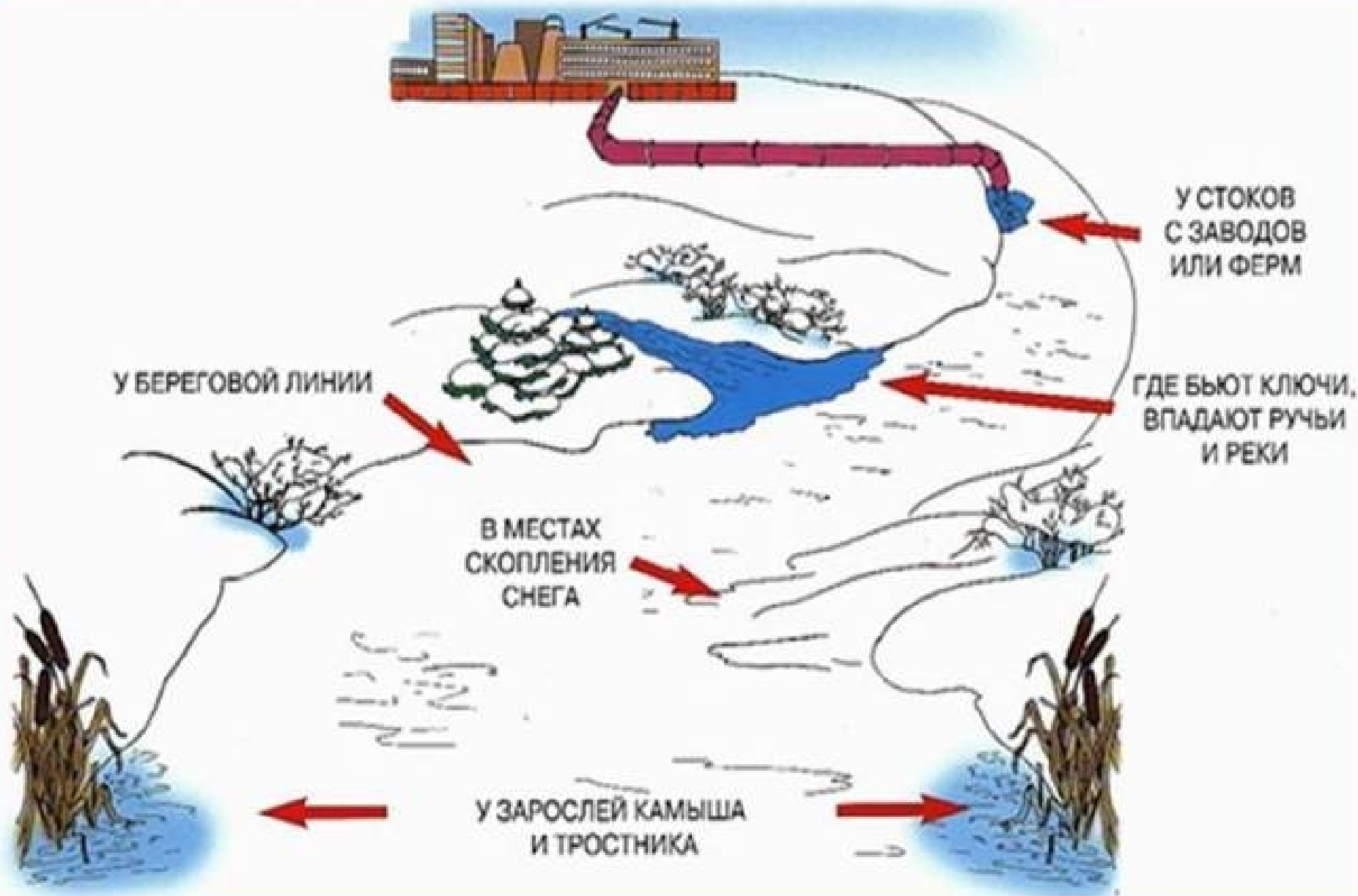


**ВНИМАНИЕ ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД СНЕГОМ  
МОГУТ БЫТЬ ГЛУБОКИЕ ТРЕЩИНЫ И РАЗЛОМЫ.**

**Нельзя играть на покато́м берегу  
реки, озера!**



# ОПАСНЫЕ МЕСТА НА ЛЬДУ ВОДОЕМОВ





## **Будьте осторожны на водоемах зимой!**

Осенний лед в период с ноября по декабрь, то есть до наступления устойчивых морозов, **непрочен**. Скрепленный вечерним или ночным холодом, он еще способен выдерживать небольшую нагрузку, но днем, быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину.

### **Безопасная толщина льда составляет:**

- для одного человека не менее 7 см;
- для сооружения катка не менее 12 см;
- для совершения пешей переправы не менее 15 см;
- для проезда автомобилей не менее 30 см.

### **Время безопасного пребывания человека в воде:**

- при температуре воды 24°C время безопасного пребывания 7-9 часов,
- при температуре воды 5-15°C - от 3,5 до 4,5 часов;
- температура воды 2-3°C оказывается смертельной для человека через 10-15 мин;
- при температуре воды минус 2°C – смерть может наступить через 5-8 мин.

# Вызов экстренных служб с мобильного телефона

**Звонить по телефону «112», после ответа набрать:**

**Абонентам «Мегафон»:**

- 1 – пожарная охрана и служба спасения**
- 2 – полиция**
- 3 – служба скорой помощи**

**Абонентам «Билайн» - по телефонам:**

- 001 – пожарная охрана и служба спасения**
- 002 – полиция**
- 003 – служба скорой помощи**

**Абонентам «МТС» - по телефонам:**

- 010 – пожарная охрана и служба спасения**
- 020 – полиция**
- 030 – служба скорой помощи**



## ПРАВИЛА ПЕРЕХОДА ПО ЛЬДУ ВОДОЕМОВ

**ГИМС МЧС России ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:** Пренебрежение правилами охраны жизни людей на водных объектах **ОПАСНО** для Вашей жизни

Каждый год десятки людей погибают под толщей льда. Выход на лед водоема всегда опасен. В любом случае решающим фактором, обеспечивающим безопасность, является умение прогнозировать экстремальные ситуации. Поэтому выходя на лед, нужно быть готовым к любым неожиданностям.



Переходить водоем по льду только при хорошей видимости



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



Везти длинную палку, веревку 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 вам необходимо преодолеть опасный участок замерзшего водоема - делайте это в присутствии страхующего. Двигаться по тонкому льду нужно скользящим шагом. Особенно осторожным следует быть после снегопада. Под снегом не будут видны трещины, полыньи и проруби, а лед под снежными заносами всегда намного тоньше. В таких случаях следует передвигаться, держа в руках шест или длинную палку, проверяя им прочность льда перед собой.

В случае провала под лед длинная палка или шест помогут вам выбраться из полыньи. Приближаясь к опасному участку на лыжах, снимите рюкзак с одного плеча, расстегните лыжные крепления, палки возьмите в одну руку. В случае необходимости вы сможете быстро освободиться от груза и лыж, а с помощью палок легче выбраться из полыньи, если вы туда угодили. Не поддавайтесь панике, почти 90% людей выбиралось из подобных ситуаций.