



**Правила  
поведения на  
замёрзших  
водоёмах**





**С похолоданиями в осенний период возникает опасность провалиться под тонкий неокрепший лед. Осенний лед в период с ноября по декабрь, то есть до наступления устойчивых морозов, непрочен**

**Как правило, водоемы замерзают неравномерно, по частям: сначала у берега, на мелководье, в защищенных от ветра заливах, а затем уже на середине**





**На озерах, прудах лед появляется раньше, чем на речках, где течение задерживает льдообразование**

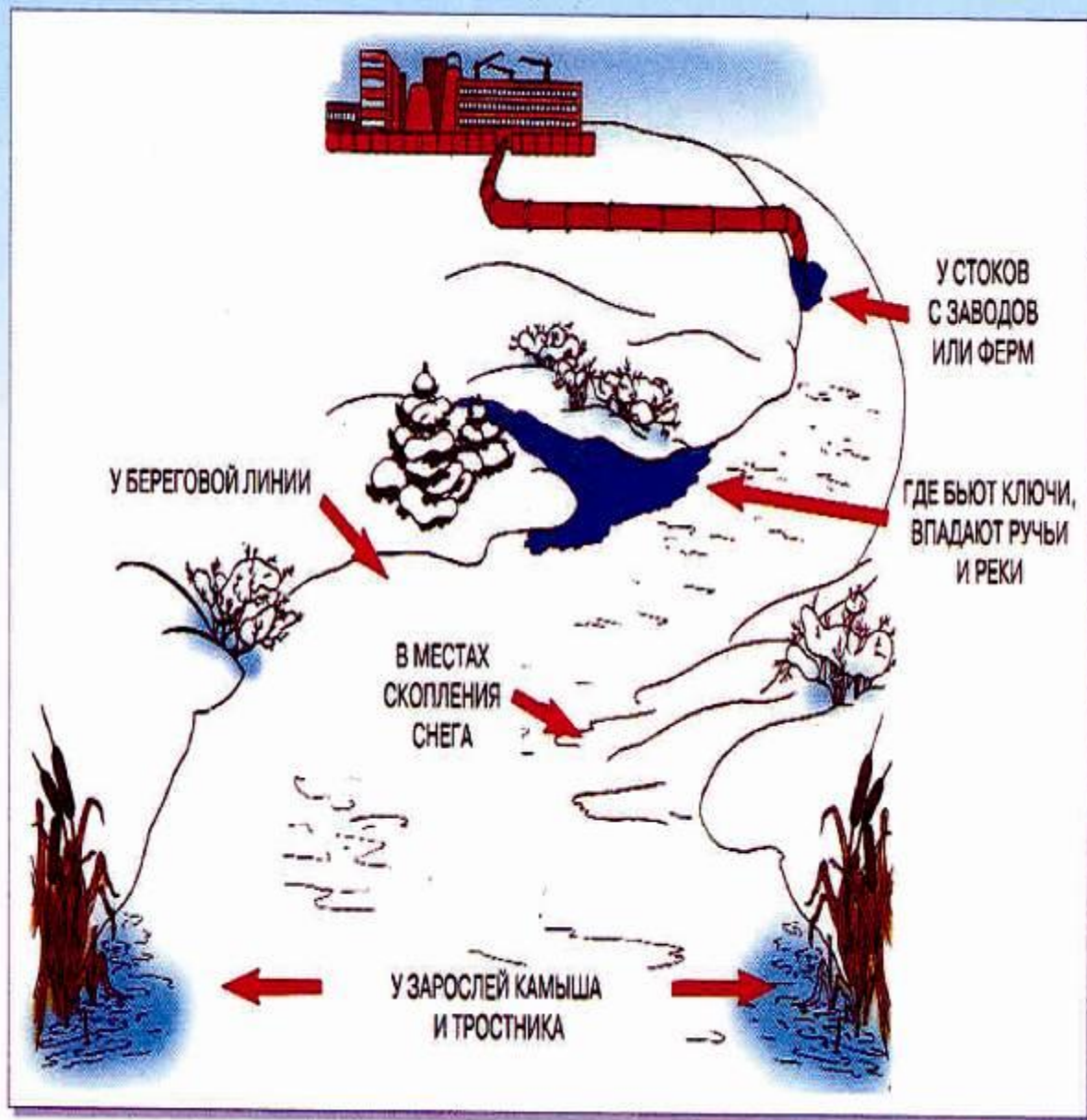


Помните: безопасная толщина льда для одного человека — не менее 10 см





# Наиболее опасные места



**1. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне**



**2. Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь)**





### 3. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги



**4. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды, — это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя**





**5. При предостерегающем  
потрескивании льда и  
образовании в нем трещин  
нужно скользящими шагами, не  
отрывая ног ото льда  
продвигаться к берегу**



**6. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5–6 м)**







**7. На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20 — 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом**

**Нельзя находиться на льду (на рыбалке, во время катания на лыжах и коньках) без присмотра взрослых**





**Что делать, если вы уже 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**







**- Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу на лед**

**КР.  
RU**



**- если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу. Ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь лед уже проверен на прочность**

**Что делать, если требуется ваша помощь?**

**- Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. 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 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**



A woman with dark hair is sitting on a bed, wrapped in a thick, cream-colored blanket. She is looking down and to the right with a thoughtful expression. The room is dimly lit, with a wooden staircase visible in the background. The text is overlaid on the bottom of the image.

**Доставьте пострадавшего в теплое место.  
Энергично разотрите тело (до покраснения кожи)  
смоченной в спирте или водке суконкой или  
руками**

**Напоите пострадавшего горячим чаем**





**Спасибо за  
внимание**

**Будьте осторожны на  
льду!**