



**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



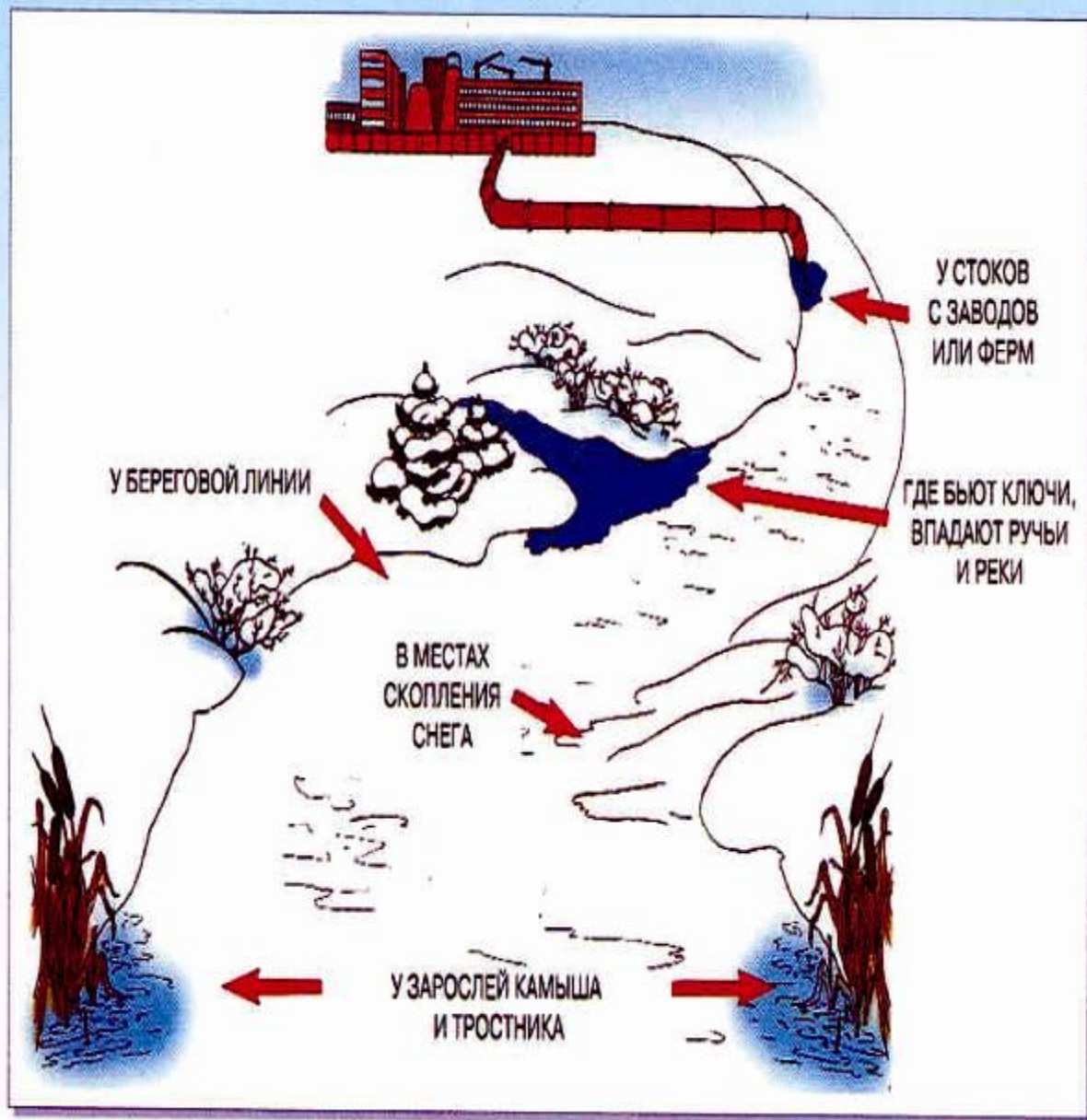
На озерах, прудах лед появляется раньше, чем на речках, где течение задерживает льдообразование



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



- 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 overall atmosphere is warm and cozy.

**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!**