

## ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ

### ПОД ЛЁД:

\* Не паникуйте, сбросьте тяжёлые вещи, широко раскините руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой, зовите на помощь.

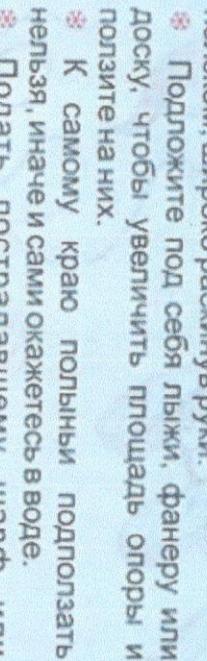


\* Переберитесь к тому краю полыньи, откуда идёт течение - это гарантия, что Вас не затянет под лёд.  
\* Добравшись до края полыни, постараитесь побольше высунуться из воды, чтобы налечь грудью на закраину и поочерёдно поднимите, вытащите ноги на льдину.



### ЧЕЛОВЕК ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЁД: ВЫ СТАЛИ ОЧЕВИДЦЕМ:

\* Немедленно крикните, что идёте на помощь.  
\* Приблизиться к полынью можно только ползком, широко раскинув руки.



\* Подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползите на них.  
\* К самому краю полыни подползать нельзя, иначе и сами окажетесь в воде.  
\* Подать пострадавшему шарф или ремень, любую доску или жердь, санки, лыжи и т.п. за 3-4 метра до полыни.

\* Если Вы не один, то 2-3 человека ложатся на лёд по цепочке и, держа друг друга за ноги, двигаются к пропалому.

\* Действовать необходимо решительно и скоро, т.к. пострадавший быстро кочнеет в ледяной воде, а намокшая одежда тянет его вниз.

\* Подав пострадавшему подручное средство спасения, надо вытащить его на лёд и ползком выбираться из опасной зоны.  
\* Пострадавшего следует укрыть от ветра, как можно быстрее доставить в тёплое место, растереть, переодеть и дать горячее питё.

ВЗРОСЛЫЕ И ДЕТИ, СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ!

ВЫПОЛНЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫХ МЕР ОСТОРОЖНОСТИ — ЗАЛОГ ВАШЕЙ

БЕЗОПАСНОСТИ!

## ОСТОРОЖНО, ТОНКИЙ ЛЁД!

## ПАМЯТКА

