

ЕСЛИ ТЫ  
**ПРОВАЛИЛСЯ  
ПОД ЛЁД!**



**ПОМОГИТЕ!  
НА ПОМОЩЬ!**

**ГРОМКО ЗОВИ  
НА ПОМОЩЬ**

**ШИРОКО РАСКИНЬ РУКИ,  
ЧТОБЫ НЕ ПОГРУЗИТЬСЯ  
В ВОДУ С ГОЛОВОЙ**

**ПОПРОБУЙ ИЗБАВИТЬСЯ  
ОТ ЛИШНИХ ТЯЖЕСТЕЙ**

**НЕ ПАНИКУЙ,  
НЕ ТРАТЬ СИЛЫ  
НА РЕЗКИЕ ДВИЖЕНИЯ**

**ПЫТАЙСЯ ВЫБРАТЬСЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО, НАВАЛИВШИСЬ  
ВСЕМ ТУЛОВИЩЕМ НА ЛЕД. ГЛАВНОЕ – ПОСТАРАТЬСЯ  
ОБЕСПЕЧИТЬ НАИБОЛЕЕ ШИРОКУЮ ПЛОЩАДЬ**

# **МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ и ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ на льду**



**Не выходите на лед в одиночку!**

**Не проверяйте прочность льда ногой!**

**Будьте внимательны, осторожны и  
готовы в любую минуту к опасности!**

## **ВНИМАНИЕ!**

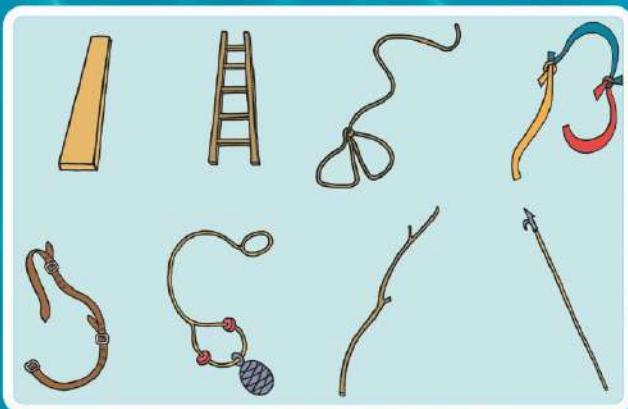
**Если под вами затрещал лед и  
появились трещины, не пугайтесь и  
не бегите! Плавно ложитесь на лед и  
перекатывайтесь в безопасное место!**

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

# ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ НА ЛЬДУ



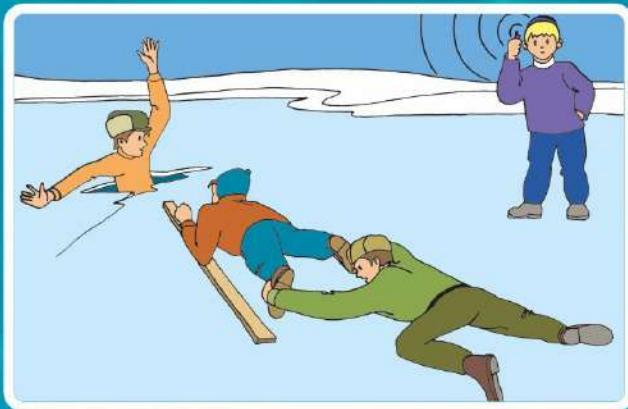
НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ! НЕ КРИЧИТЕ, НЕ ЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ, БЕРЕГИТЕ СИЛЫ!  
НАПОЛЗАЙТЕ НА ЛЕД С ШИРОКО РАССТАВЛЕННЫМИ РУКАМИ.  
ДЕЛАЙТЕ ПОПЫТКИ ЕЩЕ ЕЩЕ.



## СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

ДОСКА  
ЛЕСТНИЦА  
ВЕРЕВКА С ПЕТЛЯМИ НА КОНЦАХ  
СВЯЗАННЫЕ ШАРФЫ

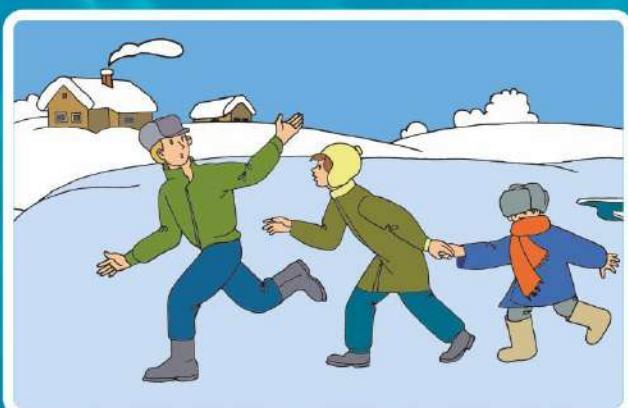
СВЯЗАННЫЕ РЕМНИ  
КОНЕЦ АЛЕКСАНДРОВА  
БОЛЬШАЯ ВЕТКА  
БАГОР



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



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



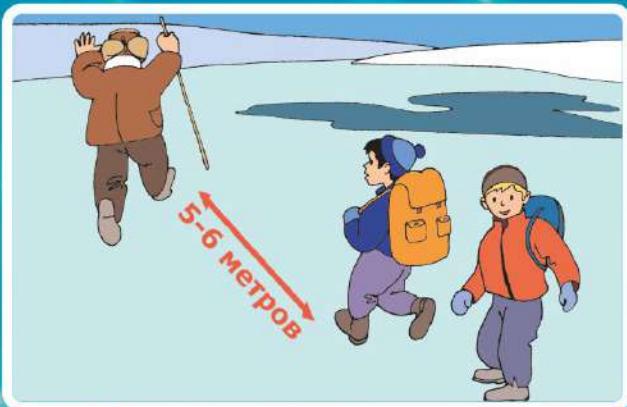
ВЫБРАВШИСЬ ИЗ ПРОРУБИ СНИМите, ТЩАТЕЛЬНО  
ОТОЖМите И СНОВА НАДЕНЬте ОДЕЖДУ.  
БЕГОМ СЛЕДУЙТЕ К БЛИЖАЙШЕМУ НАСЕЛЕННому  
ПУНКТУ.  
ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЕЙ ИЛИ "СКОРУЮ".



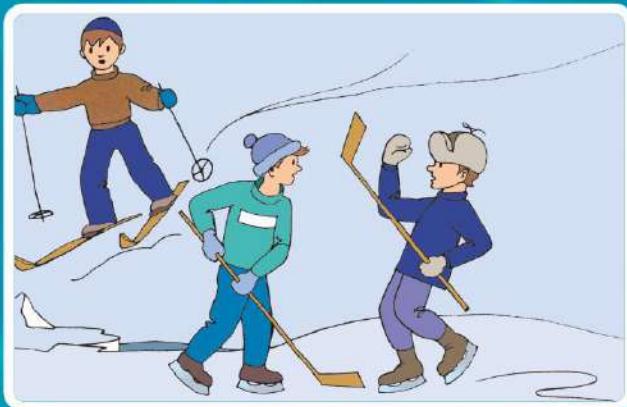
НЕ ДОПУСКАЙТЕ ОБМОРожЕНИЯ И ЗАМЕРЗАНИЯ.  
ПРИЗНАКИ ОБМОРожЕНИЯ - ПОБЛЕДНЕНИЕ КОЖИ И ПОТЕРЯ  
ЧУВСТИТЕЛЬНОСТИ НА ПОБЛЕДНЕВШЕМ УЧАСТКЕ.  
СОВЕТ - ПЛАВНО РАСТИРАЙ ОБМОРожЕННЫЙ УЧАСТКО РУКОЙ ИДИТЕ  
ДОМОЙ. СНЕГОМ НЕ РАСТИРАТЬ!  
ПРИЗНАКИ ЗАМЕРЗАНИЯ - ОЗНОБ, ВЯЛОСТЬ, ЧУВСТВО УСТАЛОСТИ, ТЯГА КО  
СНУ. СОВЕТ - ПОЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ ДРУЗЕЙ И БЕГОМ С НИМИ ДОМОЙ.



# МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЕД В ОДНОЧКУ!  
НЕ ПРОВЕРЯЙТЕ ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА НОГОЙ!  
БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ, ОСТОРОЖНЫ И ГОТОВЫ  
В ЛЮБУЮ МИНУТУ К ОПАСНОСТИ!



БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ!  
ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ПОЛЫНЬИ, ТРЕЩИНЫ  
ИЛИ ЛУНКИ!



ВНИМАНИЕ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД СНЕГОМ  
МОГУТ ВЫТЬ 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!