



**НА ВОДОЕМЕ  
ЗИМОЙ**

## ПЕРЕДВИЖЕНИЕ ПО ЛЬДУ



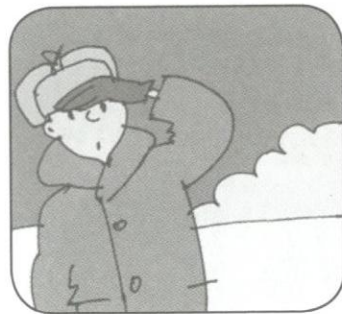
**НЕ СПУСКАЙТЕСЬ  
НА ЛЕД**  
в незнакомых  
местах, особенно  
с обрывистых  
берегов



**НЕ ВЫХОДИТЕ  
НА ЛЕД**  
при оттепели



**НЕ ВЫХОДИТЕ  
НА ЛЕД**  
поодиночке  
в вечернее и  
ночное время  
(особенно в незнакомых  
местах)



Перед выходом  
на лед выберите  
направление  
движения  
и безопасные места

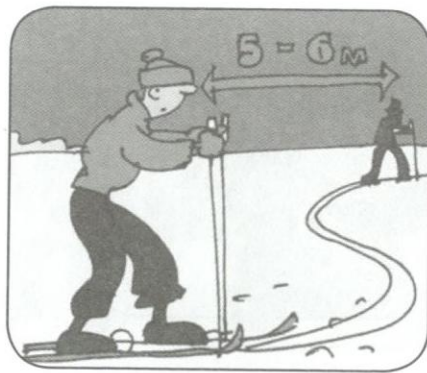


При выходе на лед  
убедитесь в его прочности.  
Прочность проверяйте  
пешней  
(бить пешней следует на расстоянии  
0,5-1 м перед собой)

**Не проверяйте прочность  
льда ударом ноги!**



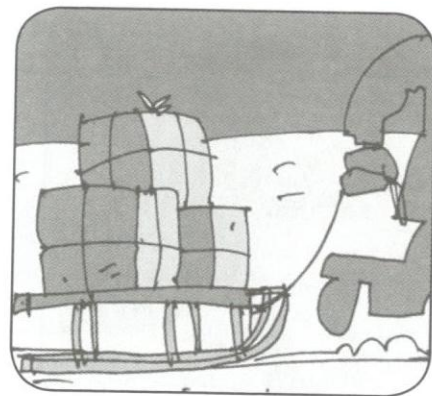
Передвигайтесь по возможности по проложенной тропе



При групповом переходе по льду на лыжах используйте проложенную лыжню, передвигайтесь на расстоянии 5-6 м друг от друга



При движении по целине палки держите в руках, сняв петли с кистей рук, рюкзак наденьте на одно плечо



При перевозке грузов по льду используйте сани (лыжи) или предметы с большой площадью опоры



По тонкому льду двигайтесь скользящим шагом. Особенно осторожными будьте после снегопада



Катайтесь на коньках только на специально оборудованных площадках

## Если провалились под лед



Не поддавайтесь панике!  
Почти 90% людей выбирались из подобных ситуаций

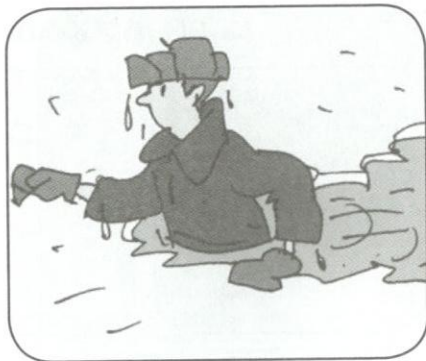


Выбирайтесь с той стороны, где лед наиболее крепок (наползайте на лед грудью, широко раскинув руки, чтобы увеличить площадь опоры и уменьшить давление на кромку льда).  
Ногами упирайтесь в противоположный край полыньи, если это возможно





Не прекращайте попытки выбраться, даже если лед проламывается

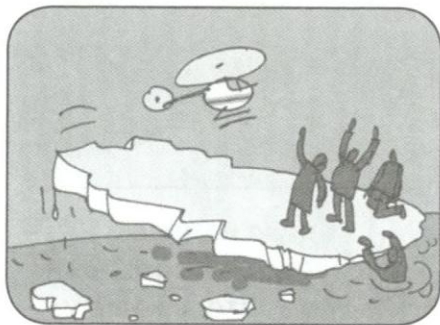


В неглубоком водоеме резко оттолкнитесь от дна и выбирайтесь на лед (или передвигайтесь по дну к берегу, проламывая перед собой лед)



Выбравшись из воды на лед, не спешите вставать на ноги, чтобы не провалиться снова. (Осторожно отползите, широко раскинув руки и ноги или откатитесь как можно дальше от полыни. Убедившись, что лед прочный, вставайте на ноги.)

При нахождении на оторванной от берега льдине:



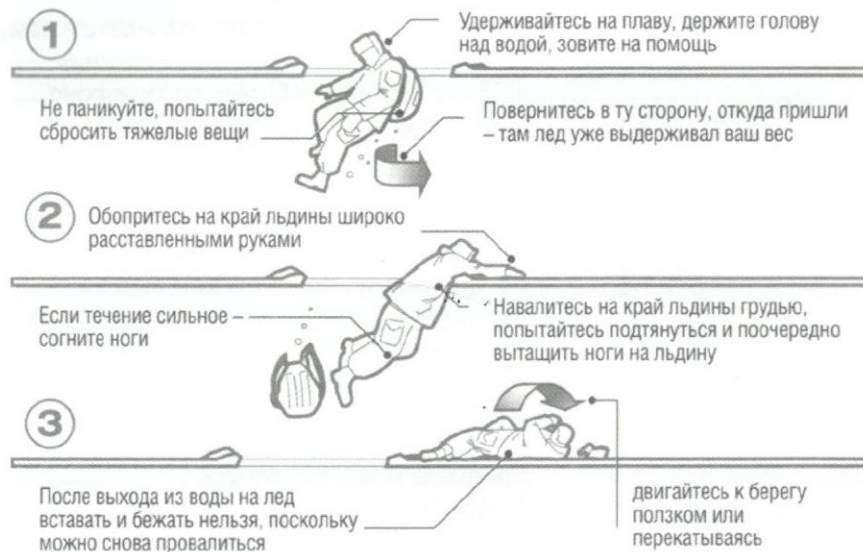
Не паникуйте  
и не допускайте действий,  
способствующих  
переворачиванию или  
раскалыванию льдины  
(занимайте место посередине льдины,  
не скапливайтесь на одном её краю)

48

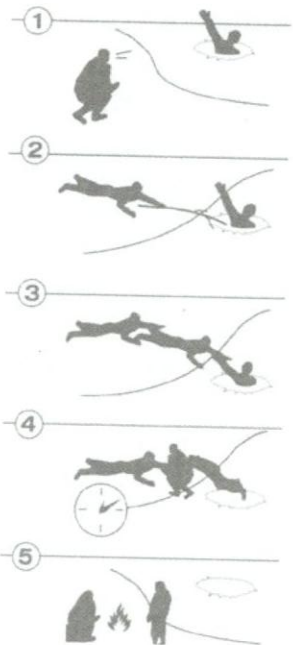


Оповестите службу  
спасения  
(по телефону «112»)

Если лёд проломился и вы оказались в воде



49



## Как помочь человеку, оказавшемуся в воде

- ⊙ Крикните пострадавшему, что идёте к нему на помощь, вызовите службу спасения «112» (с любого мобильного телефона, даже с неработающей SIM-картой).
- ⊙ Если человек провалился недалеко от берега, можно бросить ему верёвку, шарф, подать длинную палку, доску, лестницу.
- ⊙ Попробуйте аккуратно подползти к пострадавшему, подать руку и вытащить за одежду. Помогать могут одновременно несколько человек, не заползая на край пролома, держа друг друга за ноги.
- ⊙ Действуйте решительно, смело, быстро, поскольку пострадавший теряет силы, замерзает и может утонуть.
- ⊙ После извлечения пострадавшего из ледяной воды, его нужно согреть.



## ВАЖНЫЕ ТЕЛЕФОНЫ

Пожарные и спасатели	01
Полиция	02
Скорая помощь	03
Билайн	112, далее после соединения с оператором набрать 1. Также можно набрать 001
Мтс	02
Мегафон	112, далее после соединения с оператором набрать 1. Также можно набрать 010
Скай Линк	901

### ВНИМАНИЕ!

Для вызова любой экстренной службы с мобильного телефона достаточно набрать номер **112** (для всех мобильных операторов)

# У ВОДЫ БЕЗ БЕДЫ

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ



МЧС России



Российский союз спасателей



Министерство общего и профессионального образования Свердловской области

Изготовлено в типографии ООО «АлтерПринт» при поддержке Министерства общего и профессионального образования Свердловской области и Российского союза спасателей; по заказу Уральского техникума «Рифей». Тираж 3000 экз. 2014 г.