

## ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ

### ПОД ЛЕД:

- Не паникуйте, сбросьте тяжелые вещи, широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой, зовите на помощь.



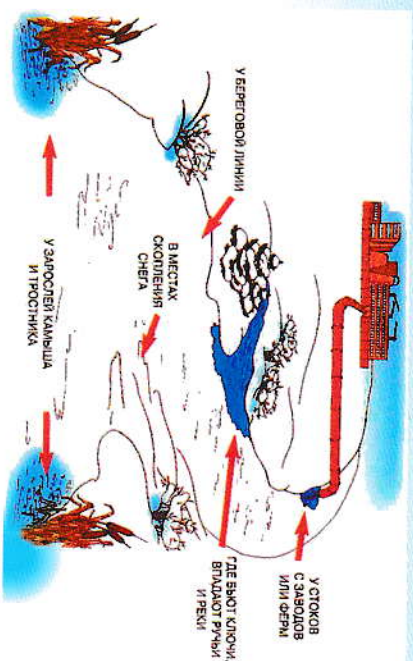
- Переберитесь к тому краю полыньи, откуда идет течение—это гарантия, что вас не затянет под лед.

- Добравшись до края полыньи, постарайтесь побольше высунуться из воды, чтобы напечь грудью на крайину и поочередно поднимите, выгашите ноги на льдину.



- Выбравшись из полыньи, откатитесь от нее и ползите в ту сторону, откуда пришли.
- Выбравшись на сушу, поспешите согреться: охлаждение может вызвать серьезные осложнения.

## ОПАСНЫЕ МЕСТА НА ВОДОЕМЕ:



## ЧЕЛОВЕК ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЕД,

### ВЫ СТАЛИ ОЧЕВИДИЦЕМ:

- Немедленно крикните, что идете на помощь.
- Приближаться к полынье можно только ползком, широко раскинув руки.
- Подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры, и ползите на них.
- К самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажетесь в воде.
- Подать пострадавшему шарф или ремень, лубяную доску или жердь, санки, лыжи и т. п. за 3—4 метра до полыньи.
- Если вы не один, то 2—3 человека ложатся на лед по цепочке и, держа друг друга за ноги, двигаются к пролому.
- Действовать необходимо решительно и скоро, т. к. пострадавший быстро коченеет в ледяной воде, а намочшая одежда тянет его вниз.
- Подав пострадавшему подручное средство спасения, надо выгашить его на лед и ползком выбираться из опасной зоны.
- Пострадавшего следует укрыть от ветра, как можно быстрее доставить в теплое место, растереть, переодеть и дать горячее питье.

## ВЗРОСЛЫЕ И ДЕТИ, СОБЛЮДАЙТЕ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ!

### ВЫПОЛНЕНИЕ ЭЛЕМЕНТАРНЫХ МЕР ОСТОРОЖНОСТИ—ЗАЛОГ ВАШЕЙ БЕЗОПАСНОСТИ!

Если вы стали очевидцем несчастного случая на водном объекте или сами попали в аналогичную ситуацию и существует возможность сообщить о происшествии, срочно обращайтесь за помощью по телефонам: 101, 112

Витебская  
областная организация  
РГОО ОСВОД



## ПАМЯТКА

# ОСТОРОЖНО, ТОНКИЙ ЛЕД!

