

Правила перехода по льду водоемов

Переходить водоем по льду только при хорошей видимости



Идя на лыжах, снять с рук ремни палок, расстегнуть крепления



Идти осторожно, скользящим шагом, проверяя перед собой лед



Взять длинную палку (шест) или веревку длиной не менее 5 м.



Спускаться там, где нет промоин или вмёрзших кустов



Выход на лед водоема всегда опасен, поэтому нужно быть готовым к любым неожиданностям

Как выбраться из полыньи



Не погружаться в воду с головой



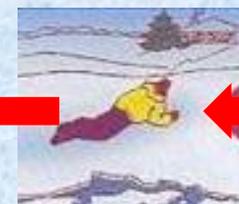
Не паниковать, позвать на помощь



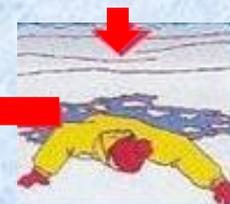
Выбираться в сторону, с которой произошло падение



Не отдыхая, бежать к ближайшему жилью



Проползти по своим следам 3-4 метра



Наползая на лед, раскинув руки в стороны. Выбравшись, откатиться в сторону берега

Оказывая помощь пострадавшему, нельзя идти, надо ползти, разведя руки в стороны. Если у вас нет веревки, можно связать шарфы, ремни, рукава одежды, привязать к концу какой-нибудь неострый предмет и бросить пострадавшему. Как только тот схватится за конец, тяните его, отползая на прочный лед или к берегу.

Пребывание в ледяной воде смертельно опасно. Пострадавшего следует немедленно любым способом согреть, но делать это **не быстро, а постепенно**. Когда замерзший начнет приходит в чувство, дайте ему выпить горячего чая, кофе. Если же пострадавший не дышит, нужно приступить к искусственному дыханию "изо рта в рот".