

ПАМЯТКА

О ПРАВИЛАХ ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЬДУ

1. Нельзя кататься и собираться группами на тонком, ещё неокрепшем льду, особенно во время оттепели.
2. Опасно выбегать и прыгать с берега на лед, когда неизвестна его прочность.
3. Во время движения по льду следует обходить места и участки, покрытые толстым слоем снега. Особую осторожность необходимо проявлять в местах, где имеется быстрое течение, выход родниковых вод, выступают на поверхность кусты, трава, стоки промышленных предприятий.
4. При движении по водоёму группами необходимо следовать друг за другом на расстоянии 5–6 метров и быть готовым оказать помощь впереди идущему.
5. При переходе водоема по льду на лыжах рекомендуется пользоваться проложенной лыжней, а при ее отсутствии, прежде чем начинать движение, следует отстегнуть крепления лыж и снять петли лыжных палок с кистей рук. Рюкзак или ранец необходимо взять на одно плечо. Первым должен идти инструктор или тренер. Интервал между лыжниками должен быть 5–6 метров. Первый лыжник (инструктор, тренер) должен проверять прочность льда и следить за его состоянием ударами палок.
6. Во время рыбной ловли нельзя пробивать много лунок на ограниченной площади и собираться большими группами.

ПОМНИТЕ! Под снегом даже в сплошном окрепшем льду можно встретить прорубь, полынью, промоину.

7. Каждому любителю подлёдного лова жизненно необходимо иметь наготове к применению элементарные средства спасения: верёвку длиной не менее 5 метров, шест или длинную палку не менее 3 метров.

ДЕЙСТВИЯ ЧЕЛОВЕКА, ПРОВАЛИВШЕГОСЯ ПОД ЛЕД И ПОПАВШЕГО В ХОЛОДНУЮ ВОДУ

1. Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание, позовите на помощь окружающих.
2. Держите голову над водой.
3. Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
4. Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а затем и другую ногу на лед.
5. Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
6. Направляйтесь в ту сторону, откуда пришли, где лед уже проверен на прочность.

ОКАЗЫВАЯ ПОМОЩЬ ЧЕЛОВЕКУ, УПАВШЕМУ В ХОЛОДНУЮ ВОДУ, СЛЕДУЙТЕ РЕКОМЕНДАЦИЯМ:

1. Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой.
2. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
3. Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собой спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.
4. Остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.