



**ВЫХОДЯ НА ЛЁД, ДУМАЙТЕ ПРЕЖДЕ ВСЕГО О БЕЗОПАСНОСТИ.
БЕРЕГИТЕ СВОЁ ЗДОРОВЬЕ И ЖИЗНЬ!**

ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЁД!

Если лёд проломился и вы оказались в воде:

I Удерживайтесь на плаву, держите голову над водой, зовите на помощь

Не паникуйте, попытайтесь сбросить тяжелые вещи

Повернитесь в ту сторону, откуда пришли – там лёд уже выдерживал ваш вес

II Обопритесь на край льдины широко расставленными руками

Если течение сильное – согните ноги

Навалитесь на край льдины грудью, попытайтесь подтянуться и поочередно вытащить ноги на льдину

III После выхода из воды на лёд вставать и бежать нельзя, поскольку можно снова провалиться

Нужно двигаться к берегу ползком или перекатываясь

СОВЕТЫ РЫБАКАМ, ЛЮБИТЕЛЯМ ПОДЛЁДНОГО ЛОВА!

1. Ещё на берегу определите маршрут движения.
2. Осторожно спускайтесь с берега: лёд может неплотно соединяться с сушей; могут быть трещины; подо льдом может быть воздух.
3. Проверяйте каждый шаг на льду пешней, но не бейте ею лёд перед собой – лучше сбоку. Если после первого удара лёд пробивается, немедленно возвращайтесь на место, с которого пришли.
4. Рюкзак повесьте на одно плечо, а ещё лучше – волоките на верёвке в 2–3 метрах сзади.
5. При перевозке небольших грузов их следует класть на сани или брусья с большой площадью опоры на лёд, чтобы избежать провала.
6. Не подходите к другим рыболовам ближе, чем на 3 метра.
7. Во время рыбной ловли нельзя пробивать много лунок на ограниченной площади, собираться большими группами.
8. Каждому рыболову рекомендуется иметь с собой спасательные средства: шнур длиной 15–25 метров, так называемые «спасалки» – устройства, похожие на толстое шило и висащие на груди (воткнув их в лёд, можно подтянуться и выбраться из воды).

**При чрезвычайных ситуациях звонить – 01;
с сотового телефона: Мегафон, МТС, Билайн – 112**



ГОСУДАРСТВЕННАЯ ИНСПЕКЦИЯ ПО МАЛОМЕРНЫМ СУДАМ МЧС РОССИИ ПО АРХАНГЕЛЬСКОЙ ОБЛАСТИ ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:

Осенний лёд до наступления устойчивых морозов непрочен.

Скреплённый вечерним или ночным холодом, он ещё способен выдерживать небольшую нагрузку, но днём, быстро нагреваясь от просачивающейся через него талой воды, становится пористым и очень слабым, хотя сохраняет достаточную толщину.

Особенно осторожным нужно быть и при нахождении **на водоёме при последнем льду весной**, когда он уже подтаивает.

ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЁД!

1



Крикните пострадавшему, что идёте к нему на помощь, вызовите службу спасения **01, 112** (с мобильного телефона)

2



Если человек провалился недалеко от берега, можно бросить ему верёвку, шарф, подать длинную палку, доску, лестницу

3



Попробуйте аккуратно подползти к пострадавшему, подать руку и вытащить за одежду.
Помогать пострадавшему могут одновременно несколько человек, не подползая на край пролома, держа друг друга за ноги

4



Действовать нужно решительно, смело, быстро, поскольку пострадавший теряет силы, замерзает и может утонуть

5



После извлечения пострадавшего из ледяной воды его нужно согреть

Помните, что время безопасного пребывания человека в воде:

- при температуре воды 24 °С время безопасного пребывания 7–9 часов;
- при температуре воды 5–15 °С – от 3,5 часов до 4,5 часов;
- температура воды 2–3 °С оказывается смертельной для человека через 10–15 мин.;
- при температуре воды минус 2 °С – смерть может наступить через 5–8 мин.

**При чрезвычайных ситуациях звонить – 01;
с сотового телефона: Мегафон, МТС, БиЛайн – 112**