

**Инспекторский участок (г. Таруса) центра ГИМС ГУ МЧС России по Калужской области напоминает:**

**Меры спасения и самоспасения в случае провала под лед:**

- Не поддавайтесь панике, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
- Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
- Обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на лед.
- Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
- Без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли.
- Зовите на помощь.

\* Как можно заметить действия по самоспасению из ледовой полыньи не должны быть резкими и наполненными избыточными движениями. Причиной этому является сохранение физических усилий и максимальном сохранении тепла между телом и слоем одежды пострадавшего. Важно держать голову над водой, не допуская ее погружения под воду. Именно на голову человека приходится львиная доля тепловых потерь организма.

**При оказании провалившемуся под лед :**

- Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.
- Остановитесь от находящегося в воде человека на безопасном расстоянии, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.
- Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.

- Ползите в ту сторону – откуда пришли.
- Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь – в подобных случаях это может привести к летальному исходу.

## Единый номер экстренных служб - 112

Старший госинспектор Центр ГИМС ГУ МЧС России по Калужской области  
Калмыков А.С.

# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ЛЬДУ

	<b>&lt; 7 см</b>	<b>10 см</b>	<b>12 см</b>	<b>20-30 см</b>	<b>30-38 см</b>
<b>БЕЗОПАСНАЯ ТОЛЩИНА ЛЬДА</b>	 перемещение по льду толщиной менее 7 см опасно	 подледная рыбалка	 снегочады	 легковые автомобили	 дизель, пикапы

### ГДЕ НУЖНО БЫТЬ ОСОБЕННО ОСТОРОЖНЫМ

в местах, покрытых толстым слоем снега

в местах быстрого течения, выходы родников, бьющие ключи

в местах сброса промышленными предприятиями вод и канализационных стоков

в устьях рек и притоках

вблизи выступающих над поверхностью кустов, осок, травы

### ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ

при переходе через реку, озеро пользуйтесь ледовыми переправами, подготовленными тропами

при переходе водоема группой соблюдайте расстояние друг от друга в 5-6 м.

если есть рюкзаки, повесьте его на одно плечо – это позволит быстро и легко освободиться от груза в случае, если лед провалится

### ТОНКИЙ ЛЕД

Цвет молочный мутный, серый, обычно пористый. Снег, выпавший на только что образовавшийся лед, маскирует полынь и замедляет рост ледяного покрова

---

### ПРОЧНЫЙ ЛЕД

Цвет прозрачный с зеленоватым или синеватым оттенком.

На открытом бесшумном пространстве всегда лед толще

**ЗАПРЕЩАЕТСЯ:**

- 1 Проверять прочность льда ударом ноги
- 2 Переходить через водоем в необорудованных местах
- 3 Выходить на лед в состоянии алкогольного опьянения
- 4 Выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь)

**ПОМНИТЕ! ЕСЛИ ПРОИЗОШЛА БЕДА, ЗВОНИТЕ СПАСАТЕЛЯМ!**

Утверждено по взаимодействию со СММ администрации г. Нижневартовска