

### Если на ваших глазах провалился человек:

- Немедленно крикните ему, что идете на помощь.
- Приближайтесь к полынье ползком, широко раскинув руки. Будет лучше, если подложите лыжи или фанеру, чтобы увеличить свою площадь опоры.
- К самому краю полыньи подползать нельзя, иначе можно окажетесь в воде. Ремни или шарф, любая доска, жердь, лыжи помогут Вам спасти человека. Бросать связанные предметы нужно на 3- 4 м.
- Велите провалившемуся человеку расплестать руки по льду и работать ногами, чтобы удержаться на поверхности
- Опуститесь на колени или лягте у кромки льда и протяните человеку руку или какой-нибудь предмет (палку, веревку, одежду).
- Если нужно передвигаться по льду, ложитесь плашмя и медленно подползайте к человеку, пока он не ухватится за протянутый ему предмет .
- Вытащив человека из воды, положите его на лед плашмя, не позволяйте ему встать на ноги и идти по льду.

### Когда обращаться к врачу:

- Если человек провалился под лед, вызовите неотложную помощь как можно скорее.
- Если человек, вытасченный из ледяной воды, потерял сознание, если он какое-то время полностью находился под водой, если у него переохлаждение или если его состояние внушает вам опасения, вызовите неотложную помощь.
- В остальных случаях обратитесь к врачу в поликлинику.



618417, Пермский край, г. Березники  
ул. В. Бирюковой, д. 3

Телефон:/факс 8 (3424)22 23 78  
почта: mshustova@inbox.ru

Муниципальное автономное  
дошкольное образовательное  
учреждение «Детский сад № 58»



**Безопасность на льду**

Для вас,  
родители

г. Березники  
2022.

## ЛЕД МОЖЕТ БЫТЬ ОПАСЕН!

1. Лед зеленоватого оттенка, толщиной 7 см - безопасный, он выдерживает одного человека.

2. Непрочный лёд - около стока воды (с фабрик, заводов).

3. Тонкий и рыхлый лёд - вблизи камыша, кустов, под сугробами.

4. Ненадёжный тонкий лёд - в местах, где бьют ключи, быстрое течение или там, где впадают в ручьёв ручьи.

### Запрещается:

- Выходить по одному на неокрепший лёд.

- Собираться группой на небольшом участке льда.

- Проверять на прочность льда ударами ног, клюшками.

- Переходить водоем по неокрепшему льду друг за другом на большом расстоянии.

- Идти по льду, засунув руки в карманы. Нести за спиной прочно надетый рюкзак.

## Можно и нужно:

- Не рисковать! Если лёд трескается и прогибается, остановиться немедленно и сойти со льда.

- Удостовериться в прочности льда. Спросить разрешения перехода у взрослых.

- Замёрзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: крепления лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

- При вынужденном переходе водоёма безопаснее всего придерживаться проторённых троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лёд, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

- Площадки под снегом следует обойти.

- При переходе водоёма группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5 - 6 м).

- Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо.

- 

## Если вы провалились под лёд:

- Необходимо широко раскинуть руки по краям льда, удерживаться от погружения с головой;

- Переберитесь к тому краю полыньи, пролома, где течение не увлекает Вас под лёд.

- Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбираться на лёд, наползая грудью и поочерёдно вытаскивая на поверхность ноги, широко расставив их.

- Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, откуда вы пришли.

- Добравшись до берега, идите быстро домой, переоденьтесь в тёплую, сухую одежду выпейте горячий чай.

