

**ПРАВИЛА  
БЕЗОПАСНОГО  
ПОВЕДЕНИЯ  
НА ЛЬДУ**

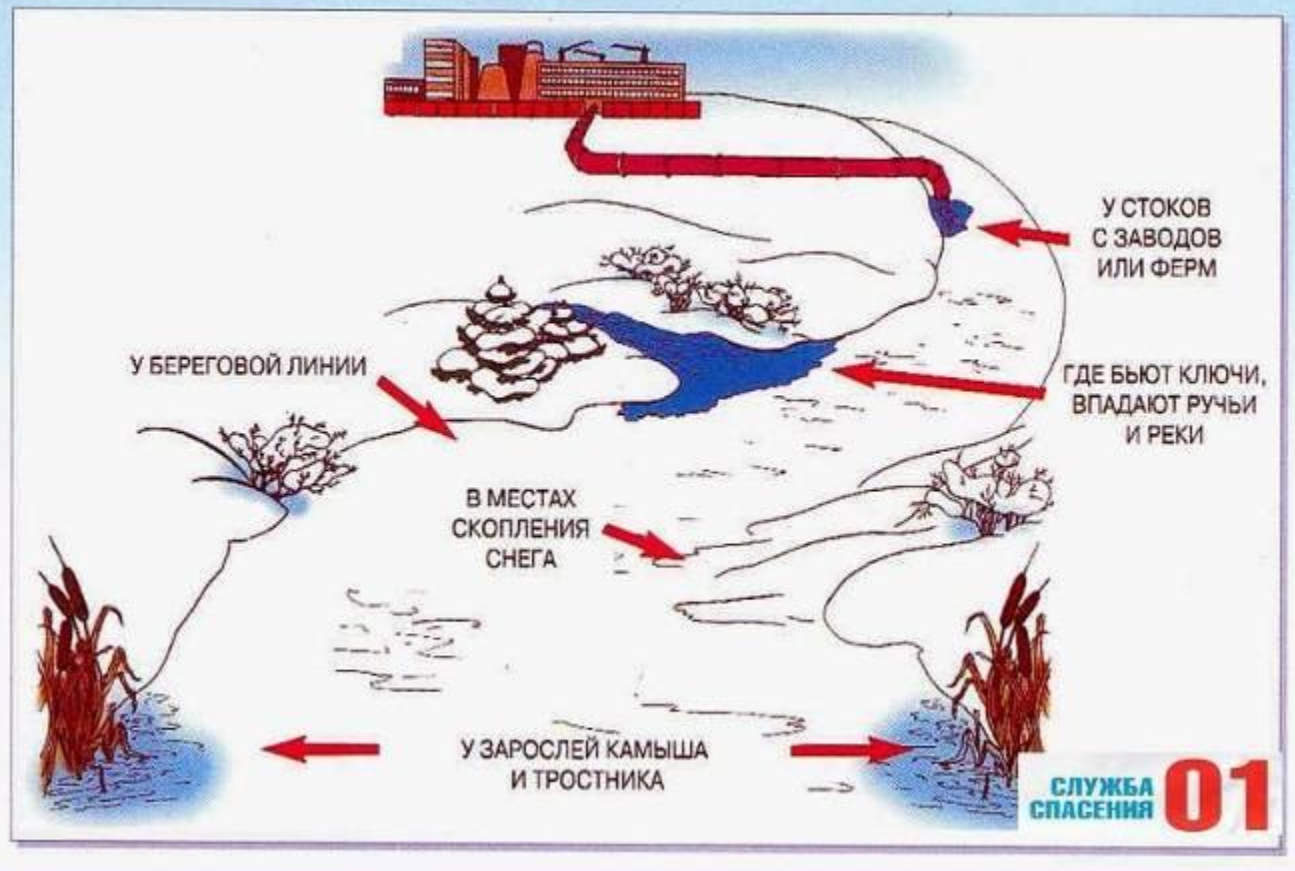
# Безопасность на

Под весенними лучами  
солнца лед на водоемах  
становится рыхлым и  
непрочным.



В это время выходить на его поверхность крайне опасно. Однако каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий лед, тем самым подвергают себя опасности.

- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров - в соленой.
- Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3 дней, то прочность льда снижается на 25%.
- Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, прочность льда белого цвета в 2 раза меньше, а самый ненадежный лед, серого, матово-белого цвета или с желтоватым оттенком.



В устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районе произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.



**Не ходи один по льду.  
Можешь ты попасть в беду –  
В лунку или в полынью,  
И загубишь жизнь свою.**



# Если ты попал в беду

*Что делать, если вы уже провалились  
в холодную воду?*

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание. Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
- Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом другую ноги на лед. Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу. Ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь там лед уже проверен на прочность.

# Если нужна ТВОЯ ПОМОЩЬ

- Вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарф, ремень или одежду.
- Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собой спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.
- Остановитесь от находящегося в полынье человека в нескольких метрах, 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.

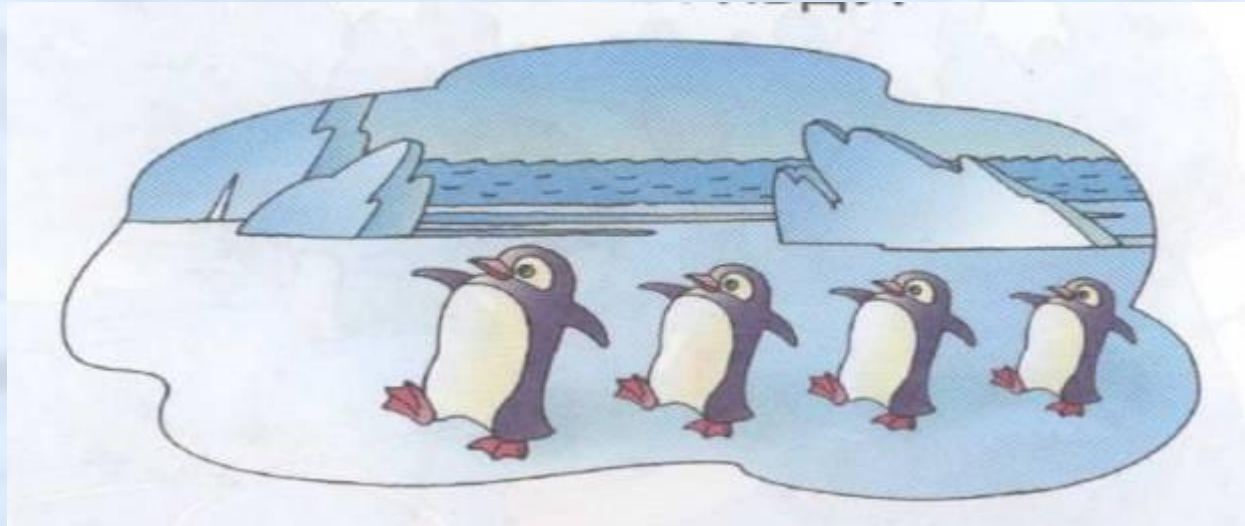


# Если нужна ТВОЯ ПОМОЩЬ

- **Доставьте пострадавшего в теплое место.  
Окажите ему помощь:**
- **Снимите с него мокрую одежду**
- **Энергично разотрите его тело  
(до покраснения кожи)**
- **Напоите пострадавшего горячим чаем  
(ни в коем случае нельзя давать пострадавшему  
алкоголь – это может привести к летальному  
исходу).**



**Предвидеть опасность!  
По возможности избегать её!**



**Человек! Ты – не пингвин.  
Не гуляй один среди льдин!**

**Материал подготовила:**  
**Хлучина Т.А., социальный педагог**  
**МОУ ДОД ЦВР**

ССЫЛКИ: <http://www.spas-txtreme.ru>  
[www.900igr.net](http://www.900igr.net)