

A first-person perspective shot of someone walking on a frozen body of water. The ice is thin and covered in a complex network of cracks. The person's feet, wearing brown boots, are visible at the bottom of the frame. The background shows a dark, wooded area under a bright sky.

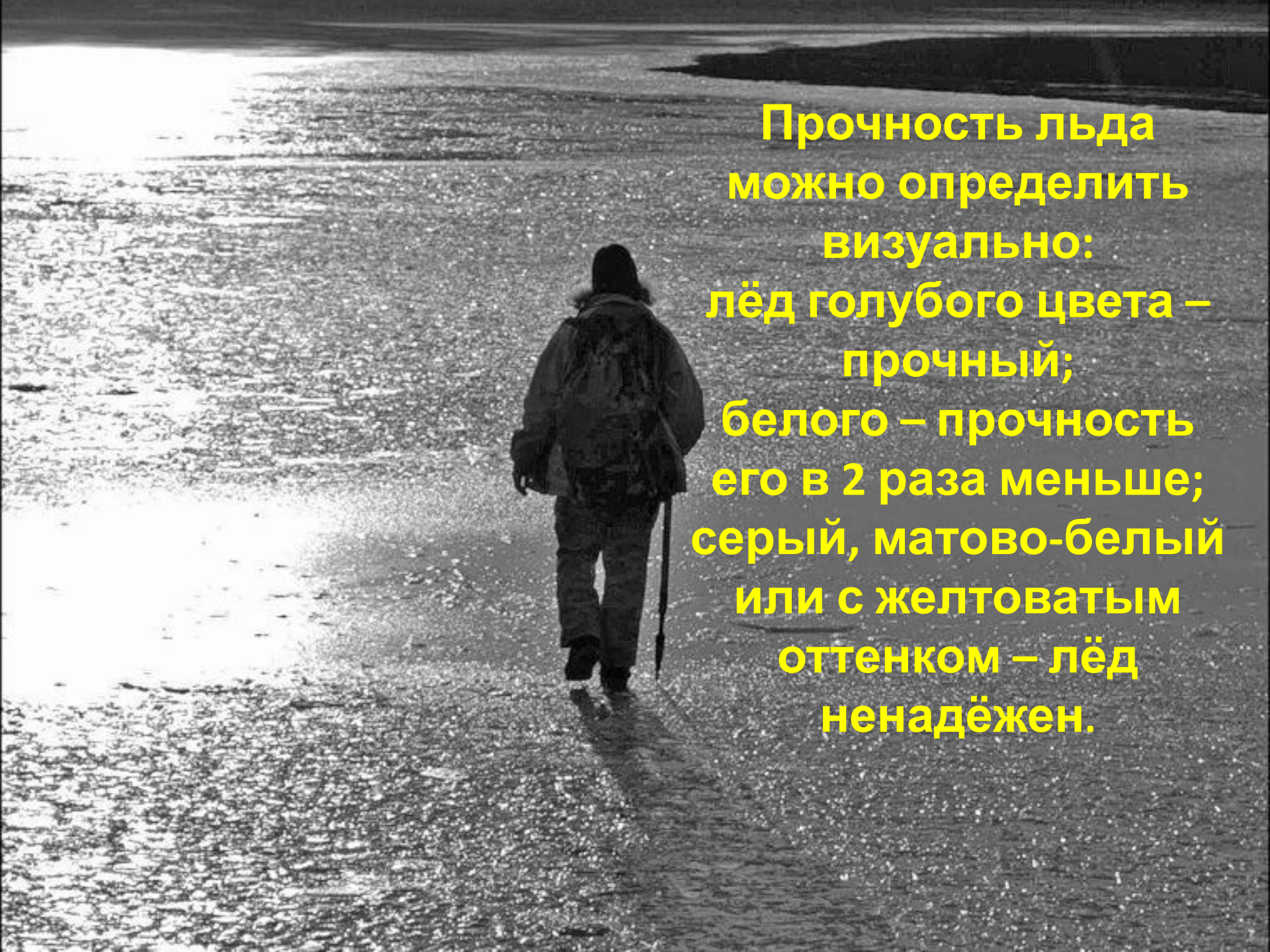
**Осторожно:  
ТОНКИЙ лёд!**



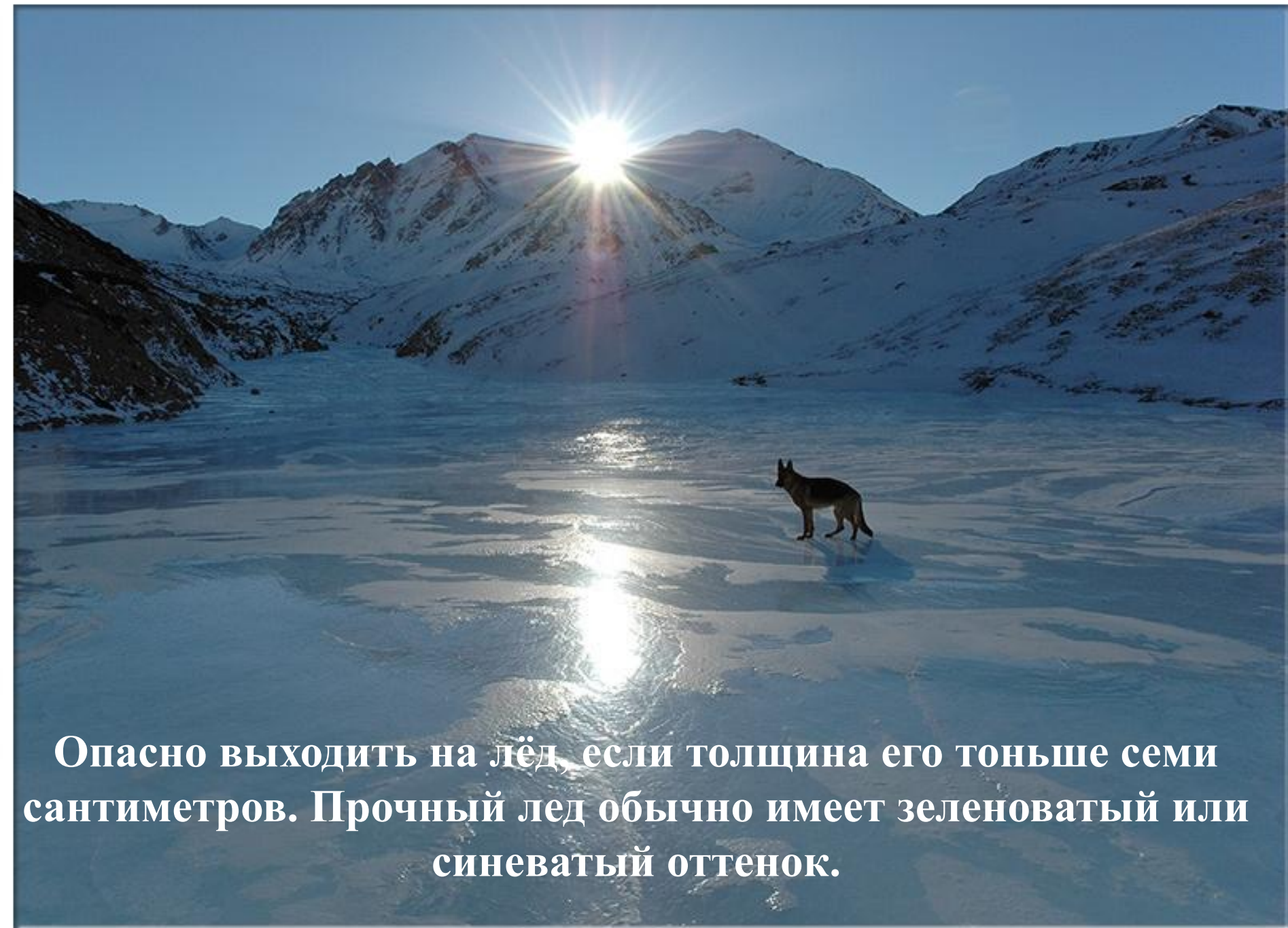
Толщина льда на водоеме не везде одинакова, в устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Чрезвычайно ненадежен лёд под снегом и сугробами.

**Особую осторожность следует проявлять в местах с быстрым течением и на родниках, куда вливаются тёплые сточные воды промышленных предприятий.**





**Прочность льда  
можно определить  
визуально:  
лёд голубого цвета –  
прочный;  
белого – прочность  
его в 2 раза меньше;  
серый, матово-белый  
или с желтоватым  
оттенком – лёд  
ненадёжен.**



**Опасно выходить на лёд, если толщина его тоньше семи сантиметров. Прочный лёд обычно имеет зеленоватый или синеватый оттенок.**

Нельзя проверять прочность льда  
ударом ноги.



**Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь**




**Замерзшую реку или озеро лучше переходить на лыжах, при этом крепления нужно расстегнуть, лыжные палки – держать в руках, не накидывая петли на кисти рук. Если есть рюкзак, необходимо повесить его на одно плечо, а еще лучше - волоките на веревке в 2-3 метрах сзади.**

**Это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится**



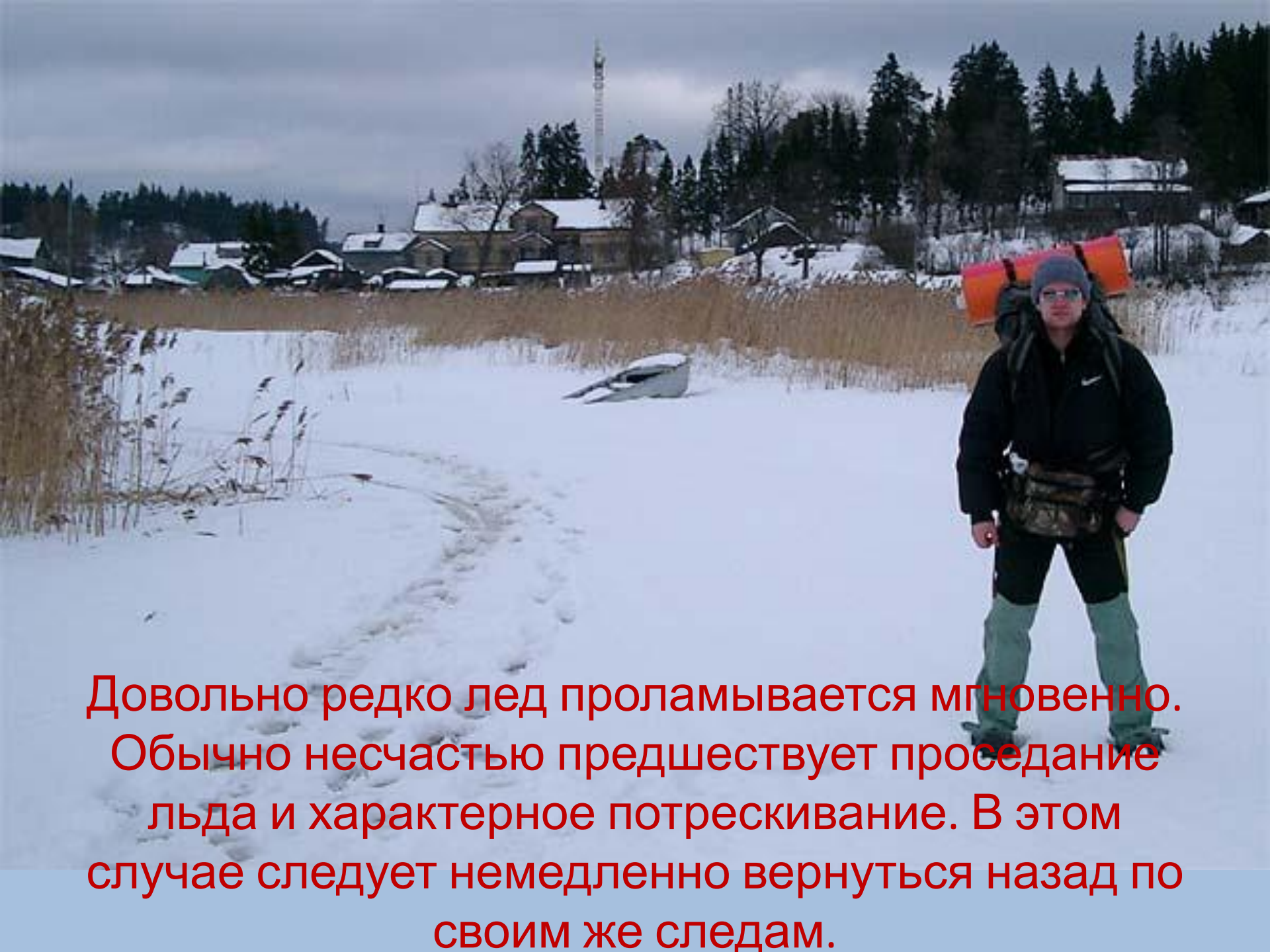


A photograph of two people ice fishing on a frozen lake. The person in the foreground is wearing a dark jacket and pants, and is using a long-handled tool to clear ice from a hole. The person in the background is wearing a blue jacket and pants, and is also using a long-handled tool. The ice is a light blue color, and the background shows a line of trees under a clear sky.

Для любителей подлёдного лова  
необходимо соблюдать свои меры  
предосторожности:  
не пробивать несколько лунок  
рядом; не собираться большими  
группами в одном месте; не ловить  
рыбу возле промоин.

Выходить на берег, спускаться на лед и идти по нему безопаснее по уже протоптанным дорожкам, причем поодиночке, сохраняя интервал не менее пяти метров.





Довольно редко лед проламывается мгновенно. Обычно несчастью предшествует проседание льда и характерное потрескивание. В этом случае следует немедленно вернуться назад по своим же следам.



## ***Если Вы 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.

- Попробуйте осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед.

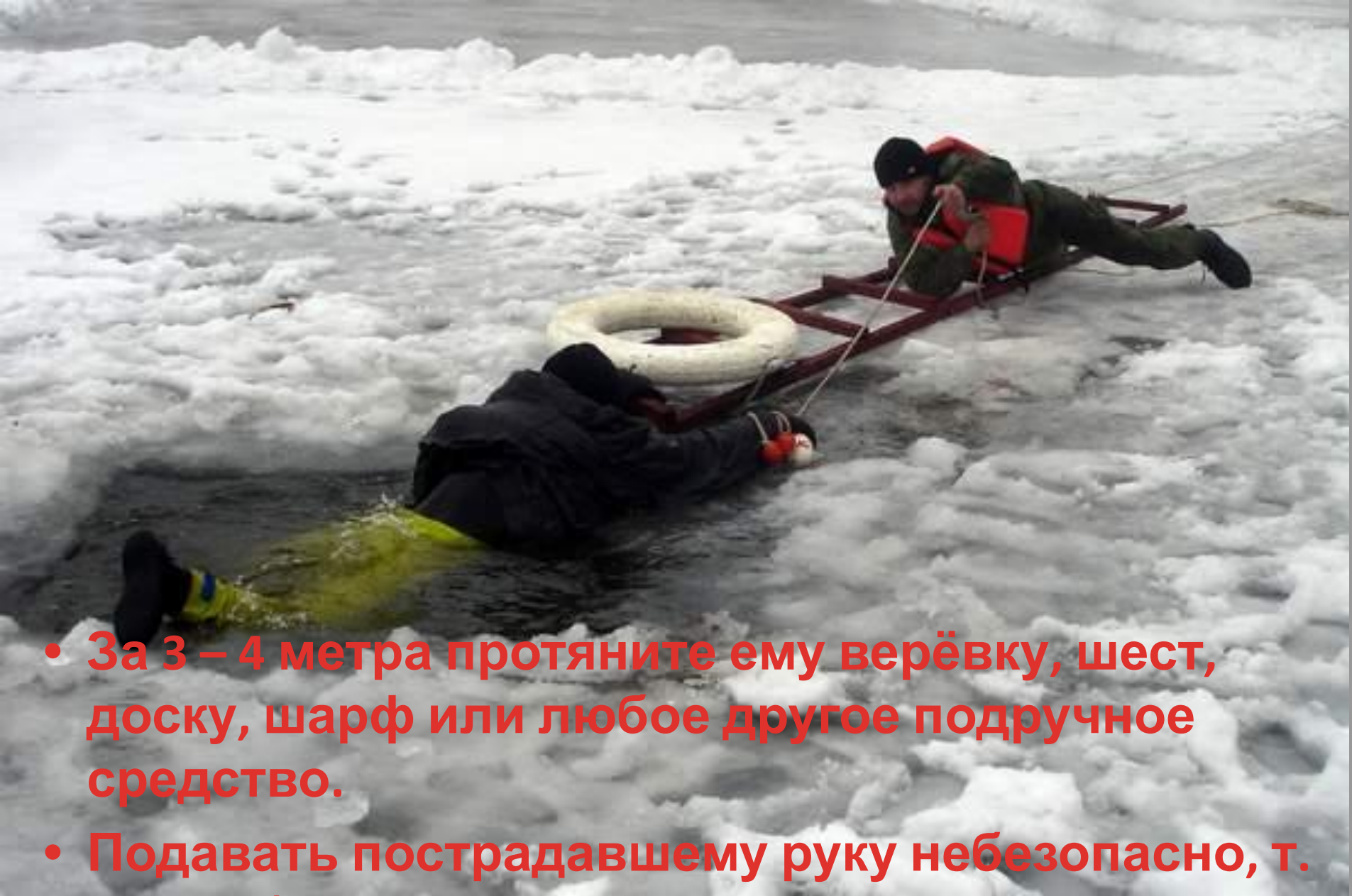


- Если лёд выдержал, медленно ползите к берегу. Наиболее безопасно выбираться из полыни перекатываясь со спины на живот.
- Ползите в ту сторону – откуда пришли, ведь лёд здесь уже проверен на прочность.

# Если случилась беда и нужна Ваша

- **Помощь:** Подходите к полынье очень осторожно, лучше подползайте по-пластунски.
- Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.





- За 3 – 4 метра протяните ему верёвку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство.
- Подавать пострадавшему руку небезопасно, т. к., приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лёд и не только не поможете, но и



Спасённого из воды человека нужно немедленно переодеть в сухую одежду, дать горячего чаю и съесть что-нибудь сладкое и заставить активно двигаться до тех пор, пока он не согреется.