

Инструкция

Правила поведения на льду

Не входите на тонкий неокрепший лёд.
Не скатывайтесь на санках, лыжах с крутых берегов на тонкий лёд.
Не приближайтесь к промоинам, трещинам и прорубям на льду.
Не собирайтесь группами на отдельных участках льда.
Не проходите водоём по льду в запрещённых местах.

Осторожно

Слабый лёд там, где в водоём впадают ручьи, промышленные стоки, бьют родники или сильное течение
Будьте внимательны
Обходите места с тёмными пятнами на снегу
Несколько человек должны идти гуськом с интервалом 5-6 метров
Массовые катания на коньках разрешаются при толщине льда не менее 25 см.

Если под вами проломился лёд

Раскиньте руки в стороны и постарайтесь лечь на лёд грудью или спиной, примите горизонтальное положение, уперевшись ногами в противоположный край провала или делая ногами плавательные движения. Вытащите на лёд сначала одну ногу, затем другую. Перекатитесь, а затем отползите подальше от места провала. Одновременно громко зовите на помощь.

Если помощь должны оказать Вы

К месту пролома во льду не подходите стоя, а приближайтесь ползком на животе с раскинутыми в стороны руками и ногами, лучше опираться на лыжи, доску и другие подручные средства.
Приблизившись к пострадавшему на достаточное расстояние, бросьте ему один конец верёвки, троса, ремня.
Как только потерпевший схватился за поданный предмет, следует без резких движений тянуть его ползком.

Первая помощь пострадавшему

Доставить пострадавшего в тёплое помещение, согреть, напоить горячим чаем, при отсутствии дыхания и сердечной деятельности приступить к прямому массажу сердца и искусственному дыханию.

Помните!

Не соблюдение мер предосторожности на льду опасно для жизни!