

# РОДИТЕЛИ! НЕ РАЗРЕШАЙТЕ ДЕТЯМ ИГРАТЬ НА ТОНКОМ ЛЬДУ!



Официальная страница Курганской области ВКонтакте и в Одноклассниках

# ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЕД:

- ✓ не паникуйте, стабилизируйте дыхание, не делайте резких движений
- ✓ раскиньте руки в стороны, постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения
- ✓ постарайтесь налечь грудью на кромку льда, закинуть на лед сначала одну ногу, а затем другую
- ✓ если лед выдержал - перекатываясь, ползите к берегу - в ту сторону, откуда пришли (лед в этом месте уже проверен на прочность)
- ✓ выбравшись на сушу, постарайтесь как можно быстрее согреться - переохлаждение может привести к серьезным последствиям



# ЕСЛИ ЧЕЛОВЕК ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЕД:

- ✓ попросите кого-нибудь вызвать спасателей,  
**ТЕЛЕФОН 112**
- ✓ возьмите любой длинный предмет:  
палку, доску, лыжи, веревку. Можно связать несколько шарфов, ремней, использовать одежду
- ✓ передвигайтесь ползком,  
широко расставив руки и ноги
- ✓ остановитесь в нескольких метрах от тонущего,  
бросьте ему конец веревки, край одежды,  
палку, доску, лыжи
- ✓ действуйте решительно и осторожно
- ✓ аккуратно вытащите пострадавшего на лед  
и вместе с ним ползком выбирайтесь из опасной зоны
- ✓ как можно быстрее доставьте пострадавшего  
в теплое место (помещение, автомобиль)



# ПОСЛЕ ТОГО, КАК ВЫ ВМЕСТЕ С ПОСТРАДАВШИМ ВЫБРАЛИСЬ ИЗ ВОДЫ:

- ✓ окажите пострадавшему первую помощь:  
снимите с него мокрую одежду, разотрите тело до легкого покраснения, напоите горячим сладким чаем
- ✓ дайте ему сухую одежду
- ✓ передайте пострадавшего прибывшим медикам или спасателям
- ✓ не давайте пострадавшему алкоголь!  
Это может ухудшить его состояние



# БОЛЕЕ ХРУПКИЙ ЛЕД:

- ❗ в устьях рек
- ❗ на участках с сильным течением
- ❗ вблизи камыша, деревьев, бьющих ключей, сточных вод

