



# БЕЗОПАСНОСТЬ НА ЛЬДУ

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



**НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЕД В ОДИНОЧКУ!  
НЕ ПРОВЕРЯЙТЕ ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА НОГАМИ!  
БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ, ОСТОРОЖНЫ И ГОТОВЫ  
В ЛЮБУЮ МИНУТУ К ОПАСНОСТИ!**



**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ!  
ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ПОЛЫНИ,  
ТРЕЩИНЫ ИЛУНКИ!**



**ВНИМАНИЕ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД  
СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ГЛУБОКИЕ  
ТРЕЩИНЫ И РАЗЛОМЫ.**



**ОСТОРОЖНО! В ЭТИХ МЕСТАХ ДАЖЕ  
ПОСЛЕ СИЛЬНЫХ МОРОЗОВ СЛАБЫЙ  
ЛЕД!**



**ВНИМАНИЕ! ЕСЛИ ПОД ВАМИ ЗАТРЕЩАЛ  
ЛЕД И ПОВЫЛИСЬ ТРЕЩИНЫ НЕ  
ПУГАЙТЕСЬ И НЕ БЕГИТЕ ОТ ОПАСНОСТИ!  
ПЛАВНО ПОЖИТЕСЬ НА ЛЕД И  
ПЕРЕКАТЫВАЙТЕСЬ В БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО!**



**ПОМНИТЕ! БЫСТРОЕ ОКАЗАНИЕ  
ПОМОЩИ ПОПАВШИМ В БЕДУ  
ВОЗМОЖНО ТОЛЬКО В ЗОНЕ  
РАЗРЕШЕННОГО ПЕРЕХОДА!**

## ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ НА ЛЬДУ



**НЕ ПОДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ! НЕ КРИЧИТЕ,  
НЕ ЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ, БЕРЕГИТЕ СИЛЫ!  
НАПОЛЗАЙТЕ НА ЛЕД С ШИРОКО  
РАССТАВЛЕННЫМИ РУКАМИ.  
ДЕЛАЙТЕ ПОПЫТКИ ЕЩЕ И ЕЩЕ.**



**ПРИ СПАСЕНИИ ДЕЙСТВУЙТЕ БЫСТРО,  
РЕШИТЕЛЬНО, НО ПРЕДЕЛЬНО ОСТОРОЖНО.  
ГРОМКО ПОДБАДРИВАЙТЕ СПАСАЕМОГО.  
ПОДАВАЙТЕ СПАСАТЕЛЬНЫЙ ПРЕДМЕТ С  
РАССТОЯНИЯ 3-4 МЕТРА.**



### СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

ДОСКА  
ЛЕСТНИЦА  
ВЕРЕВКА С ПЕТЛЯМИ НА КОНЦАХ  
СВЯЗАННЫЕ РЕМНИ  
КОНЕЦ АЛЕКСАНДРОВА  
БОЛЬШАЯ ВЕТКА  
БАГОР



**ДАЙТЕ ПОСТРАДАВШЕМУ ЧАСТЬ  
СВОЕЙ ОДЕЖДЫ. РАЗВЕДИТЕ КОСТЕР И  
ОБЕГРЕЙТЕ ПОСТРАДАВШЕГО. ВЫЗОВИТЕ  
СПАСАТЕЛЕЙ ИЛИ «СКОРУЮ ПОМОЩЬ».**



**ВЫБРАВШИСЬ, ИЗ ПРУРУБИ СНИМИТЕ,  
ТЩАТЕЛЬНО ОТОЖИМИТЕ И СНОВА  
НАДЕНЬТЕ ОДЕЖДУ. БЕГОМ СЛЕДУЙТЕ  
К БЛИЖАЙШЕМУ НАСЕЛЕННОМУ ПУНКТУ.  
ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЕЙ ИЛИ «СКОРУЮ».**



**НЕ ДОПУСКАЙТЕ ОМОРОЖЕНИЯ И ЗАМЕРЗАНИЯ.  
ПРИЗНАКИ ОМОРОЖЕНИЯ - ПОСЛЕДЕНИЯ КОЖИ И ПОТЕРЯ  
ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ НА ПОБЛИЖЕВШЕМ УЧАСТКЕ. СОВЕТ -  
ПЛАВНО РАСТУРАЙ, ОБОГРЕВАЙТЕСЬ РУКАМИ ИДИТЕ  
ДОМОЙ, СНЕГОМ НЕ РАСТИРАЙТЕ ПРИЗНАКИ ЗАМЕРЗАНИЯ -  
ОЗНОБ, ВЯЛОСТЬ, ЧУВСТВО УСТАЛОСТИ, ТЯГА КО СНУ. СОВЕТ -  
ПОЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ ДРУЗЕЙ И БЕГОМ С НИМИ ДОМОЙ.**

## ЕСЛИ ЛЁД ПОД ТОБОЙ ЗАТРЕЩАЛ:

- Не беги, не делай резких движений.
- Медленно и плавно ложись на лёд.
- Ползи в том направлении, откуда пришёл.



## ЕСЛИ ТЫ ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЁД

- Сохраняй спокойствие.
- Не трать силы на лишние движения.
- Широко раскинь руки, чтобы увеличить площадь опоры.
- Громко позови на помощь.
- Избавься от лишней тяжести (скинь рюкзак, если сможешь, сини ногами обуви).
- Выбирайся с той стороны, откуда пришёл.





- Осторожно боком или грудью навались на край льдины.
- Ногами упирайся в противоположный край льда.
- Выбравшись, откатись на 3-4 метра боком в ту сторону, откуда пришёл.
- Ползи к берегу.

- На берегуними всю одежду, отожми и снова надень. В промокшей одежде на морозе оставаться опасно.
- Как можно скорее доберись до тепла, сообщи родителям, пусть вызовут врача.
- В ожидании врача переоденься в сухую одежду, ляг под одеяло, обложись грелками, пей горячий чай.



# Правила поведения на водоемах весной

## Опасные места зимнего водоема



Толщина льда на водоеме не везде одинакова.

**Тонкий лед находится:**

- у берегов,
- в районе перекатов и стремнин,
- в местах слияния рек или их впадения в море (озеро),
- на изгибах, излучинах,
- около вмерзших предметов,
- подземных источников,
- в местах слива в водоемы теплых вод и канализационных стоков.

Чрезвычайно опасным и ненадежным является лед под снегом и сугробами.

Опасность представляют собой полыньи, проруби, трещины, лунки, которые покрыты тонким слоем льда.

В период весеннего таяния лед становится пористым и слабым, покрывается талой водой, размягчается, приобретает беловатый цвет. Выходить на такой лед чрезвычайно опасно.

**Нельзя выходить на лед одному без страховки.**

Основным условием безопасного пребывания школьников на льду является соответствие его толщины прилагаемой нагрузке. Для одного человека безопасной считается толщина льда не менее 7 сантиметров. Каток можно соорудить при толщине льда 12 сантиметров и более, пешие переправы считаются безопасными при толщине льда 15 сантиметров и более, легковые автомобили могут выезжать на лед толщиной не менее 30 сантиметров. Для определения толщины льда следует его прорубить, вырвать кусок и замерить толщину льда.



## Правила выхода на лед

1. Прежде чем выйти на лед, убедитесь в его прочности; помните, что человек может погибнуть в воде в результате утопления, холодного шока, а также от переохлаждения через 15-20 минут после попадания в ледяную воду;
2. используйте найденные тропы по льду. При их отсутствии стойте на берегу, наметьте маршрут движения, возьмите с собой крепкую длинную палку, обходите подозрительные места;
3. в случае появления типичных признаков непрочности льда: треск, прогибание, вода на поверхности льда немедленно вернитесь на берег, идите с широко расставленными ногами, не отрывая их от поверхности льда, в крайнем случае – ползите;
4. не допускайте скопления людей и грузов в одном месте на льду;
5. исключите случаи пребывания на льду в плохую погоду: туман, снегопад, дождь, а так же ночью;



6. не катайтесь на льдинах, обходите перекаты, полыньи, проруби, край льда. При отсутствии уверенности в безопасности пребывания на льду лучше обойти опасный участок по берегу или дождаться надежного замерзания водоема;
7. никогда не проверяйте прочность льда ударом ноги.

## Что делать, если лед под вами проломился

1. не паникуйте, сбросьте тяжелые вещи, удерживайтесь на плаву, зовите на помощь;
2. обпритесь на край льдины широко расправленными руками, при наличии сильного течения согните ноги, снимите обувь, в которую набралась вода;
3. старайтесь не обламывать кромку льда, навалитесь на нее грудью, поочередно поднимите и вытяните ноги на льдину;
4. держите голову высоко над поверхностью воды, постоянно зовите на помощь.

**В неглубоком водоеме можно:**

1. резко оттолкнуться от дна и выбраться на лед;
2. передвигаться по льду к берегу, проламывая перед собой лед.

В глубоком водоеме нужно пытаться выбраться на лед самостоятельно. Для этого необходимо опереться в край льдины руками, лечь на нее грудью и животом, вытянуть поочередно ноги на лед. **Этот способ связан со следующими трудностями:** постоянное обламывание краев льдины, ее перероачивание и движение, быстро нарастающее охлаждение и утопление человека. После выхода из воды на лед нужно двигаться к берегу ползком или перекачиваться в том же направлении, откуда вы пришли. **Вставать и бежать нельзя, поскольку можно снова провалиться.**



# ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ ВО ВРЕМЯ ТАЯНИЯ ЛЬДА НА ВОДОЁМАХ



## РЕБЯТА, ЗАПОМНИТЕ:

- Опасно выходить на лёд во время быстрого таяния.
  - Опасно выходить на одиночных шнеках, досках, брусках и плавающих льдинах.
  - Запрещается прыгать на лёд.
  - Опасно стоять на обрывках и подвальных берёстах - они могут обвалиться в воду.
  - Если вы оказались на льду рядом с водой, каменной прищепой, жёлкой переобуться шнурками в другую сторону.
  - Если вы оказались единственным выжившим в случае аварии или смерти, не паниковать, не убежать домой, а громко звать на помощь. Водным указателем и волонтерами выучить из Воды.
  - Опасно подходить близко к дзюрия, клеща, паукам, во время таяния льда в этих местах.
  - Не восходить близко к ямам, катюшкам, канализационным люкам и колодцам.
  - Будьте осторожны во время таяния канализации и колодца.
- Не подвергайте своим жизни опасности!

## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

- Не позволяйте детям в реки без надзора взрослых, особенно во время таяния льда.
- Предупреждайте детей об опасности канализации от воды при вскрытии льда.
- Рассказывайте правила поведения в период таяния льда и в период зимы.
- Проверяйте знание водноспасательных у детей.
- Не разрешайте детям ходить на одиночных клеща, досках, брусках или плавающих льдинах.

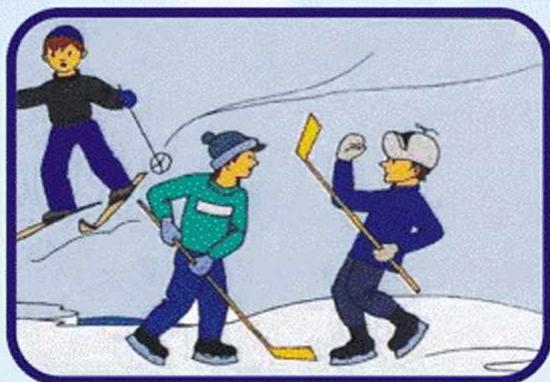
## ПОМНИТЕ!

Если случилась беда, вызывайте «Службу спасения» по телефонам: 01, 101 или 112 (с мобильного телефона)

Чем быстрее Вы обратитесь в «Службу спасения», тем быстрее придет ПОМОЩЬ!

# УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

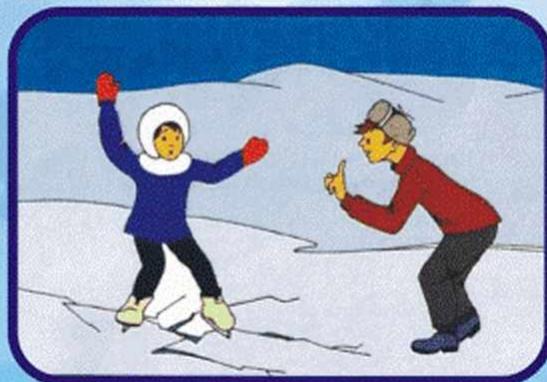
ПРОСИМ ВАС  
ВНИМАТЕЛЬНО ОТНЕСТИСЬ  
К ВОПРОСАМ БЕЗОПАСНОСТИ  
В ОСЕННЕ-ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД  
ТОНКОГО ЛЬДА НА ВОДОЕМАХ



**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ!**

Под снегом могут быть полыньи, трещины и лунки

ПОМНИТЕ, ЧТО НАШЕ УВАЖЕНИЕ  
К ВОДНОЙ СТИХИИ СЕЙЧАС,  
СЧАСТЛИВАЯ  
И БЕЗОПАСНАЯ ЖИЗНЬ  
НАШИХ ДЕТЕЙ В БУДУЩЕМ.  
ПРОСТО ПОГОВОРИТЕ ОБ ЭТОМ  
С ВАШИМ РЕБЕНКОМ



Если под вами затрещал лед  
и появились трещины, не пугайтесь и не бегите от опасности!  
плавно ложитесь на лед и перекатывайтесь в безопасное место!



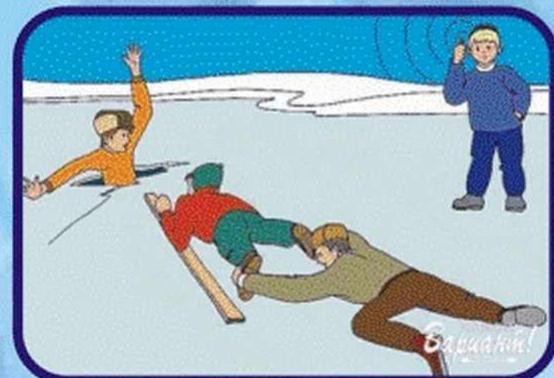
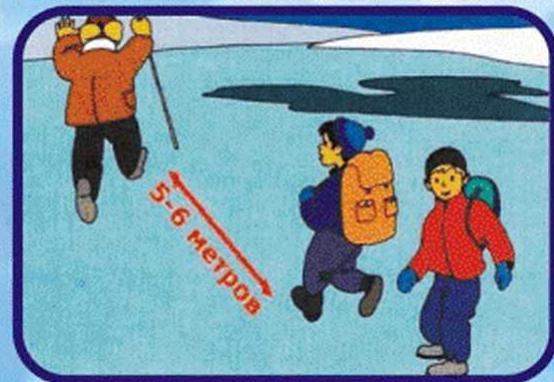
**ВНИМАНИЕ!**

В таких местах под снегом могут быть  
глубокие трещины и разломы



**ПОМНИТЕ!**

Быстрое оказание помощи попавшему в беду возможно  
только в зоне разрешенного перехода



**Опасно выходить на лед в одиночку!**

## МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ



**Опасно вылезать  
на лед в одиночку!**



**Внимание!**  
В таких местах лед может  
быть особенно тонким  
и рыхлым.



Если лед уже треснул под  
вас, попытайтесь трезво не дунуться  
и не бежать от опасности!  
Попытайтесь не упасть и придержаться,  
если возможно, за что-то!



**Вражде осторожны!**  
Лед может быть тонким,  
трещины или провалы!

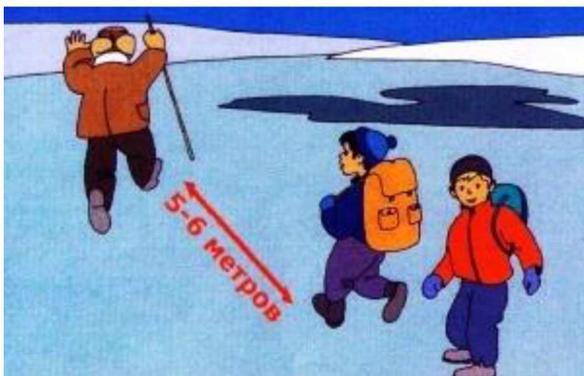


**Осторожно!**  
В этих местах даже в сильный  
жоры тонкий лед!



**Внимание!**  
Быстро покиньте место  
поиску и бегите к безопасному месту  
в зоне разрывов ледяной поверхности!

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ НА ЛЬДУ



### Правила поведения на льду

Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).

Безопаснее всего выходить на берег и спускаться в местах, где лед виден и не покрыт снегом.

При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне, или пользоваться ледовыми переправами.

Если есть рюкзак или ранец, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалился.

Не выходите на лед в одиночку. Ходить лучше компанией по 2-3 человека. Не ходите и не катайтесь на льду в незнакомых местах, особенно в ночное время.

Если Вы передвигаетесь группой, то двигаться нужно друг за другом, сохраняя интервал не менее 5-6 метров, также необходимо быть готовым оказать помощь товарищу.

При перевозке небольших грузов их следует класть на сани или брусья с большой площадью опоры на лед, чтобы избежать провала.

Внимательно слушайте и следите за тем, как ведет себя лед.

Не приближайтесь к тем местам, где растут деревья, кусты, камыши, торчат коряги, где ручьи впадают в реки, происходит сброс теплых вод с промышленных предприятий. Здесь наиболее вероятно провалиться под лед.

Не следует ходить рядом с трещинами или по участку льда, отделенному от основного массива несколькими трещинами.

Необходимо быстро покинуть опасное место, если из пробитой лунки начинает бить фонтаном вода.

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 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.

Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.

### Если вы провалились под лед

Каждая секунда пребывания в воде работает против вас - пребывание в ледяной воде 10-15 минут опасно для жизни. Однако нужно помнить, что даже плохо плавающий человек способен некоторое время удержаться на поверхности за счет воздушной подушки, образовавшейся под одеждой.

Провалившись под лед, широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой. Постарайтесь избавиться от лишних тяжестей.

Если есть кто-то рядом, позовите на помощь.

Если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не увлекает вас под лед.

Не делайте резких движений и не обламывайте кромку.

Если достаете ногами до противоположного края провала, примите горизонтальное положение, упираясь в него ногами, вытащите на лед сначала одну ногу, затем вторую.

Приноравливайте свое тело к наиболее широкой площади опоры.

Выбираться на лед можно таким же способом, каким садятся на высокие подоконники, т.е. спиной к выбранному месту.

Как только большая часть тела окажется на льду, перекатитесь на живот и отползайте подальше от места провала.

Выбирайтесь по возможности в ту сторону, откуда пришли - там проверенный лед.

Если трещина во льду большая, пробуйте выплыть спиной.

Если Вам самостоятельно удалось выбраться в безопасное место, а до населенного пункта идти далеко и у вас нет запасных теплых вещей и нет возможности разжечь костер, то нельзя допустить переохлаждения тела. С этой целью поочередно (начиная с головы) снимайте верхнюю одежду, отжимайте и одевайте заново. Здесь пригодятся полиэтиленовые пакеты, которые можно надеть на босые ноги, руки и голову. Переодеваться нужно быстро, чтобы не замерзнуть. Из-под снега на берегу всегда торчат стебли сухой травы, можно набрать пучок и положить в валенки как стельки. Далее необходимо быстрым шагом, а лучше легким бегом направиться к дороге или населенному пункту (что ближе).

**Если Вы стали очевидцем как человек провалился под лед**

Немедленно крикните ему, что идете на помощь.

Немедленно сообщите о произошедшем в службу спасения по телефону 112.

Оказывающий помощь должен обвязаться веревкой, предварительно закрепив ее на берегу.

Из-за опасности самому попасть в полынью приближаться к провалившемуся под лед нужно лежа с раскинутыми в стороны руками и ногами.

Подложите под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползите на них.

Если под рукой имеются доски, лестницы, шести или другие предметы, то их надо использовать для оказания помощи.

Когда нет никаких подсобных предметов для оказания помощи, то два-три человека ложатся на лед и цепочкой продвигаются к пострадавшему, удерживая друг друга за ноги, а первый подает пострадавшему связанные ремни или одежду.

К самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажетесь в воде. Оказывающий помощь приближается к пострадавшему на расстояние, позволяющее подать веревку, пояс, багор, доску. Затем отползает назад и постепенно вытаскивает пострадавшего на крепкий лед.

Когда есть промоины или битый лед, необходимо использовать спасательные шлюпки, для продвижения их вперед используются кошки и багры.

Действуйте решительно и быстро, пострадавший коченеет в ледяной воде, намочшая одежда тянет его вниз.

Подав пострадавшему подручное средство, вытащите его на лед и ползком двигайтесь от опасной зоны.

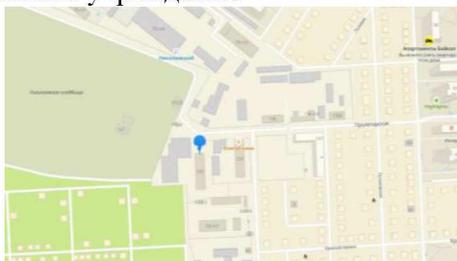
### **Первая помощь пострадавшему**

Снимите и отожмите всю одежду пострадавшего, потом снова оденьте (если нет сухой одежды) и укутайте полиэтиленом (происходит эффект парника).

Затем его необходимо как можно быстрее отправить в машину или доставить в теплое (отапливаемое) помещение, тепло укрыть, напоить горячим чаем. Если это сделать невозможно, то разведите костер и окажите максимальную помощь, можно поделиться своей сухой одеждой.

При попадании жидкости в дыхательные пути пострадавшему необходимо очистить полость рта, уложить животом на бедро так, чтобы голова свисала к земле, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких, приступить к выполнению искусственного дыхания.

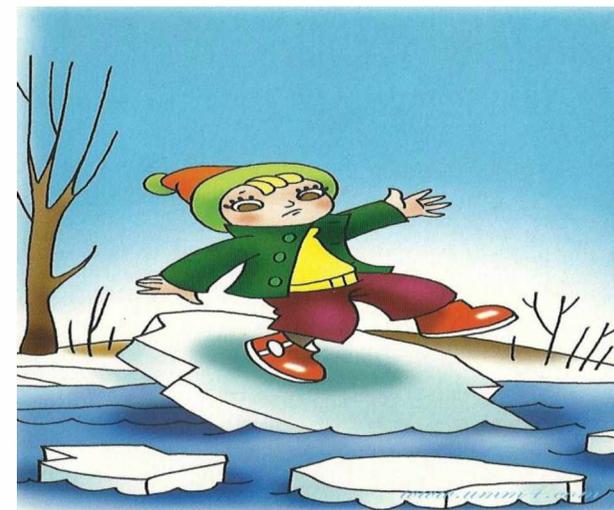
Пострадавшего необходимо направить в медицинское учреждение.



Краевое государственное казенное образовательное учреждение ДПО «Институт региональной безопасности» находится по адресу:  
660100, г. Красноярск, ул. Пролетарская, 155.  
(391) 229-74-74



## **Безопасность на льду**



г. Красноярск 2022