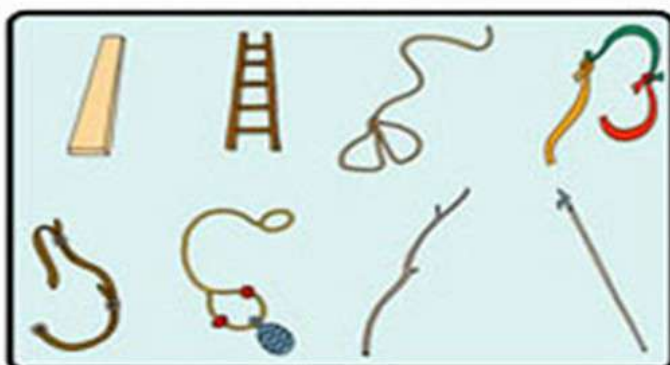




**НЕ ПОДДАВАЙТЕСЬ ПАНИКЕ  
БЕРЕГИТЕ СИЛЫ !**



**ПОДАВАЙТЕ СПАСАТЕЛЬНЫЙ  
ПРЕДМЕТ С 3-4 МЕТРОВ**



**СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ**



**ОБОГРЕЙТЕ ПОСТРАДАВШЕГО  
И ВЫЗОВИТЕ СПАСАТЕЛЕЙ**



**СРОЧНО СЛЕДУЙТЕ В  
БЛИЖАЙШЕЕ СЕЛЕНИЕ**



**НЕ ДОПУСКАЙТЕ ОБМОРОЖЕНИЯ  
И ЗАМЕРЗАНИЯ**



## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ И МЕРЫ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДНЫХ ОБЪЕКТАХ В ЗИМНИЙ ПЕРИОД



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



**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 ПОЛЫНИИ ,ТРЕЩИНЫ  
ИЛИ ЛУНКИ !**



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



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



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

# КАК ВЫБРАТЬСЯ ИЗ ПОЛЫНИ



Не погружаться в воду с головой



Не паниковать, позвать на помощь



Выбираться в сторону, с которой произошло падение



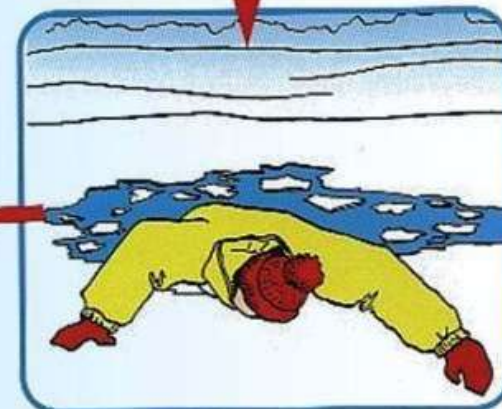
Не отдыхая, бежать к близкому жилью



Проползти 3-4 метра по своим следам



Забросить на лед ногу, откатиться от полыни



Наползать на лед, раскинув руки в стороны