

## Внимание!

Уважаемые жители города, прежде чем выйти на лёд помните, что человек может погибнуть в воде в результате утопления или шока от переохлаждения. Никогда не проверяйте прочность льда ударами ноги. Не выходите на лёд в плохую погоду: туман, снегопад, дождь, а также ночью. **Взрослые!** Не оставляйте без внимания игры детей на льду водоемов!

### Напоминаем Вам о мерах оказания само- и взаимопомощи на льду водоема:

Если лёд под вашими ногами провалился, нужно быстро освободиться от сумок, широко раскинуть руки, лечь на живот и выбираться на берег полыни. А затем ползти дальше от опасной зоны и двигаться обязательно в ту сторону, откуда пришли. Выбираться на лёд нужно путем перекачивания со спины на живот.

### Если вы провалились в полынь



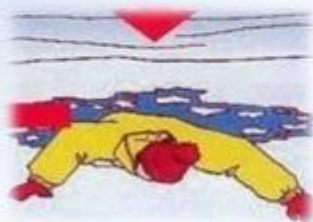
**Не погружаться в воду с головой**



**Не паниковать, позвать на помощь**



**Выбираться в сторону, с которой произошло падение**



**Наползать на лёд, раскинув руки в стороны**



**Забросить на лёд ногу, откатиться от полыни**



**Проползти 3-4 метра по своим следам**



**Не отдыхая, бежать к близкому жилью**

### Меры оказания само- и взаимопомощи на льду водоема:

Если кто-то на ваших глазах провалился под лёд – помните, нельзя близко подходить к провалившемуся, нужно приближаться лежа с раскинутыми в сторону руками и ногами, для оказания помощи использовать подручные средства: палки, доски, веревки, ремень, шарф и т.д.

