

## Как выбраться из полыньи

**Как выбраться из полыньи**

Правительство Хабаровского края **ПРЕДУПРЕЖДАЕТ!**  
Пренебрежение Правилами охраны жизни людей на водных объектах **ОПАСНО** для Вашей жизни!

Не погружаться в воду с головой

Не паниковать, позвать на помощь

Выбраться в сторону, с которой произошло падение

Не отдыхая, бежать к ближайшему жилью

Проползти 3-4 метра по своим следам

Забросить на лед ногу, откатиться от полыньи

Наползая на лед, раскинув руки в стороны

## Опасные места у водоемов!

**ОПАСНЫЕ МЕСТА У ВОДОЕМОВ!**

Правительство Хабаровского края **ПРЕДУПРЕЖДАЕТ!**  
Пренебрежение Правилами охраны жизни людей на водных объектах **ОПАСНО** для Вашей жизни!

У СТОКОВ С ЗАВОДОВ ИЛИ ФЕРМ

ГДЕ БЬЮТ КЛЮЧИ, ВПАДАЮТ РУЧЬИ И РЕКИ

У ЗАРОСЛЕЙ КАМЫША И ТРОСТНИКА

В МЕСТАХ СКОПЛЕНИЯ СНЕГА

У БЕРЕГОВОЙ ЛИНИИ

Единый номер вызова экстренных оперативных служб **112!**

## Правила перехода по льду водоемов

**ПРАВИЛА ПЕРЕХОДА ПО ЛЬДУ ВОДОЕМОВ**

ПММО МЧС России **ПРЕДУПРЕЖДАЕТ!**  
Пренебрежение Правилами охраны жизни людей на водных объектах **ОПАСНО** для Вашей жизни!

Каждый год десятки людей погибают под толщей льда. Выход на лед водоема всегда опасен. В любом случае решающим фактором, обеспечивающим безопасность, является умение прогнозировать экстремальные ситуации. Поэтому выходя на лед, нужно быть готовым к любым неожиданностям.

Переходить водоем по льду только при хорошей видимости

Идти на лыжах, расстегнуть карманы, свисток в руке, ремни намок

Взять длинную палку, держу ее между 2 руками

Спускаться там, где не проложены лыжные трассы

Идти осторожно, проверять лед под собой

Не отрываться от палки

Если вам необходимо преодолеть опасный участок замерзшего водоема - делайте это в присутствии страхующего. Двигаться по тонкому льду нужно скользящим шагом. Особенно осторожным следует быть после снегопада. Под снегом не будут видны трещины, полыньи и проломы, а лед под снежными заносами всегда намного тоньше. В таких случаях следует передвигаться, держа в руках свист или длинную палку, проверяя прочность льда перед собой.

В случае провала под лед длинная палка или свист помогут вам выбраться из полыньи. Приблизившись к опасному участку на лыжах, снимите роказ с одного плеча, расстегните лыжные крепления, палки возьмите в одну руку. В случае необходимости вы сможете быстро освободиться от груза и лыж, а с помощью палки легче выбраться из полыньи, если вы туда угодили. Не поддавайтесь панике, почти 90% людей выбиралась из подобных ситуаций.