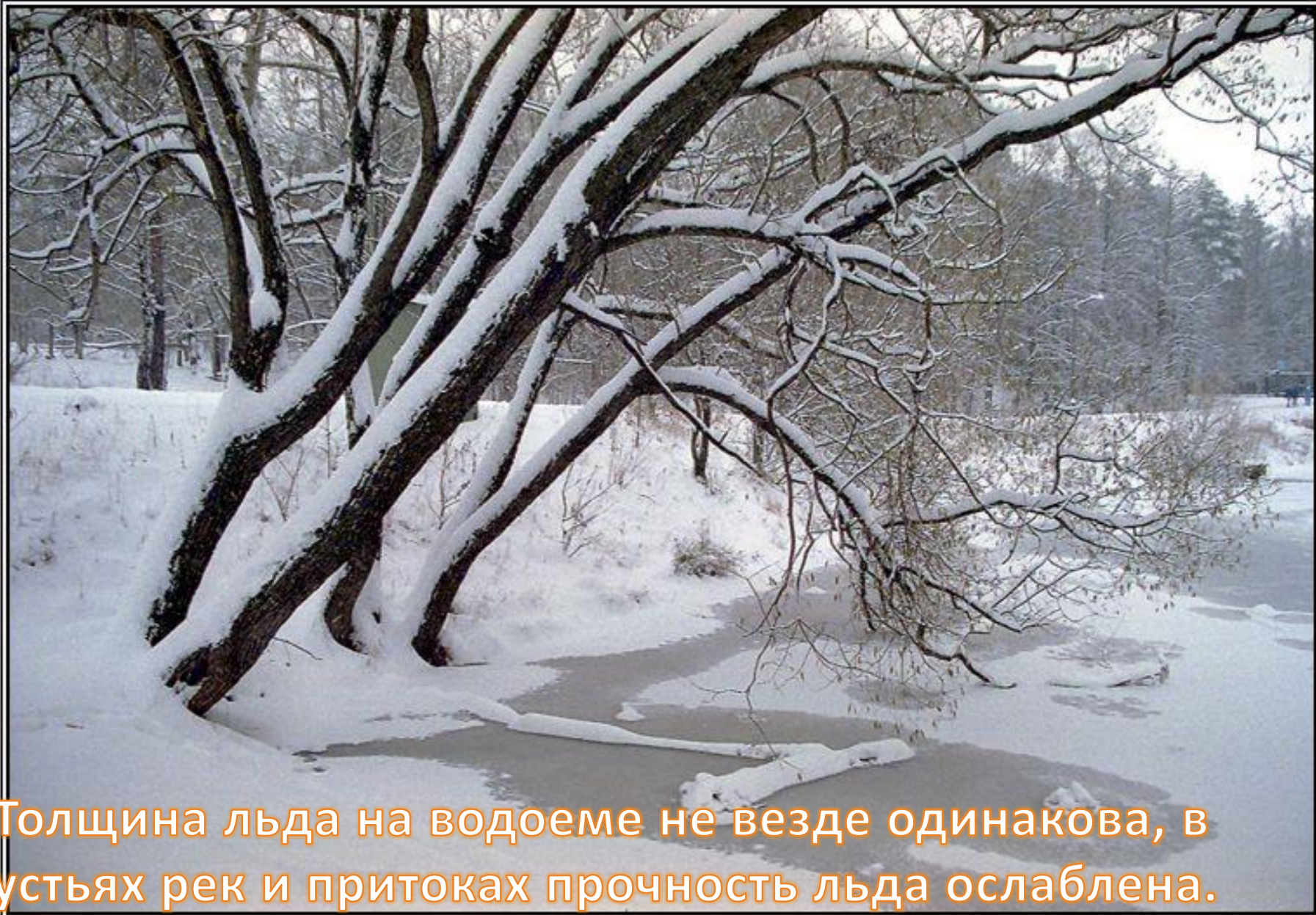


A first-person perspective shot of someone walking on a thin, cracked layer of ice. The person's feet, wearing brown boots, are visible in the foreground. The ice is dark blue and has a complex network of cracks. The background shows a snowy, mountainous landscape under a bright sky.

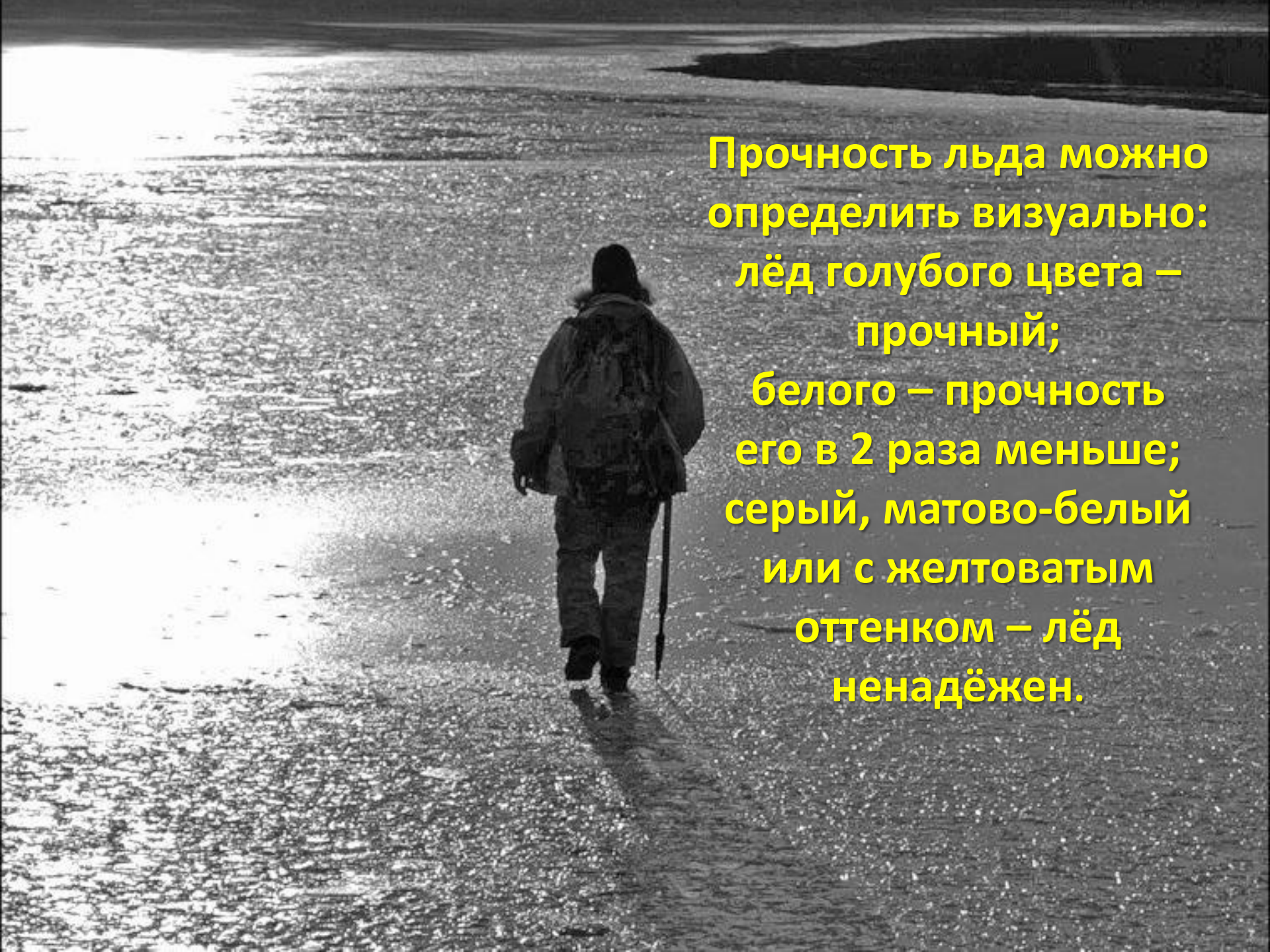
**Осторожно:
ТОНКИЙ лёд!**



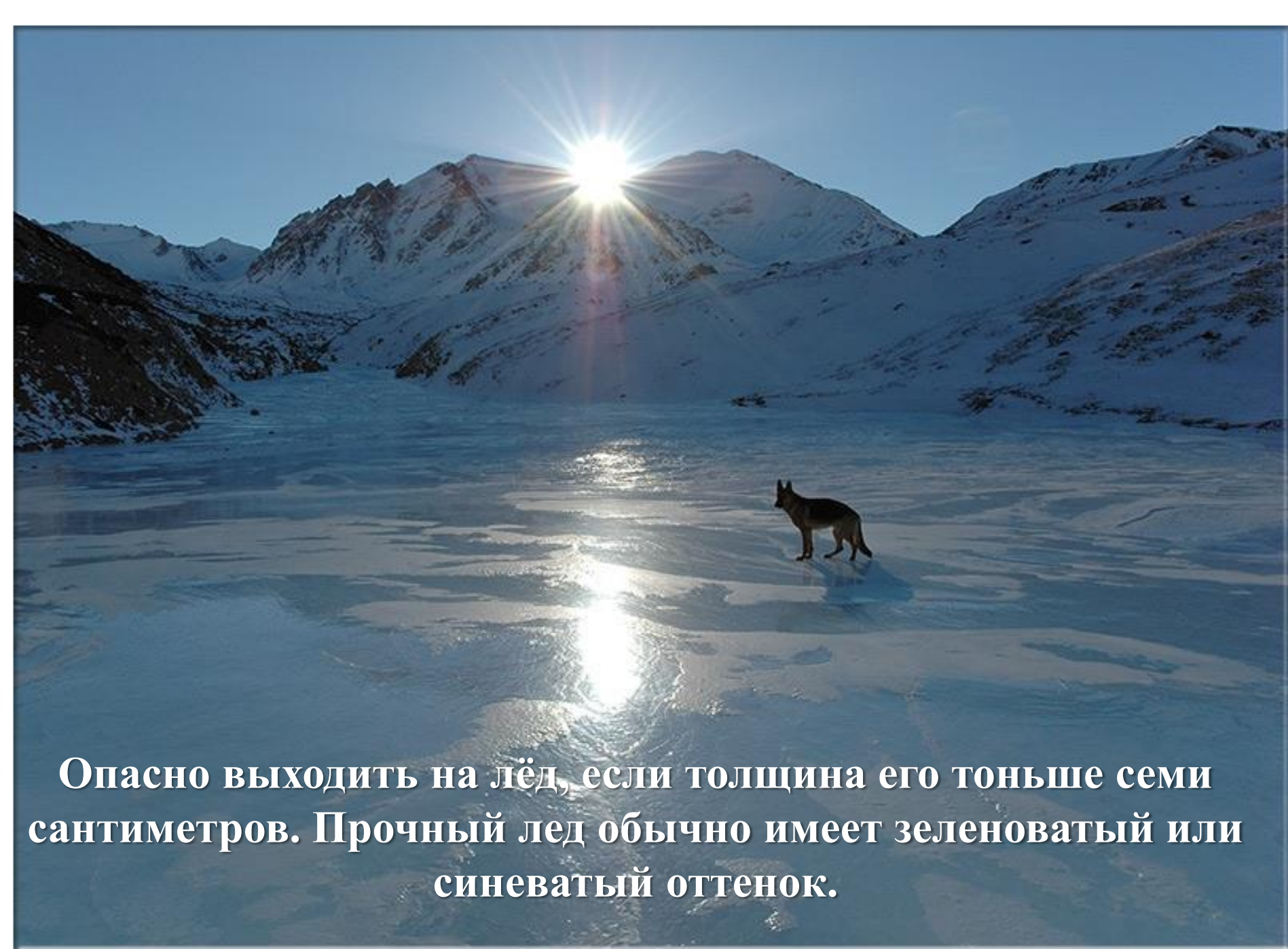
Толщина льда на водоеме не везде одинакова, в устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Чрезвычайно ненадежен лёд под снегом и сугробами.

Особую осторожность следует проявлять в местах с быстрым течением и на родниках, куда вливаются тёплые сточные воды промышленных предприятий.



A black and white photograph of a person walking away from the camera on a vast, flat, icy landscape. The person is wearing a dark, heavy winter jacket and pants, and is carrying a large backpack. They are holding a long, thin pole or stick in their right hand. The ground is covered in a thin layer of ice, with some darker patches and textures visible. The background is a flat, open expanse of ice extending to the horizon.

**Прочность льда можно
определить визуально:
лёд голубого цвета –
прочный;
белого – прочность
его в 2 раза меньше;
серый, матово-белый
или с желтоватым
оттенком – лёд
ненадёжен.**



Опасно выходить на лёд, если толщина его тоньше семи сантиметров. Прочный лед обычно имеет зеленоватый или синеватый оттенок.

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 следует 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



Замерзшую реку или озеро лучше переходить на лыжах, при этом крепления нужно расстегнуть, лыжные палки – держать в руках, не накидывая петли на кисти рук. Если есть рюкзак, необходимо повесить его на одно плечо, а еще лучше - волоките на веревке в 2-3 метрах сзади.

Это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится



A photograph of two people ice fishing on a frozen lake. The person in the foreground is wearing a dark jacket and pants, and is using a long-handled tool to clear ice from a hole. The person in the background is wearing a blue jacket and pants, and is also using a long-handled tool. The ice is a light blue color, and the background shows a line of trees under a clear sky.

Для любителей подлёдного лова
необходимо соблюдать свои меры
предосторожности:
не пробивать несколько лунок рядом;
не собираться большими группами в
одном месте; не ловить рыбу возле
промоин.

Выходить на берег, спускаться на лед и идти по нему безопаснее по уже протоптанным дорожкам, причем поодиночке, сохраняя интервал не менее пяти метров.





Довольно редко лед проламывается мгновенно. Обычно несчастью предшествует проседание льда и характерное потрескивание. В этом случае следует немедленно вернуться назад по своим же следам.



Если Вы провалились в холодную воду:

- Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
- Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.

- Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед.

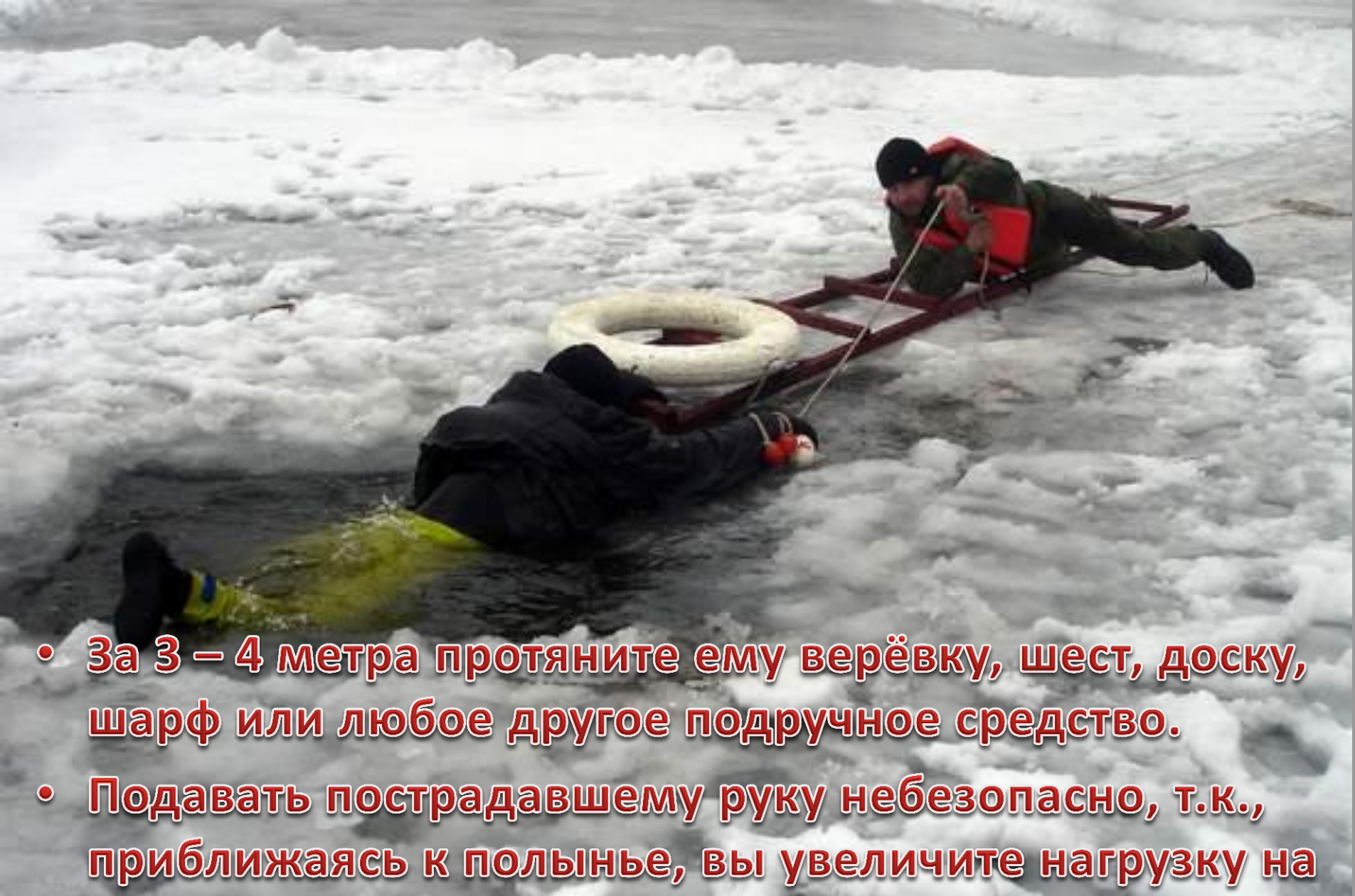


- Если лёд выдержал, медленно ползите к берегу. Наиболее безопасно выбираться из полыни перекаtywаясь со спины на живот.
- Ползите в ту сторону – откуда пришли, ведь лёд здесь уже проверен на прочность.

Если случилась беда и нужна Ваша помощь:

- **Подходите к полынье очень осторожно, лучше подползайте по-пластунски.**
- **Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.**





- За 3 – 4 метра протяните ему верёвку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство.
- Подавать пострадавшему руку небезопасно, т.к., приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лёд и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.



Спасённого из воды человека нужно немедленно переодеть в сухую одежду, дать горячего чаю и съесть что-нибудь сладкое и заставить активно двигаться до тех пор, пока он не согреется.