

Если вы провалились, что делать?

1. Главное - не терять самообладание! Каждая секунда пребывания в воде работает против вас - пребывания 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.
2. Провалившись под лед, раскиньте руки и постарайтесь избавиться от лишних тяжестей.
3. Если есть кто-то рядом, позовите на помощь.
4. Старайтесь не погружаться под воду с головой.
5. Если возможно, переберитесь к тому краю полыньи, где течение не унесет вас под лед.
6. Не делайте резких движений и не обламывайте кромку.
7. Если достаете ногами до противоположного края провала, примите горизонтальное положение, упираясь в него ногами, вытяните на лед сначала одну ногу, затем вторую.
8. Выбираться на лед можно таким же способом, каким садятся на высокие подоконники, т.е. спиной к выбранному месту;
9. Как только большая часть тела окажется на льду, перекатитесь на живот и отползайте подальше от места провала.
10. Выбирайтесь, по возможности, в ту сторону, откуда пришли - там проверенный лед.
11. Если трещина во льду большая, пробуйте выплыть спиной.
12. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, обратную направлению движения.
13. После этого необходимо обратиться к врачу.



**Не выходите на тонкий лед в начале зимы
и
в начале весны**

**Запомните, что весной лед ломается
бесшумно, а в начале зимы с хрустом и
треском**

**Берите палку, чтобы прощупывать перед
собой путь**

**Что в начале зимы наиболее опасна середина
водоема, а в конце - участки возле берега**

**Если вы стали свидетелем
происшествия, немедленно сообщите
об этом по телефону службы спасения
112 (звонок бесплатный)**

Прокуратура Братского района

Осторожно, тонкий лед!



2023 год.