

Главное управление МЧС России по Республике Башкортостан

На водоёме зимой

Если провалились под лед:

Не поддавайтесь панике, почти 90% людей выбирались из подобных ситуаций;

Выбирайтесь с той стороны, где лед наиболее крепок, при этом наползайте на лед грудью, широко раскинув руки, чтобы увеличить площадь опоры и уменьшить давление на кромку льда. Ногами упирайтесь в противоположный край полыни, если это возможно;

Не прекращайте попытки выбираться, даже если лед проламывается;

В неглубоком водоеме резко оттолкнитесь от дна и выбирайтесь на лед или передвигайтесь по дну к берегу, проламывая перед собой лед;

Выбравшись из воды на лед, не спешите вставать на ноги – чтобы не провалиться снова. Осторожно отползайте, широко раскинув руки и ноги или откатитесь как можно дальше от полыни. И только убедившись, что лед прочный, вставайте на ноги.

Рекомендации по передвижению по льду водоема:

- Не спускайтесь на лед в незнакомых местах, особенно с обрывистых берегов, не выходите на лед при оттепели;
- Не выходите на лед поодиночке в вечернее и ночное время, особенно в незнакомых местах;
- При выходе на лед убедитесь в его прочности. Прочность проверяйте пешней (бить пешней следует на расстоянии 0,5-1 м перед собой, а не под ногами). Если после первого удара лед пробивается и на нем появляется вода, остановитесь и, не отрывая подошв ото льда, отходите по своим следам в обратном направлении. Не проверяйте прочность льда ударом ноги;
- Передвигайтесь по возможности по проложенной тропе;
- При перевозке по льду используйте сени (лыжи) или предметы с большой площадью опоры;

- Двигайтесь по тонкому льду скользящим шагом. Особенно осторожным будьте после снегопада.

Если увидели провалившегося под лед (в полыню) человека:

- Немедленно кричите, что идете к нему на помощь;
- Оказывая помощь, не подходите к полынье ближе 3-4 метров. Без подручных средств используйте лыжи, доски, палки, веревки, связанные брючные ремни; если этих средств под руками нет, то двоим – троим надо лечь на лед и цепочкой передвигаться к пострадавшему, удерживая друг друга за ноги, первый из них подает пострадавшему ремень, предмет одежды и т.п. и вытаскивает его на лед и далее в безопасное место;
- Когда человек выберется из полыни, не торопитесь к нему, а медленно отползайте к берегу на прочный лед. Он должен ползти следом.
- После извлечения пострадавшего и нахождения в безопасном месте, его нужно согреть.