



Прокуратура Пучежского района

ПАМЯТКА

**ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ**

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ТЫ ПРОВАЛИЛСЯ ПОД ЛЕД:

1. НЕ ПАНИКУЙТЕ, НЕ ТРАТЬТЕ СИЛЫ НА ЛИШНИЕ ДВИЖЕНИЯ.
2. ГРОМКО ЗОВИТЕ НА ПОМОЩЬ
3. ПОПРОБУЙТЕ ИЗБАВИТСЯ ОТ ЛИШНЕЙ ТЯЖЕСТИ (НАПРИМЕР, РЮКЗАКА ЗА СПИНОЙ)
4. ШИРОКО РАСКИНЬКЕ РУКИ, ОПИРАЯСЬ НА ЛЕД, ЧТОБЫ НЕ ПОГРУЗИТСЯ В ВОДУ С ГОЛОВОЙ
5. ПЫТАЙТЕСЬ ВЫБРАТЬСЯ САМОСТОЯТЕЛЬНО, НАВАЛИВШИСЬ ВСЕМ ТУЛОВИЩЕМ НА ЛЕД. ГЛАВНОЕ – ПОСТАРАТЬСЯ ОБЕСПЕЧИТЬ НАИБОЛЕЕ ШИРОКУЮ ПЛОЩАДЬ
6. ВЫБРАВШИСЬ НА ЛЕД, ПЕРЕДВИГАЙТЕСЬ ПОЛЗКОМ В ТУ СТОРОНУ, ОТКУДА ПРИШЛИ, ПО ПРОВЕРЕННОЙ НА ПРОЧНОЧТЬ ЛЕДЯНОЙ ТРОПЕ

Если вы оказываете помощь:

1. Подходите к полынье очень осторожно, лучше подползти по-пластунски.
2. Сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.
3. За 3-4 метра протяните ему веревку, шест, доску, шарф или любое другое подручное средство.
4. Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.

