

Это нужно знать!



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 ногу на лёд.
- Если лёд выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
- Ползите в ту сторону – откуда пришли, ведь лёд здесь уже проверен на прочность.

**Безопасным
для человека
считается лёд
толщиною не менее
15 сантиметров**

Это нужно знать!



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 ногу на лёд.
- Если лёд выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
- Ползите в ту сторону – откуда пришли, ведь лёд здесь уже проверен на прочность.

**Безопасным
для человека
считается лёд
толщиною не менее
15 сантиметров**

Это нужно знать!



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 ногу на лёд.
- Если лёд выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
- Ползите в ту сторону – откуда пришли, ведь лёд здесь уже проверен на прочность.

**Безопасным
для человека
считается лёд
толщиною не менее
15 сантиметров**

Это нужно знать!



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 ногу на лёд.
- Если лёд выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
- Ползите в ту сторону – откуда пришли, ведь лёд здесь уже проверен на прочность.

**Безопасным
для человека
считается лёд
толщиною не менее
15 сантиметров**



Телефон
службы
спасения
"01"

Телефон
спасательной
станции
г. Гусь-Хрустальный
2-28-28



Телефон
службы
спасения
"01"

Телефон
спасательной
станции
г. Гусь-Хрустальный
2-28-28



Телефон
службы
спасения
"01"

Телефон
спасательной
станции
г. Гусь-Хрустальный
2-28-28



Телефон
службы
спасения
"01"

Телефон
спасательной
станции
г. Гусь-Хрустальный
2-28-28