

МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА АБДУ

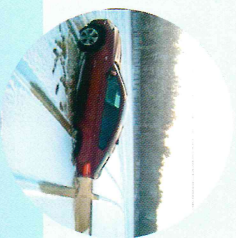
● ОСТОРОЖНО!

Не выходите на лёд в одиночку
Не проверяйте прочность льда ногой
Будьте внимательны, осторожны и готовы
в любую минуту к опасности



● БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ!

Под снегом могут быть полыньи,
трещины или лунки



● ВНИМАНИЕ!

В таких местах под снегом могут
быть глубокие трещины и разломы



● ОСТОРОЖНО!

На замерзших водоемах даже после сильных
морозов может быть слабый лёд

● ВНИМАНИЕ!

Если под вами затрещал лёд и появились
трещины не пугайтесь и не бегите от опасности,
главно ложитесь на лёд и перекатывайтесь
в безопасное место



● ПОМНИТЕ!

Быстрое оказание помощи попавшим в беду
возможно только в зоне разрешенного перехода

ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОСТРАДАВШИМ НА ЛЬДУ

- Не поддавайтесь панике!
 - Не кричите, не зовите на помощь, берегите силы!
 - Наползайте на лед с широко расставленными руками
 - Делайте попытки еще и еще
- При спасении действуйте быстро, решительно, но предельно осторожно
 - Громко подбадривайте спасаемого
 - Подавайте спасательный предмет с расстояния 3-4 метров
- Дайте пострадавшему часть своей одежды
 - Разведите костер и обогрейте пострадавшего
 - Вызовите спасателей или “скорую помощь”



ВЫБРАВШИСЬ ИЗ ПРОРУБИ

- Снимите, тщательно отожмите и снова наденьте одежду
- Незамедлительно следуйте к ближайшему населенному пункту
- Вызовите спасателей или “скорую помощь”

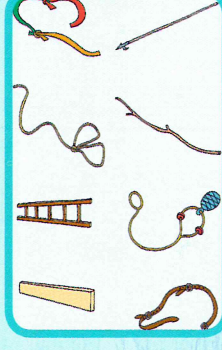
НЕ ДОПУСКАЙТЕ ОБМОРОЖЕНИЯ И ЗАМЕРЗАНИЯ

ПРИЗНАКИ ОБМОРОЖЕНИЯ: побледнение кожи и потеря чувствительности на побледневшем участке.

СОВЕТ: плавно растирая обмороженный участок рукой идите домой. **СНЕГОМ НЕ РАСТИРАТЬ!**

ПРИЗНАКИ ЗАМЕРЗАНИЯ: озноб, вялость, чувство усталости, тяга ко сну.

СОВЕТ: позовите на помощь, и по возможности, переходите в теплое помещение



СПАСАТЕЛЬНЫЕ ПРЕДМЕТЫ:

- Доска
- Лестница
- Веревка с петлями на концах
- Связанные шарфы
- Связанные ремни
- Конец алексаandroва
- Большая веревка
- Багор