

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ

### ЛЮБИТЕЛЯМ ЗИМНЕЙ РЫБАЛКИ:

Не выходите на тёмные участки льда, к местам, где во льду имеются воздушные пузыри, коряги, водоросли.

Если вы идёте группой, то расстояние между друг другом должно быть не менее 5 метров.



1. Рюкзак повесьте на одно плечо;
2. Проверяйте каждый шаг на льду острой конечной пешней;
3. Не прыгайте на оторвавшуюся льдину. Она может не выдержать вас и перевернуться.

### НЕ ПОДХОДИТЕ К ДРУГИМ РЫБОЛОВАМ БЛИЖЕ, ЧЕМ НА 3 МЕТРА



В повседневной жизни нередко возникают ситуации, когда необходимо срочно передать информацию спасательным и дежурно-диспетчерским службам о сложившейся обстановке.

### ЕДИНЫЙ НОМЕР ВЫЗОВА ЭКСТРЕННЫХ СЛУЖБ 112

ЕДИНАЯ ДЕЖУРНО-ДИСПЕТЧЕРСКАЯ  
СЛУЖБА ГОРОДА ТОМСКА  
005

ТОМСКАЯ ОБЛАСТНАЯ  
ПОИСКОВО-СПАСАТЕЛЬНАЯ СЛУЖБА  
003

СКОРАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ  
03 (103 С СОТОВОГО)

ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНАЯ  
СЛУЖБА МЧС РОССИИ  
01 (101 С СОТОВОГО)

УМВД РОССИИ ПО ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ  
02 (102 С СОТОВОГО)

ФЕДЕРАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ЦЕНТР УПРАВЛЕНИЯ В КРИЗИСНЫХ  
СИТУАЦИЯХ ГЛАВНОГО УПРАВЛЕНИЯ МЧС  
РОССИИ ПО ТОМСКОЙ ОБЛАСТИ:  
511-011

МКУ «Оперативно-дежурная  
служба города Томска»

Администрация Города Томска

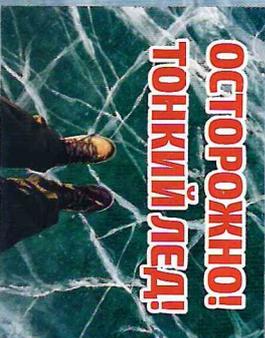


# ПАМЯТКА

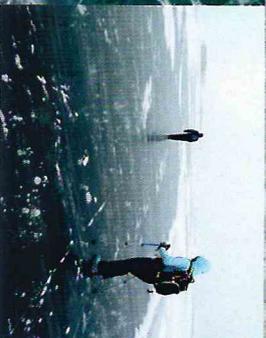
## ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ

## ПРИ ПЕРЕХОДЕ ПО ЗАМЕРЗШЕМУ ВОДОЁМУ:

- ❗ Безопасным для перехода является лёд с зеленоватым оттенком.
- ❗ Не переходите замёрзший водоём в местах, где это запрещено.



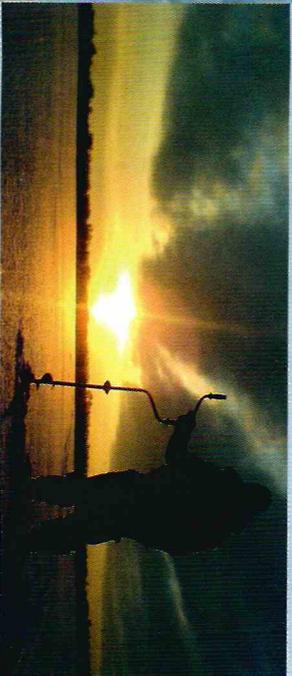
**ОСТОРОЖНО!  
ТОНКИЙ ЛЁД!**



- ❗ Не собирайтесь большими группами на одном участке льда.

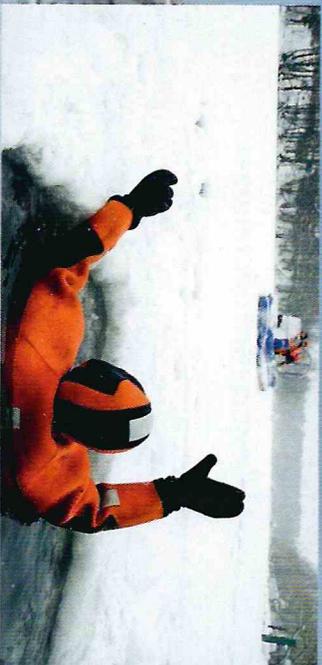
- ❗ При переходе водоёма группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга в 5-6 м.

- ❗ Не выходите на лёд при плохой освещённости или видимости, особенно в темное время суток.



- ❗ Расстегните на лыжах крепления, снимите одну лямку рюкзака с плеча, а также выложите руки из петель лыжной палки, чтобы в случае опасности быстро освободиться от них.

## ЕСЛИ ПОД ВАМИ ПРОВАЛИЛСЯ ЛЁД:



- ❗ Попытайтесь за счет активных действий добраться до берега или спасательного средства.

- ❗ Через 20-30 минут пребывания в холодной воде наступает полное истощение тепловых ресурсов организма!



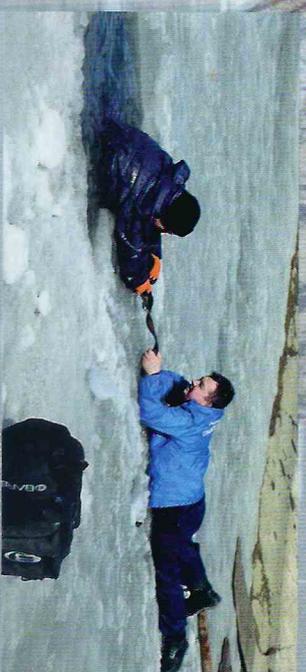
- ❗ После того как удалось выбраться на лёд, не вставайте на ноги: лёд может проломиться вновь.

- ❗ Отдаляйтесь от места пролома перекатами или ползком.

- ❗ При отсутствии вышеописанной возможности удерживайтесь на поверхности воды с минимальными физическими затратами.

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕОХЛАЖДЕНИИ:

- ❗ Голову держите как можно выше над водой, примите компактную позу «полплавок» – бедра прижать к животу, руками обхватить грудь, сгруппироваться.



- ❗ Немедленно обеспечить условия по прекращению теплоотдачи организмом:  
**вытащить человека из холодной воды, снега, холоднопомещения.**

- ❗ Согреть пострадавшего. Снять мокрую и надеть сухую, теплую одежду и головной убор, закутать в одеяло с дополнительным источником тепла, дать горячее питье, при возможности поместить в ванну, постепенно доведя температуру воды до 40°C; приём теплой ванны нужно прекратить, когда температура тела поднимется до 34°C. В полевых условиях для обогрева могут быть использованы ёмкости с горячей водой, нагретые на огне.

**Разогревать в первую очередь нужно туловище, а затем руки и ноги.**