



Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны,  
чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий

---

**Тонкий лёд. Правила спасения утопающего**

## Тонкий лёд. Правила спасения утопающего

Лёд на водоемах – это зона повышенного риска. Ежегодно погибает огромное количество людей именно из-за несоблюдения правил безопасности при нахождении на льду водоема.

МЧС России напоминает правила поведения на тонком льду:

- минимальная толщина льда должна составлять 5-7 см, причем лёд должен быть чистым и прозрачным, если же он имеет молочный или мутный цвет, то лучше отказаться от выхода на лёд в таких местах;
- не стоит выходить на первый лёд в одиночку, желательно это делать вдвоем или втроем, причем передвигаться по льду следует на расстоянии 3-5 метров друг от друга;
- следует помнить, что толщина льда на водоеме разная, особенно он тонок возле затопленных деревьев, остатков растительности и подмываемых берегах, поэтому не следует подходить к предметам природного и не природного происхождения, вмерзшим в лёд;
- все вещи, которые вы с собой взяли, необходимо переносить так, чтобы вы с легкостью могли от них избавиться, если провалитесь под лёд;
- отправляясь на рыбалку необходимо иметь прочную веревку длиной 25 метров (которая должна находиться в легкодоступном месте) и желательно взять с собой дополнительный комплект нательного белья.

Если Вы провалились в полынью

- не паникуйте, дышите как можно глубже и медленнее;
- делайте ногами непрерывные движения так, словно вы крутите педали велосипеда;
- не пытайтесь сразу выбраться на лёд, вокруг полыньи лёд очень хрупкий и не выдержит тяжести вашего тела;
- продвигайтесь в сторону ближайшего берега, кроша на своем пути ледяную кромку руками, как только лёд перестанет ломаться под вашими ударами, положите руки на лёд, протянув их как можно дальше, и изо всех сил толкайтесь ногами, стараясь придать туловищу горизонтальное положение;

