**безопасности на льду**

[](http://azbez.com/sites/azbez.com/files/images/011_1_0.preview.jpg)

• Во время движения группы по льду соблюдайте дистанцию 5-6м.

[](http://azbez.com/sites/azbez.com/files/images/011_2_0.preview.jpg)

**•** Не катайтесь на лыжах и не играйте на толком льду и возле полыньи.

[](http://azbez.com/sites/azbez.com/files/images/011_3.preview.jpg)

**•** Не катитесь на санках с горок на лед. Он можем треснуть.

[](http://azbez.com/sites/azbez.com/files/images/012__1kopiya.preview.jpg)

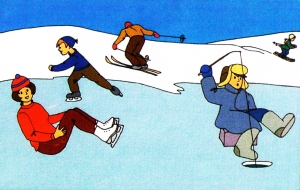
• Внимание! Если под вами затрещал лед и появились трещины, не бегите от опасности. Плавно ложитесь на лед и перекатывайтесь в безопасное место.

[](http://azbez.com/sites/azbez.com/files/images/012__2kopiya.preview.jpg)

**•** Помните! Быстрое оказание помощи попавшему в беду возможно только в зоне разрешенного перехода.

[](http://azbez.com/sites/azbez.com/files/images/013_0.preview.jpg)[](http://azbez.com/sites/azbez.com/files/images/_014_1.preview.jpg)

• Выбравшись на берег, снимите и тщательно отожмите одежду. Бегом следуйте к ближайшему населенному пункту. Вызовите спасателей или скорую помощь.

[](http://azbez.com/sites/azbez.com/files/images/014__2kopiya.preview.jpg)

• Не допускайте обморожения и замерзания.

**Признаки обморожения**

- побледнение кожи и потеря чувствительности на этом участке.

*Совет.* Осторожно растирайте замерзший участок рукой и идите домой. Снегом не растирать!

**Признаки замерзания**

- озноб, вялость, признаки усталости, тяга ко сну.

*Совет.* Позовите на помощь друзей и бегом домой.