



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

---

18.12.2019 14:12

**Техника безопасности и правила поведения на льду в зимнее время**



В зимний период лед представляет собой источник серьезной опасности для жизни. Вероятность провалиться под лед повышается в начале зимнего периода, когда устанавливаются первые «морозы», и в конце, когда оттепель.

Прочность льда определяется несколькими критериями: температурой окружающей среды, временем суток, территориальными особенностями.

Если вы захотели порыбачить или просто прогуляться по ледяному насту, очень важно помнить о правилах поведения на тонком льду, знание которых помогут предотвратить экстремальную ситуацию, а в некоторых случаях — даже спасти жизнь.

### **Главные правила поведения на зимнем льду**

Нельзя выходить на лед одному, а также оставлять на льду детей без присмотра.

Нельзя «кучковаться», то есть собираться в количестве нескольких человек на небольшом ледяном участке. Нельзя передвигаться по ледяному насту в ночное время или в условиях плохой видимости – если идет сильный снег или дождь.

Нельзя выходить на ледяной наст в состоянии алкогольного опьянения или после приема психотропных веществ, так как в случае экстремальной ситуации человек не сможет помочь себе. Нельзя наступать на бело-матовые участки, лучше передвигаться по прозрачному льду, толщиной не менее 10 см. На льду нельзя прыгать, совершать резкие движения, а также проверять толщину льда ударами ног. Нельзя рисковать: если лед начал трескаться и прогибаться, нужно немедленно остановиться и вернуться на берег. Нельзя передвигаться по ледяному насту, неся за спиной тяжелый рюкзак или засунув руки в карманы. При переходе через обледеневшие водоемы желательно использовать ледовые переправы, взять в руки шесты и лыжи, а рюкзак повесить на одно плечо. Если при переходе по льду образуются трещины, нужно идти скользящими шагами, не отрывая ступней от поверхности, но при этом расставляя их на ширину плеч. Это необходимо для распределения нагрузки на большую площадь. **Как реагировать, если человек провалился под лед?**

Если не соблюдать правила поведения на тонком льду, то нужно быть готовым к тому, что можно «искупаться». Самая главная опасность для человека, который провалился под лед – это ледяная вода, которая «проглатывает» человека и он сразу теряет защитные силы: голову словно сдавливает стальной обруч, дыхание затрудняется, сердце «выпрыгивает» из груди.

Смерть может наступить в первые 10-15 минут после погружения в ледяной плен и

