

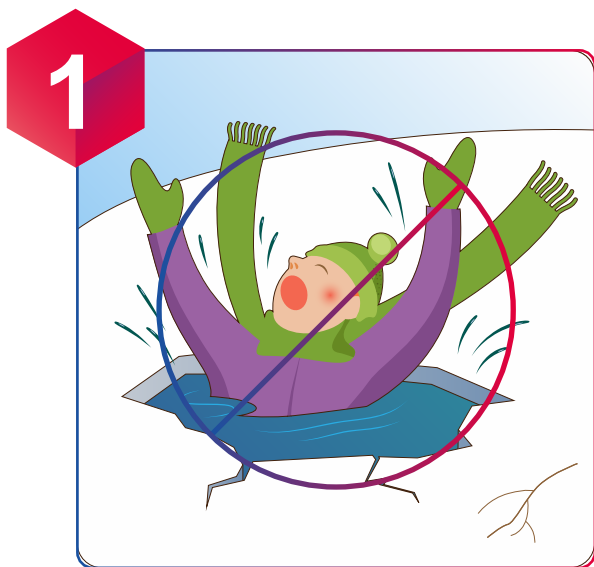


ДЕПАРТАМЕНТ ПО ДЕЛАМ ГРАЖДАНСКОЙ
ОБОРОНЫ, ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ
И ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОРОДА МОСКВЫ



**ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ
ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЁД?**

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЁД?



**Успокойтесь
и стабилизируйте дыхание.
Не поддавайтесь панике**



**Сбросьте тяжелые
вещи**

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЁД?



Зовите на помощь



**Наползайте на лёд грудью,
широко раскинув руки, пока
у вас не получится лечь
на край льда, затем
поочередно забросьте
ноги на лёд**

ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ ПРОВАЛИЛИСЬ ПОД ЛЁД?



Медленно откатитесь от кромки, вставать и бежать нельзя. Двигайтесь к берегу в ту сторону откуда пришли ползком или перекатываясь



Оказавшись в тепле, переоденьтесь в сухую одежду, при необходимости вызовите скорую медицинскую помощь



ДЕПАРТАМЕНТ ПО ДЕЛАМ ГРАЖДАНСКОЙ
ОБОРОНЫ, ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ
И ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ГОРОДА МОСКВЫ

ВЫЗОВ СПАСАТЕЛЕЙ:

112

