



КАК ВЫБРАТЬСЯ ИЗ ПОЛЫНИ

ГИМС МЧС России **ПРЕДУПРЕЖДАЕТ:**
Пренебрежение Правилами охраны жизни людей
на водных объектах **ОПАСНО** для Вашей жизни



Не погружаться в воду
с головой



Не паниковать,
позвать на помощь



Выбираться в сторону,
с которой произошло падение



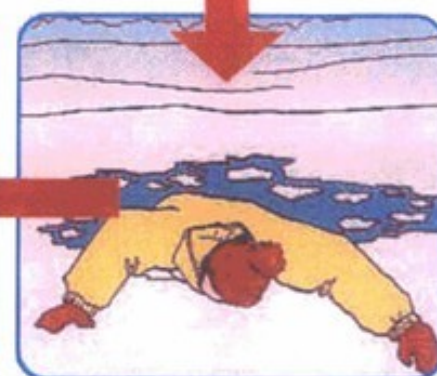
Не отдыхая, бежать
к близкому жилью



Проползти 3-4 метра
по своим следам



Забросить на лед ногу,
откатиться от полыни



Наползть на лед,
раскинув руки в стороны