



## 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



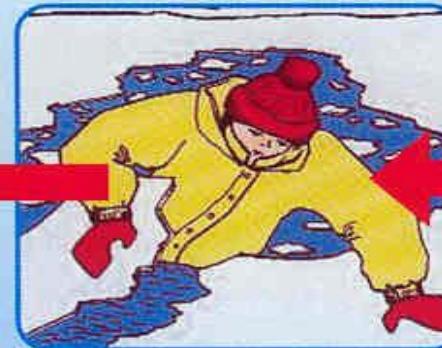
Выбираться в сторону, с которой произошло падение



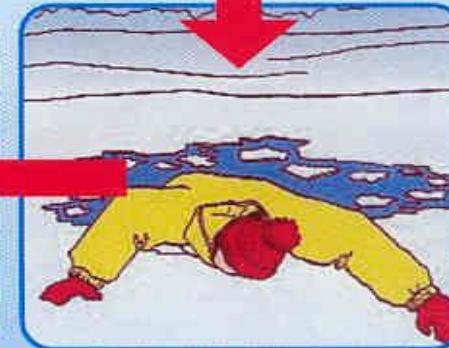
Не отыхая, бежать к близкому жилью



Проползти 3-4 метра по своим следам



Забросить на лед ногу, откатиться от полыни



Наползать на лед, раскинув руки в стороны