

Если верх вашего туловища ещё на свободе, то нужно **снять с себя куртку или плащ и бросить его на поверхность болота**, по нему также можно выбраться, он не даст возможности болоту засосать вас.

Если в болото засасывает очень быстро, то помочь может только посторонний человек, он должен бросить верёвку или палку, по которой человек, попавший в болото, смог бы выбраться на твёрдую поверхность. Иногда для того чтобы вытащить одного человека из болота, требуется не менее трёх человек на суше, так как сила засасывания у болота очень велика. Следует также помнить, если человека тянут из болота, то его ни в коем случае нельзя отпускать, чтобы сделать передышку, слегка отпущенный человек моментально уйдёт в трясину, получив дополнительную энергию с суши при отталкивании. Мероприятие спасения должно происходить активно и без задержек. **Тогда успех будет обеспечен.**

*Информационный выпуск подготовлен по материалам сайтов:*

*<http://old.lib-pk.ru/articles/109-2-fevralja-vsemirnyi-den-vodno-bolotnyh-ugodii.html> 02.02.2021*

*<https://zen.yandex.ru/media/brizmarket/kak-vybratsia-iz-bolota-nujno-sledovat-neskolkim-pravilam-5e6baf4d4f80686f3cb6d88a> 02.02.2021*

Мы ждем вас в библиотеке  
ежедневно  
с 13.00 до 19.00 ч.  
суббота-выходной

Телефон:8(83160)31-7-82  
E-mail:sic2.2007@mail.ru  
[www.solbib.jimdo.com](http://www.solbib.jimdo.com)

Наш адрес:  
Индекс: 606547  
Нижегородская область,  
Чкаловский район,  
с. Соломаты,  
ул. Советская, д. 6



Муниципальное бюджетное учреждение культуры  
«Централизованная библиотечная система»  
городского округа город Чкаловск  
Нижегородского области  
Соломатовская библиотека - сельский  
информационный центр  
по экологическому просвещению населения



**Как можно  
выбраться  
из трясины?**

*Информационный выпуск*

с. Соломаты  
2021 г.





Все знают, что такое болото и в чем его коварство – с виду прочный слой земли может оказаться трясинной, которая с непреодолимой силой засасывает в себя все живое. **Чем глубже болото, тем сильнее оно засасывает.**

Засасывают только те болота, в которых есть трясина. То есть, если поверх болота растет густая трава, в частности, осока, и если это болото располагается у верховья реки, то теоретически такое болото можно перейти. Но не забывайте, что прочный с виду участок посреди болота может оказаться трясинной. **Относительно прочными местами болота можно назвать или островки из твердого грунта, или участки около дерева.** А вот, например, участок с прозрачной водой, или травяные островки - по факту моментально могут провалиться под тяжестью человека.

В болотистой местности следует быть очень осторожным, ведь порой выбраться самостоятельно из трясины может быть невозможно.

**Проходить любую местность на болоте можно, только предварительно исследуя палкой место каждого последующего шага.**



Главное правило, которое нужно знать каждому, — это **не совершать никаких резких движений**, оказавшись в болоте. Если в болото засасывает медленно, есть все шансы спастись.

Во-первых, оказавшись в болотистой местности, нужно **обзавестись палкой, желательно, чтобы она была широкой и прочной.**

Если вы попали в болото, соскользнув с кочки, то вас, скорее всего, быстро засосёт, так как по инерции вы будете продолжать своё движение, помогая тем самым трясине, поэтому **падать лучше на живот или спину, так вас будет засасывать гораздо медленнее.**

Если вы не слишком быстро уходите под воду и у вас есть палка, то её следует аккуратно положить перед собой, хорошо, если до ближайшей твердыни не больше полуметра, тогда конец палки упадёт на землю и вам будет легче выбраться. Но даже если палка полностью лежит в болоте, вам необходимо вцепиться в неё и постараться перенести свой центр тяжести на эту палку, таким образом у вас получится некое подобие мостика и вы сможете выбраться на сушу или ждать помощи, не рискуя окончательно уйти в ил.

**Если у вас под рукой нет абсолютно ничего** такого, что могло бы послужить вам рычагом, **постарайтесь занять горизонтальное положение.** Делайте это как можно аккуратнее, осторожнее перемещая свой центр тяжести с ног на туловище, если вам удастся это сделать, то масса вашего тела значительно уменьшится и вас перестанет затягивать в болото.

Ни в коем случае нельзя совершать резких движений, махать руками и пытаться дёргать ногами, нельзя даже громко кричать, призывая на помощь - от этого вас ещё больше засосёт пучина.