ПАМЯТКА

Осторожно! Тонкий лёд!



**Правила поведения на льду**:

**Не выходите на тонкий не окрепший лёд.    
Не собирайтесь группами на отдельных участках льда.    
Не приближайтесь к промоинам, трещинам, прорубям на льду.    
Не скатывайтесь на санках, лыжах с крутых берегов на тонкий лёд.    
Не переходите водоём по льду в запрещённых местах.    
Не выходите на лёд в тёмное время суток и при плохой видимости.    
Не выезжайте на лёд на мотоциклах, автомобилях вне переправ.**  
**ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ:**   
Безопасным для человека считается лёд толщиной не менее 10 см в пресной воде и 15 см в солёной.   
В устьях рек и протоках прочность льда ослаблена. Лёд  непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а так же в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов, камыша.   
Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трёх дней, то прочность льда снижается на 25%.   
Прочность льда можно определить визуально: лёд голубого цвета – прочный, белого – прочность его в 2 раза меньше, матово-белый или с желтоватым оттенком - ненадёжен.   
  
**ЕСЛИ СЛУЧИЛАСЬ БЕДА:** *Что делать, если вы провалились в холодную воду:*Не паникуйте, не делайте резких движений, сохраните дыхание.   
Раскиньте  руки  в  стороны  и  постарайтесь  зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение.   
Зовите на помощь: «Тону!»   
Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лёд.    
Если лёд выдержал, перекатываясь, медленно ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь здесь лёд уже проверен на прочность.   
Не останавливаясь идите к ближайшему жилью, выжать одежду и отдохнуть можно только в тёплом помещении.

**ЕСЛИ НУЖНА ВАША ПОМОЩЬ:**  
 Попросите кого-нибудь вызвать «скорую помощь» и спасателей или сами вызовите их по сотовому телефону «112».   
Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или верёвкою.   
Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.   
Ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно передвигайтесь к полынье.   
Остановитесь в нескольких метрах от находящегося в воде человека и бросьте ему верёвку, край одежды, подайте палку, лыжу или шест.   
Осторожно вытащите пострадавшего на лёд и вместе с ним ползком выбирайтесь из опасной зоны.   
Доставьте пострадавшего в тёплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи), напоите горячим чаем. Вызовите скорую медицинскую помощь.

**ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ «01», СОТОВЫЙ ОПЕРАТОР «112»**