**Осторожно тонкий лёд!**

*С наступлением первых морозов и появления тонкого льда повышается риск чрезвычайных ситуаций на водоемах. Ежегодно в это время на водоемах гибнут десятки-сотни человек.*

*Многие забывают, что выход на лед водоема всегда опасен! Важно помнить и соблюдать основные правила поведения на водных объектах, ведь выполнение элементарных мер предосторожности - залог вашей безопасности!*

**Чтобы избежать неприятностей, не забывайте:**

* крайне опасным и ненадежным является лед под снегом и сугробами. Опасность представляют собой полыньи, проруби, трещины, лунки, которые покрыты слоем льда;
* безопасным для перехода пешехода является лед с синеватым или зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 см;
* выходя на лед, берите с собой длинную, прочную палку, которой будете проверять путь впереди себя;
* категорически запрещается проверять прочность льда ударами ноги;
* проверяйте каждый шаг на льду остроконечной пешней (палкой), но не бейте ею лед перед собой - лучше сбоку. Если после 2-3 ударов лед пробивается, немедленно возвращайтесь на место, с которого пришли;
* при переходе по льду группой, необходимо следовать друг за другом на расстоянии  5 - 6 метров и быть готовым оказать немедленную помощь идущему впереди.

**Если Вы провалились:**

* не поддавайтесь панике;
* не наваливайтесь всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться;
* удерживаясь на поверхности воды, старайтесь тратить на это меньше физических усилий;
* широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду;
* находясь на плаву, держите голову как можно выше над водой
* старайтесь не обламывать кромку, без резких движений выбраться на лед, заползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги, широко их расставив.
* выбравшись из полыньи, откатывайтесь, а затем ползите в ту сторону, откуда пришли.

**Если на Ваших глазах провалился человек:**

* немедленно крикните ему, что идете на помощь;
* приближаться к полынье ползком, широко раскинув руки, будет лучше, если подложите  лыжи или фанеру, доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них;
* к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами можете оказаться в воде;
* ремни или шарф, любая доска, жердь, лыжи, санки помогут Вам спасти человека;
* бросать связанные предметы нужно за 3-4 м;
* если Вы не один, то, взяв друг друга за ноги, ложитесь на лед цепочкой и двигайтесь к пролому;
* подав пострадавшему подручное средство, необходимо вытащить его на лед и ползком двигаться от опасной зоны;
* доставьте пострадавшего в теплое место, окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи), напоите пострадавшего горячим чаем.