**Памятка "Осторожно, тонкий лёд!"**

**Правила поведения на льду:**  
- Не выходите на тонкий не окрепший лед.  
- 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 лед.  
- Не переходите водоем по льду в запрещенных местах.

- Не выходите на лед в темное время суток и при плохой видимости.  
- Не выезжайте на лед на мотоциклах, автомобилях вне переправ.

**Это нужно знать:**

Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной воде и 15 см в соленой.

В устьях рек и протоках прочность льда ослаблена.

Лед 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 трех дней, то прочность льда снижается на 25%.Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета - прочный, белого - прочность его в 2 раза меньше, матово белый или с желтоватым оттенком - ненадежен.

**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 лед.

- Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь здесь лед уже проверен на прочность.

- Не останавливаясь, идите к ближайшему жилью.

- 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 веревкою.

- 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 веревку, край одежды, подайте палку, лыжу или шест. Осторожно вытащите пострадавшего на лед и вместе с ним ползком выбирайтесь из опасной зоны.

- Доставьте пострадавшего в теплое место.

- Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи), напоите горячим чаем.

- Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь - в подобных случаях это может привести к летальному исходу.

- Вызовите скорую медицинскую помощь.

**"112" - ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ**