**ПАМЯТКА**

**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.  
**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 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, 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 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. Вызовите скорую медицинскую помощь.  
**ЕДИНАЯ СЛУЖБА СПАСЕНИЯ «01», СОТОВЫЙ ОПЕРАТОР «112»**