**[Памятка «Осторожно, тонкий лед!»](http://www.edu42.ru/sites/dou73/2016/11/18/pamyatka-ostorozhno-tonkij-led/%22%20%5Co%20%22%D0%9F%D0%B0%D0%BC%D1%8F%D1%82%D0%BA%D0%B0%20%5C%C2%AB%D0%9E%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B6%D0%BD%D0%BE%2C%20%D1%82%D0%BE%D0%BD%D0%BA%D0%B8%D0%B9%20%D0%BB%D0%B5%D0%B4%21%5C%C2%BB)**



В связи с появлением первого ледяного покрова на реках, озерах и прудах многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий  лед, тем самым, подвергая свою жизнь смертельной опасности.

  Лед на водоемах еще рыхлый и непрочный, поэтому нельзя использовать его для катания и переходов. В это время выходить на его поверхность крайне опасно.

Это нужно знать!

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

   В устьях рек и притоках 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 и 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, серый, матово – белый или с желтоватым оттенком лед ненадежен.

**Если случилась беда**

   **Что делать, если вы провалились в холодную воду:**

* Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
* Раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
* Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед.

Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.

* Ползите в ту сторону – откуда пришли, ведь лед здесь уже проверен на прочность.

**Если нужна ваша помощь**

* Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкою. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
* Следуйте ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаясь по направлению к полынье.
* Остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.
* Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.

**Ползите в сторону, откуда пришли.**

* Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите  с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконной или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь – в подобных случаях это может привести к летальному исходу.

**Картинки о безопасности на льду**



• Во время движения группы по льду соблюдайте дистанцию 5-6м.



**•** Не катайтесь на лыжах и не играйте на толком льду и возле полыньи.



**•** Не катитесь на санках с горок  на лед. Он можем треснуть.



• Внимание! Если под вами затрещал лед и появились трещины, не бегите от опасности. Плавно ложитесь на лед и перекатывайтесь в безопасное место.



**•** Помните! Быстрое оказание помощи попавшему в беду возможно только в зоне разрешенного перехода.

  

•  Выбравшись на берег, снимите и тщательно отожмите одежду. Бегом следуйте к ближайшему населенному пункту. Вызовите спасателей или скорую помощь.



• Не допускайте обморожения и замерзания.

**Признаки обморожения**

- побледнение кожи и потеря чувствительности на этом участке.

*Совет.* Осторожно растирайте  замерзший участок рукой и идите домой. Снегом не растирать!

**Признаки замерзания**

- озноб, вялость, признаки усталости, тяга ко сну.

*Совет.* Позовите на помощь друзей и бегом домой.