Основные правила поведения на льду:

· На тонкий, неокрепший лед выходить ЗАПРЕЩЕНО!

Выходить на лед можно только тогда, когда его толщина достигает не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров в соленой.

· Прочность льда можно определить визуально: лёд голубого цвета– прочный, а прочность льда белого цвета в 2 раза меньше. Лёд, имеющий оттенки серого, матово-белого или желтого цвета является наиболее ненадежным. Такой лёд обрушивается без предупреждающего потрескивания.

· Ни в коем случае нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).

· При переходе через реку пользуйтесь ледовыми переправами.

· Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара покажется хоть немного воды, - это означает, что лед тонкий, по нему ходить нельзя. В этом случае следует немедленно отойти по своему же следу к берегу, скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширину плеч, чтобы нагрузка распределялась на большую площадь. Точно так же поступают при предостерегающем потрескивании льда и образовании в нем трещин.

· При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

· При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5-6 м).

· Замерзшую реку (озеро) лучше перейти на лыжах, при этом: необходимо двигаться медленно; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

· Если есть рюкзак, повесьте его на одно плечо, это позволит легко освободиться от груза в случае, если лед под вами провалится.

· На замерзший водоем необходимо брать с собой прочный шнур длиной 20 - 25 метров с большой глухой петлей на конце и грузом. Груз поможет забросить шнур к провалившемуся в воду товарищу, петля нужна для того, чтобы пострадавший мог надежнее держаться, продев ее подмышки.

· Убедительная просьба родителям: ***не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра.***

· ***Одна из самых частых причин трагедий на водоёмах - алкогольное опьянение***. Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

Если вы провалились под лед:

· Широко раскиньте руки по кромкам льда, чтобы не погрузиться с головой;

· Если возможно, передвиньтесь к тому краю полыньи, где течение не увлечет вас под лед;

· Старайтесь, не обламывая кромку, без резких движений выбраться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги, широко их расставив;

· Выбирайтесь из полыньи, перекатываясь, а затем двигайтесь ползком в ту сторону, откуда шли.

При спасании человека, провалившегося под лед, необходимо:

· немедленно крикнуть ему, что идете на помощь;

· приблизиться к полынье ползком, широко раскинув руки;

· подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них;

· к самому краю полыньи подползать нельзя, иначе и сами окажетесь в воде;

· ремни и шарф, любая доска, лыжи, санки помогут вам спасти человека;

· бросать связанные предметы нужно за 3-4 м до пострадавшего;

· действовать решительно и быстро;

· подать пострадавшему подручное средство, вытащить его на лед и ползком двигаться от опасной зоны.

Оказание первой медицинской помощи пострадавшему на воде:

· при попадании жидкости в дыхательные пути, пострадавшему необходимо очистить полость рта, уложить его животом на колено так, чтобы голова свисала к земле и, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких;

· приступить к выполнению искусственного дыхания;

· с пострадавшего необходимо снять и отжать всю одежду, потом надеть (если нет сухой) и укутать полиэтиленом (возникает эффект парника);

· при общем охлаждении пострадавшего как можно быстрее доставить в теплое (отапливаемое) помещение. Немедленно вызвать скорую медицинскую помощь. Снять мокрую одежду, тепло укрыть, обложить грелками, напоить горячим чаем.

Берегите себя и своих близких!

Если Вы стали очевидцем несчастного случая на водном объекте или сами попали в аналогичную ситуацию, и существует возможность сообщить о происшествии, срочно обращайтесь за помощью в МЧС России по телефонному номеру «01» или с мобильного телефона «112».