

## **Правила безопасного поведения на льду**

Ежегодно тонкий лёд становится причиной гибели людей. Как правило, среди погибших чаще всего оказываются дети. Избежать происшествий можно, если соблюдать правила безопасности.

Люди неадекватно реагируют на опасность и в случае чрезвычайной ситуации становятся беспомощными.

1. Не отпускать детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах, коньках).
2. Нельзя выходить на лед в темное время суток и при плохой видимости (туман, снегопад, дождь).
3. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги. Если после первого сильного удара поленом или лыжной палкой 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.
4. Оказавшись на тонком, потрескивающем льду, следует осторожно повернуть обратно и скользящими шагами возвращаться по пройденному пути к берегу.
5. Особенно осторожным нужно быть в местах, покрытых толстым слоем снега, в местах быстрого течения и выхода родников, вблизи выступающих над поверхностью кустов, осоки, травы, в местах впадения в водоемы ручьев, сброса вод промышленных предприятий.

### **ЗАПРЕЩАЕТСЯ**

- прыгать и бегать по льду,
- собираться большим количеством людей в одной точке,
- выходить на тонкий лед, который образовался на реках с быстрым течением.

### **Что делать, если Вы провалились под лед?**

1. Не паниковать, не делать резких движений, стабилизировать дыхание.
2. Широко раскинуть руки в стороны и постараться зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться с головой, по возможности, перебраться к тому краю полыньи, где течение не увлечет Вас под лед.
3. Осторожно, не обламывая кромку, без резких движений, наползая грудью, лечь на край льда, забросить на него одну, а затем и другую ногу.
4. Если лед выдержал, медленно, откатится от кромки и ползти к берегу.
5. Передвигаться нужно в ту сторону, откуда пришли, ведь там лед уже проверен на прочность.

### **Оказание помощи пострадавшему, провалившемуся под лед**

1. Вооружиться любой длинной палкой, доской, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду. Подползая к полынье очень осторожно, широко раскинув руки. Сообщить

пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность.

2. Если Вы не один, то, лечь на лед и двигаться друг за другом. Подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них.
3. За 3-4 метра протянуть пострадавшему шест, доску, кинуть веревку или шарф или любое другое подручное средство.
4. Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться под лед.
5. Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи), напоите пострадавшего горячим чаем.
6. Обязательно позвоните в «Скорую помощь», чтобы пострадавшего осмотрел специалист.
7. Если Вы увидели, что кто-то провалился и оказался подо льдом, незамедлительно звоните с мобильного на номер «112»