

## **Уважаемые родители!**

**Не допускайте бесконтрольного нахождения и игр детей вблизи водоемов, разъясните им смертельную опасность пренебрежения данными рекомендациями. Помните, несоблюдение правил безопасности на водных объектах в весенний период часто становится причиной гибели и травматизма людей.**

### **Правила поведения на льду:**

- Не выходите на тонкий, тающий 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!».
- Попробуйте осторожно лечь 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, доской, шестом или верёвкой.
- 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.