ОСТОРОЖНО! ТОНКИЙ ЛЁД!

Во время осеннего ледостава происходит немало несчастных случаев. Причина этого – неосторожное поведение на водоемах. Осенний лед тонкий и непрочный. На нём легко провалиться.

ЗАПОМНИТЕ:

* Не отпускайте детей к водоёмам без сопровождения взрослых.
* Не выходите на тонкий неокрепший лёд.
* Не приближайтесь к трещинам, промоинам, прорубям во льду.
* Не собирайтесь группами на осеннем льду.
* Не выходите на лёд в тёмное время суток и при плохой видимости.
* Не выезжайте на лёд на транспортных средствах.

РОДИТЕЛИ И ПЕДАГОГИ!

Помните, что в период ледостава несчастные случаи чаще всего происходят с детьми.
Не позволяйте детям выходить к реке в период осеннего ледостава!

Категорически запрещается:

- испытывать прочность льда ударом ноги по льду,
- переходить водоем в одиночку,
- ходить по льду в темное время суток или при плохой видимости (дождь, туман),
- кататься на коньках, на санках, играть в хоккей на тонком неокрепшем льду,
- кататься на замерзшем льду одному.

Памятка

- Осенний лед тонок, непрочен!
- На льду будь осторожен!
- Нельзя подходить близко к берегу!
- Нельзя ступать на неокрепший лед!
- Нельзя кататься на льду в одиночку!
- Опасно съезжать с горы на лед!
- Опасно выходить на лед в условиях плохой видимости!
- Родители! Не отпускайте детей на водоемы без присмотра!

Если вы провалились в холодную воду:

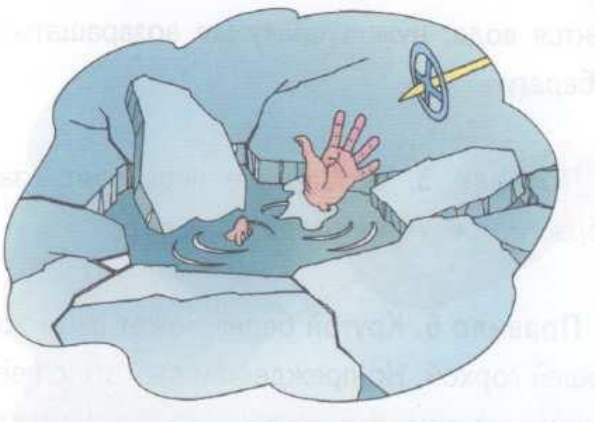
- не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание;
- действуйте решительно и быстро;
- раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения;
- попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ногу 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.

- Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.

- **Остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку или шест.**
- **Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но и сами рискуете провалиться.**
- **Осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.**
- **Без резких движений отползайте в ту сторону, откуда пришли.**



Отогревание пострадавшего.

- Пострадавшего надо укрыть в месте, защищенном от ветра, хорошо укутать в любую имеющуюся одежду, одеяло.
- Если он в сознании, напоить горячим чаем, кофе.
- Очень эффективны грелки, бутылки, фляги, заполненные горячей водой, или камни, разогретые в пламени костра и завернутые в ткань. Их прикладывают к боковым поверхностям грудной клетки, к голове, к паховой области, под мышки.