

## **Осторожно тонкий лед!**

Каждый год многие люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий лед, тем самым, подвергая свою жизнь смертельной опасности.

### **Это нужно знать**

- Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 сантиметров; лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также 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%.

### **Если случилась беда**

- 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 другую ноги на лед;
- если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползти к берегу;
- ползите в ту сторону - откуда пришли, весь лед здесь уже проверен на прочность.

### **Если нужна Ваша помощь:**

- вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.
- ползком, широко расставляя при этом ноги и толкая перед собой спасательные средства, осторожно двигайтесь 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 ту сторону – откуда пришли.
- доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело ( до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего чаем. Ни в коем случае не давайте алкоголь – в подобном случае это может привести к летальному исходу.