**Правила поведения на льду:**

1. Не выходите на тонкий не окрепший лед.
2. Не собирайтесь группами на отдельных участках льда.
3. Не приближайтесь к промоинам, трещинам, прорубям на льду.
4. Не скатывайтесь на санках, лыжах с крутых берегов на тонкий лед.
5. Не переходите водоем по льду в запрещенных местах.
6. Не выходите на лед в темное время суток и при плохой видимости.
7. Не выезжайте на лед на мотоциклах, автомобилях вне переправ.

**Это нужно знать:**

1. Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной воде и 15 см в соленой.
2. 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.
3. Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%.
4. Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, белого – прочность его в 2 раза меньше, матово белый или с желтоватым оттенком - ненадежен.

**Если случилась беда:**

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!»
* Попытайтесь осторожно налечь 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, выжать одежду и отдохнуть можно только в тёплом помещении.

**Если нужна ваша помощь:**

* Вызовите «скорую помощь» и спасателей по телефону «112».
* Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкою.
* 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. Вызовите скорую медицинскую помощь.

ПОМНИТЕ! НЕСОБЛЮДЕНИЕ ПРАВИЛ БЕЗОПАСНОСТИ НА ВОДОЁМАХ ЧАСТО СТАНОВИТСЯ ПРИЧИНОЙ ГИБЕЛИ И ТРАВМАТИЗМА ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ.