**ОСТОРОЖНО! Тонкий лёд !**

**Это нужно знать каждому:**

**Безопасным  для  человека  считается  лед  толщиною  не   менее   10см  в   пресной  воде  и   15 сантиметров в соленой.**

**Прочность  льда  можно  определить  визуально:  лед  голубого  цвета  -  прочный,  белого -прочность его в 2 раза меньше, серый, матово - белый или с желтоватым оттенком лед ненадежен.**

**Если под Вами затрещал лед и появились трещины, не пугайтесь и не бегите от опасности! Плавно ложитесь на лед и перекатывайтесь в безопасное место!**

**Что делать, если Вы провалились в холодную воду: 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 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 человека в воде 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 ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте или водке суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь -в подобных случаях это может привести к летальному исходу.**