

## Правила поведения на льду

### **Это нужно знать:**

- ✓ безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной и 15 см в соленой воде;
- прочность льда ослаблена в устьях и притоках рек, местах быстрого течения, бьющих ключей, стоковых вод, районах произрастания водной растительности, деревьев, кустов и камыша;
- если температура воздуха держится выше 0°C более трех дней, то прочность льда уменьшается на 25%;
- прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, прочность белого в два раза меньше, серый, матово белый или с желтоватым оттенком лед – ненадежен.

### **Что делать, если вы провалились в воду:**

- ✓ не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание; раскиньте руки в стороны, и попытайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения;
- попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а затем вторую ноги на лед;
- если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу;
- ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь здесь лед уже проверен на прочность.

### **Если нужна Ваша помощь:**

- вооружитесь любой длинной палкой, доской, шестом, или веревкой. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду;
- ползком, широко расставляя при этом руки и ноги, толкая перед собой спасательные средства, осторожно двигайтесь по направлению к полынье;
- остановитесь от находящегося в воде человека на расстоянии нескольких метров, 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 одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) смоченной в спирте суконкой или руками, напоите пострадавшего горячим чаем.**