Тонкий лед. Правила спасения утопающих

**С наступлением холодного времени года на водоемах Егорьевского района начал образовываться первый лёд. Первый лёд – это зона повышенного риска. Ежегодно в нашей стране погибает большое количество людей именно из-за несоблюдения правил безопасности при нахождении на льду водоема.  
  
МЧС России напоминает правила поведения на тонком льду:**

* минимальная толщина льда должна составлять 5-7 см, причем лёд должен быть чистым и прозрачным, если же он имеет молочный или мутный цвет, то лучше отказаться от выхода на лёд в таких местах;
* не стоит выходить на первый лёд в одиночку, желательно это делать вдвоем или втроем, причем передвигаться по льду следует на расстоянии 3-5 метров друг от друга;
* следует помнить, что толщина льда на водоеме разная, особенно он  тонок возле затопленных деревьев, остатков растительности и подмываемых берегах, поэтому не следует подходить к предметам природного и не природного происхождения, вмерзшим в лёд;
* все вещи, которые вы с собой взяли, необходимо переносить так, чтобы вы с легкостью могли от них избавиться, если провалитесь под лед;
* отправляясь на рыбалку необходимо иметь прочную веревку длиною 25 метров (которая должна находиться в легкодоступном месте) и желательно взять с собой дополнительный комплект нательного белья.

**Если Вы  провалились в полынью:**

* не паникуйте, дышите как можно глубже и медленнее;
* делайте ногами непрерывные движения так, словно вы крутите педали велосипеда;
* не пытайтесь сразу выбраться на лед, вокруг полыньи лед очень хрупкий и не выдержит тяжести вашего тела;
* продвигайтесь в сторону ближайшего берега, кроша на своем пути ледяную кромку руками, как только лед перестанет ломаться под вашими ударами, положите руки на лед, протянув их как можно дальше, и изо всех сил толкайтесь ногами, стараясь придать туловищу горизонтальное положение;
* выбравшись на лёд, распластайтесь на нем и ползите вперед, не  пытаясь подняться на ноги;
* ближе к берегу, где лед крепче, повернитесь на бок и  перекатывайтесь в сторону берега;
* выбравшись на берег, не останавливайтесь, чтобы не  замерзнуть, бегом добирайтесь до ближайшего теплого помещения.

**Если человек провалился под лёд:**

* чтобы вытащить человека, провалившегося под лёд, не  приближайтесь к краю проруби;
* лежа на животе (так оказывается меньшее давление на единицу площади ледяной поверхности, а значит меньше вероятность дальнейшего разлома льда) необходимо протянуть палку или одежду пострадавшему, чтобы он схватился за нее;
* вытянув пострадавшего из проруби, отнесите его в безопасное место и вызовите скорую помощь;
* окажите первую помощь, снимите с пострадавшего мокрую одежду, заверните в одеяло, напоите пострадавшего горячим питьем.
* нельзя погружать человека в горячую ванную, такой резкий перепад температур может выдержать даже не всякое здоровое сердце, лучше всего, если вода будет примерно температуры тела, около тридцати семи градусов.

**До образования устойчивого, прочного льда не выходите на водоемы. Проведите беседы с детьми о недопустимости выхода на неокрепший лёд.   
  
Берегите свою жизнь и жизни своих близких!**