**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ**

Под весенними лучами солнца лед на водоемах становится рыхлым и непрочным. В это время выходить на его поверхность крайне опасно. Однако, каждый год люди пренебрегают мерами предосторожности и выходят на тонкий весенний лед, тем самым подвергая свою жизнь смертельной опасности.

*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°С 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. Ни в коем случае не давайте пострадавшему алкоголь, в подобных случаях это может вызвать летальный исход.