

## **Осторожно, тонкий лёд!**

*Зима уже почти на исходе. Реки, озера и пруды, покрытые льдом, таят в себе много неожиданностей. Весенний лёд, прикрытый снегом, проруби, полыньи, лунки, трещины без устойчивых морозов чрезвычайно опасны. Такой лёд легко проламывается, если на него наступить, человек может оказаться в холодной воде, подо льдом. Что очень опасно не только простудами, переохлаждением, но и даже может привести к гибели.*

*Однако, каждый год многие люди, особенно дети, пренебрегают мерами предосторожности и выходят на некрепкий и непроверенный лёд.*

**МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЛЬДУ**

**НЕ ВЫХОДИТЕ НА ЛЕД В ОДИНОЧКУ ! НЕ ПРОВЕРЯЙТЕ ПРОЧНОСТЬ ЛЬДА НОГАМИ ! БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ , ОСТОРОЖНЫ И ГОТОВЫ В ЛЮБУЮ МИНУТУ К СПАСЕНИЮ !**

**БУДЬТЕ ОСТОРОЖНЫ ! ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ПОЛЫНИИ , ТРЕЩИНЫ ИЛИ ЛУНКИ !**

**ВНИМАНИЕ ! В ТАКИХ МЕСТАХ ПОД СНЕГОМ МОГУТ БЫТЬ ГЛУБОКИЕ ТРЕЩИНЫ И РАЗЛОМЫ.**

**ОСТОРОЖНО ! В ЭТИХ МЕСТАХ ДАЖЕ ПОСЛЕ СИЛЬНЫХ МОРОЗОВ СЛАБЫЙ ЛЕД !**

**ВНИМАНИЕ ! ЕСЛИ ПОД ВАМИ ЗАТРЕЩАЛ ЛЕД И ПОЯВИЛИСЬ ТРЕЩИНЫ НЕ ГОУАЙТЕСЬ И НЕ БЕЖИТЕ ОТ СПАСЕНИЯ ! СЛАВНО ЛОЖИТЕСЬ НА ЛЕД И ПЕРЕКАТЫВАЙТЕСЬ В БЕЗОПАСНОЕ МЕСТО !**

**ПОМНИТЕ ! БЫСТРОЕ ОКАЗАНИЕ ПОМОЩИ ПОПАВШИМ В БЕДУ ВОЗМОЖНО ТОЛЬКО В ЗОНЕ РАЗРЕШЕННОГО ПЕРЕХОДА !**

© Автор:

## **Но если все-таки случилась с вами беда:**

- Не поддавайтесь панике.
- Не надо барахтаться и наваливаться всем телом на тонкую кромку льда, так как под тяжестью тела он будет обламываться.
- Широко раскиньте руки, чтобы не погрузиться с головой в воду
- Обопритесь локтями об лед и, приведя тело в горизонтальное положение, постарайтесь забросить на лед ту ногу, которая ближе всего к его кромке, поворотом корпуса вытащите вторую ногу и быстро выкатывайтесь на прочную поверхность;
- Без резких движений отползайте как можно дальше от опасного места в том направлении, откуда пришли;
- Зовите на помощь.
- Удерживая себя на поверхности воды, стараться затрачивать на это минимум физических усилий.
- Находясь на плаву, следует голову держать как можно выше над водой.

**Убедительная просьба родителям: не отпускайте детей на лед (на рыбалку, катание на лыжах и коньках) без присмотра. Это ведь так просто, соблюдать правила поведения на водных объектах. Выполнение элементарных мер предосторожности - залог Вашей безопасности и безопасности Ваших детей!**