**Правила поведения на льду:**

* безопасным для перехода является лед с зеленоватым оттенком и толщиной не менее 7 сантиметров;
* категорически запрещается [проверять прочность льда ударами](http://progorod76.ru/news/8679) ноги;
* при переходе водоема по льду следует наметить маршрут и убедиться в прочности льда с помощью пешни. Если лед непрочен, необходимо прекратить движение и возвращаться по своим следам, делая первые шаги без отрыва ног от поверхности льда;
* при переходе по льду необходимо следовать друг за другом на расстоянии 5-6 метров и быть готовым оказать немедленную помощь идущему впереди;
* во время движения по льду следует обращать внимание на его поверхность, обходить опасные места и участки, покрытые толстым слоем снега;
* особую осторожность необходимо проявлять в местах, где быстрое течение, родники, выступают на поверхность кусты, трава, впадают в водоем ручьи и вливаются теплые сточные воды промышленных предприятий и т.п.

**Что делать, если вы провалились под лед?**

Главное – не паниковать, не делать резких движений, стабилизировать дыхание. Следует широко раскинуть руки в стороны и постараться зацепиться за кромку льда, чтобы не погрузиться с головой.

Затем:

– по возможности перебраться к тому краю полыньи, где течение не увлечет вас под лед;

– попытаться осторожно, не обламывая кромку, без резких движений, наползая грудью, лечь на край льда, забросить на него одну ногу, а затем другую. Если лед выдержал, то надо очень медленно откатиться от кромки и ползти к берегу. Передвигаться нужно в ту сторону, откуда пришли, где лед уже проверен на прочность.

***Оказание помощи пострадавшему***

--Необходимо найти длинную палку, доску, шест или веревку. Можно связать шарфы, ремни или одежду.

Затем:

– подползти к полынье очень осторожно, широко раскинув руки;

– сообщить пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы и уверенность;

– подложить под себя лыжи, фанеру или доску, чтобы увеличить площадь опоры и ползти на них;

– за 3-4 метра протянуть пострадавшему шест, доску, кинуть веревку, шарф или любое другое подручное средство. Подавать пострадавшему руку небезопасно, так как, приближаясь к полынье, вы увеличите нагрузку на лед и не только не поможете, но можете провалиться;

– осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе с ним, ползком, выбирайтесь из опасной зоны.

Спасенного нужно доставить в теплое помещение, чтобы переодеть в сухую одежду. Горячий чай, кофе будут кстати. Затем вызвать помощь по телефону «103», «112».

При попадании жидкости в дыхательные пути, необходимо очистить полость рта, уложить пострадавшего животом на колено так, чтобы голова свисала к земле и, энергично нажимая на грудь и спину, удалить воду из желудка и легких и приступить к выполнению искусственного дыхания.

НАДО ЗНАТЬ!

Время безопасного пребывания человека в воде при температуре воды:

в 24 °С – 7-9 часов; при температуре воды 5-15 °С – от 3,5 часов до 4,5 часов; температура воды в 2-3 °С становится опасной через 10-15 мин; при температуре воды минус 2 °С окоченение может наступить через 5-8 мин.

Поэтому жизнь пострадавшего зависит от сообразительности и быстроты действия спасателей. Дорога каждая секунда!