**Правила безопасного поведения на водных объектах**

**в зимний период**

**Постарайтесь без необходимости не выходить на лед**. Толщина льда на водоеме не везде одинакова. Тонкий лед находится: у берегов, на изгибах, излучинах, около вмерзших предметов, подземных источников, в местах слива в водоемы теплых вод и канализационных стоков. Чрезвычайно опасным и ненадежным является лед под снегом и сугробами. Опасность представляют собой полыньи, проруби, трещины, лунки, которые покрыты тонким слоем льда. Этот лед проламывается при наступании на него, и человек неожиданно может оказаться в холодной воде.

Перед выходом на лед необходимо определить его прочность по внешним признакам. Крепкий лед имеет ровную, гладкую поверхность, без трещин, голубоватого оттенка. Если лед трещит и прогибается под тяжестью человека, значит, он непрочный.

**Ни в коем случае не проверяйте прочность льда ударом ноги.**

Чтобы уменьшить вероятность проламывания льда и попадания в холодную воду, необходимо знать и выполнять следующие **основные правила**:

**1) прежде чем выйти на лед, убедитесь в его прочности;**

**2) используйте нахоженные тропы по льду. При их отсутствии, стоя на берегу, наметьте маршрут движения, возьмите с собой крепкую длинную палку, обходите подозрительные места;**

**3) в случае появления типичных признаков непрочности льда (треск, прогибание, появление воды на поверхности льда) немедленно вернитесь на берег, идите с широко расставленными ногами, не отрывая их от поверхности льда, в крайнем случае – ползите;**

**4) не допускайте скопления людей и грузов в одном месте на льду;**

**5) исключите случаи пребывания на льду в плохую погоду (в туман, снегопад, дождь, а также ночью);**

**6) не катайтесь на льдинах, обходите перекаты, полыньи, проруби, край льда.**

При движении по льду на лыжах необходимо расстегнуть крепление лыж, освободить руки от петель (темляков) лыжных палок. Это позволит быстро избавиться от палок в случае неожиданного проламывания льда. Расстояние между лыжниками должно быть 5-6 метров.

**Если лед проломился:**

**1) не паникуйте, сбросьте тяжелые вещи, удерживайтесь на плаву, зовите на помощь;**

**2) обопритесь на край льдины широко расставленными руками, при наличии сильного течения согните ноги, снимите обувь, в которую набралась вода;**

**3) старайтесь не обламывать кромку льда, навалитесь на нее грудью, поочередно поднимите, вытащите ноги на льдину;**

**4) держите голову высоко над поверхностью воды, постоянно зовите на помощь.**

В глубоком водоеме нужно попытаться выбраться на лед самостоятельно. Для этого необходимо упереться в край льдины руками, лечь на нее грудью и животом, вытащить поочередно ноги на лед. Этот способ связан со следующими трудностями: постоянное обламывание краев льдины, ее переворачивание и движение, быстро нарастающее охлаждение и утомление человека. После выхода из воды на лед нужно двигаться к берегу ползком или перекатываясь в том же направлении, откуда вы пришли. Вставать и бежать нельзя, поскольку можно снова провалиться.

Бывают ситуации, когда пострадавший не может самостоятельно выбраться из воды, в этой ситуации ему нужна срочная помощь. Делать это следует незамедлительно и очень осторожно:

**1) если беда произошла недалеко от берега и пострадавший способен к активным действиям, ему нужно бросить веревку, шарф, подать длинную палку, доску, лестницу;**

**2) сообщите пострадавшему криком, что идете ему на помощь, это придаст ему силы, уверенность, надежду;**

**3) можно взять длинный шест за оба конца, сориентировать его середину над пострадавшим и вытащить его из воды;**

**4) для обеспечения прямого контакта с пострадавшим к нему можно подползти, подать руку или вытащить за одежду. В этой работе одновременно могут принимать участие несколько человек. Не подползайте на край пролома, держите друг друга за ноги;**

**5) для обеспечения безопасности необходимо использовать подручные средства: доску, шест, веревку, щит;**

**6) действовать нужно решительно, смело, быстро, поскольку пострадавший теряет силы, замерзает, может погрузиться под воду;**

**7) после извлечения пострадавшего из ледяной воды его необходимо незамедлительно отогреть.**

**Не подвергайте свою жизнь неоправданному риску при выходе на лёд!**

**Помните, что несоблюдение элементарных правил**

**безопасности на льду может стоить Вам жизни!**

**Единый телефон вызова пожарных и спасателей –101, 112**