**Обеспечение безопасности людей на водных объектах,**

**охрана их жизни и здоровья**

**ЭТО НУЖНО ЗНАТЬ**

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

* Безопасным для человека считается лёд толщиной не менее 10 сантиметров в пресной воде и 15 сантиметров – в солёной.
* В устьях рек и притоках прочность льда ослаблены. Лёд непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а также в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов и камыша.
* Если температура воздуха выше 0 градусов держится более 3 дней, то прочность льда снижается на 25 %.
* Прочность льда можно определить визуально: лёд голубого цвета – прочный, прочность льда белого цвета в 2 раза меньше, а самый ненадежный лёд серого, матово-белого цвета или с желтоватым оттенком.

**ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ УЖЕ ПРОВАЛИЛИСЬ  
В ХОЛОДНУЮ ВОДУ**

* Не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание.
* Раскиньте руками в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение по направлению течения.
* Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лёд.
* Если лёд выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу.
* Ползите в ту сторону откуда пришли, ведь лёд уже проверен на прочность.

**ЕСЛИ НУЖНА ВАША ПОМОЩЬ**

Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкою. Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.

Следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье.

Остановитесь от находящегося в полынье человека в нескольких метрах , бросьте ему веревку, край одежды, подайте папку или шест.

Осторожно вытащите пострадавшего на лёд и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны.

Ползите в ту сторону, откуда пришли.

Доставьте пострадавшего в тёплое место. Окажите ему помощь. Снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения кожи) спиртом или водкой, напоите пострадавшего горячим чаем. Ни в коем случаем не давайте пострадавшему алкоголь – это может привести к летальному исходу.