Памятка "Действия при проваливании людей  под лёд"

Если вы провалились на льду:

* Широко раскиньте руки по кромке льда и постарайтесь удержаться от погружения с головой.
* Действуйте решительно, не паникуйте: и до вас многие попадали в такую ситуацию.
* Старайтесь не обламывать кромку; без резких движений выбраться на лёд, наползая грудью и поочерёдно выталкивая на поверхность ноги. Здесь главное – занять как можно большую площадь опоры.
* Выбравшись из пролома, откатитесь, а затем ползите в сторону, откуда шли (и где прочность льда таким образом проверена).Несмотря на то, что сырость и холод толкают вас побежать и согреться, будьте осторожны до самого берега.
* На берегу в безопасном месте, некоторое время катайтесь на снегу в мокрой одежде, т.к.сухой снег впитывает влагу как губка. Действуя по обстановке, найдите место для обогрева и просушки одежды.

**Если на ваших глазах человек провалился под лёд:**

* Немедленно крикните, что идёте на помощь.
* К полынье приближайтесь только ползком, широко раскинув руки.
* По возможности положите под себя лыжи, доску, фанеру – для увеличения площади опоры и ползите на них.
* Не подползайте к самому краю льда – провалитесь сами.
* Не доползая до полыньи, протяните пострадавшему шест, ремни, шарфы, любую доску или жердь, санки, лыжи и т.п. Бросать связанные ремни, шарфы, или доски нужно за 3-4 метра до кромки льда.

Весенний паводок – опасное природное явление, которое может привести к непредсказуемым последствиям. Находясь на водоёмах, будьте предельно бдительны, не оставляйте детей без присмотра, не позволяйте выходить на лёд. Помните, соблюдая меры предосторожности, вы сохраняете жизнь себе и своим близким.