**Памятка для родителей и учащихся "Осторожно! Тонкий лед!"**

**Если я пойду по льду,  
То, конечно, упаду.  
Так что лучше я его  
Потихоньку обойду!**

**Правила поведения на льду:**

1. **Не выходите на тонкий не окрепший лед.**
2. **Не собирайтесь группами на отдельных участках льда.**
3. **Не приближайтесь к промоинам, трещинам, прорубям на льду.**
4. **Не скатывайтесь на санках, лыжах с крутых берегов на тонкий лед.**
5. **Не переходите водоем по льду в запрещенных местах.**
6. **Не выходите на лед в темное время суток и при плохой видимости.**
7. **Не выезжайте на лед на мотоциклах, автомобилях вне переправ.**

**Это нужно знать:**

1. **Безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см в пресной воде и 15 см в соленой.**
2. **В устьях рек и протоках прочность льда ослаблена. Лед  непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей и стоковых вод, а так же в районах произрастания водной растительности, вблизи деревьев, кустов, камыша.**
3. **Если температура воздуха выше 0 градусов держится более трех дней, то прочность льда снижается на 25%.**
4. **Прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, белого – прочность его в 2 раза меньше, матово белый или с желтоватым оттенком - ненадежен.**

**Если случилась беда:**

**Что делать, если вы провалились в холодную воду:**

* **Не паникуйте, не делайте резких движений, сохраните дыхание.**
* **Раскиньте  руки  в  стороны  и  постарайтесь  зацепиться за кромку льда, придав телу горизонтальное положение.**
* **Зовите на помощь: «Тону!»**
* **Попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед.**
* **Если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите в ту сторону, откуда пришли, ведь здесь лед уже проверен на прочность.**
* **Не останавливаясь, идите к ближайшему жилью, выжать одежду и отдохнуть можно только в тёплом помещении.**

**Если нужна ваша помощь:**

* **Вызовите «скорую помощь» и спасателей по телефону «112».**
* **Вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкою.**
* **Можно связать воедино шарфы, ремни или одежду.**
* **Ползком, широко расставляя при этом руки и ноги и толкая перед собою спасательные средства, осторожно передвигайтесь к полынье.**
* **Остановитесь в нескольких метрах от находящегося в воде человека и бросьте ему веревку, край одежды, подайте палку, лыжу или шест.**
* **Осторожно вытащите пострадавшего на лед и вместе с ним ползком выбирайтесь из опасной зоны.**
* **Доставьте пострадавшего в теплое место. Окажите ему помощь: снимите с него мокрую одежду, энергично разотрите тело (до покраснения  кожи), напоите горячим чаем. Вызовите скорую медицинскую помощь.**