**Осторожно, тонкий лёд!**

***Ежегодно тонкий лед становится причиной чрезвычайных происшествий. Чаще всего участниками оказываются дети, которые гуляют вблизи замерзших водоемов без присмотра родителей и рыбаки, выходящие на свой страх и риск на непрочный и коварный лед.***

Человек, оказавшийся в данное время в воде, может погибнуть не только в результате утопления, но и от переохлаждения организма, которое наступает уже через 10 минут после попадания в холодную воду.

Поэтому сотрудники МЧС еще раз напоминают правила поведения на льду.

**Это нужно знать:**

- безопасным для человека считается лед толщиной не менее 7 см;

- прочность льда ослаблена в устьях и притоках рек, местах быстрого течения, бьющих ключей, стоковых вод, районах произрастания водной растительности, деревьев, кустов и камыша;

- если температура воздуха держится выше 0ºС более трех дней, то прочность льда уменьшается на 25%;

- прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, прочность белого в два раза меньше, серый, матово белый или с желтоватым оттенком лед – ненадежен.

-не проверяйте прочность льда ногой.

В очередной раз напоминаем, что люди, выходящие на лед, должны иметь с собой спасательные средства и быть в спасательном жилете.

Больше всего несчастных случаев происходит в этот период с детьми. Особенно недопустимы игры детей на льду и вблизи водоёмов. Надо максимально усилить наблюдение за детьми, не оставлять их без присмотра взрослых, вести среди них разъяснительную работу. Этим должны заниматься все: родители, взрослые.

Провалившись под лед, следует действовать быстро и решительно: бросить в строну берега закрепленный на поясе линь, широко раскинуть руки в стороны кромки льда и без резких движений стараться выбраться на прочный лед, а затем, лежа на животе или спине, продвигаться в сторону берега.

При оказании помощи провалившемуся под лед следует использовать лестницы, доски, шесты, веревки и другие подручные средства путем их подачи пострадавшему, при этом приближаться к нему следует лежа ползком, желательно опираясь на предметы, увеличивающие площадь опоры. Если спасателей двое или несколько, то лучше образовать цепочку, удерживая друг друга за ноги.

**ПРАВИЛА ПОВИДЕНИЯ НА ЛЬДУ**

Спасатели МЧС рекомендуют не рисковать жизнью и выходить на лед только на катке, а удить рыбу только на берегу озера. А если без зимнего развлечения никак, то соблюдение  правил безопасности – обязательное условие. Напомним**:** безопасным для  человека считается лед толщиной не менее 10 см;  прочность льда ослаблена в устьях и притоках рек, местах быстрого течения, бьющих ключей, стоковых вод, районах произрастания водной растительности, деревьев, кустов и камыша; если температура воздуха держится выше 0ºС более трех дней, то прочность льда уменьшается на 25%;  прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, прочность белого в два раза меньше, серый, матово белый или с желтоватым оттенком лед – ненадежен; не проверяйте прочность льда ногой. Для проверки льда необходимо пользоваться пешнёй, обычно весом 2-4 кг и длиной 130-170 см. Прочный лёд пробивается только после двух-трёх ударов. Если же вода появляется с первого удара, нужно немедленно остановиться и, не торопясь, спокойно повернуть назад и аккуратно отступать по своему же следу к берегу скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширине плеч. Нельзя бежать по льду – это может спровоцировать быстрый раскол поверхности. Люди, выходящие на лед, должны иметь с собой спасательные средства и быть в спасательном жилете.

Больше всего несчастных случаев происходит в этот период с детьми. Особенно недопустимы игры детей на льду и вблизи водоёмов. Надо максимально усилить наблюдение за детьми, не оставлять их без присмотра взрослых, вести среди них разъяснительную работу. Этим должны заниматься все: родители, взрослые.

**Ловись, рыбка, большая и маленькая**

Рыбалка, пожалуй, является самой популярной забавой для мужчин в нашей стране, ведь что может быть интереснее, чем часами смотреть на удочку, опущенную в маленькую дырку во льду и ждать клюющую рыбку? Однако для МЧС и других спасательных служб зима — проблемное время, когда приходится вызволять рыбаков из ледяного плена. Особенно ситуация острая в момент ледостава, когда лед еще хрупкий и неравномерный.

Чтобы избежать трагических случаев на зимнем водоеме, необходимо помнить, что безопасным лед считается при толщине не менее 7-10 см. Толщина льда на водоеме не везде одинакова, в устьях рек и притоках прочность льда ослаблена. Лед непрочен в местах быстрого течения, бьющих ключей, вблизи произрастания водной растительности. Чрезвычайно ненадежен лёд под снегом и сугробами. Прочность льда можно определить визуально: лёд голубого цвета – прочный; белого – прочность его в 2 раза меньше; серый, матово-белый или с желтоватым оттенком – лед ненадёжен. Запрещается ходить по льду под мостами, рядом с любыми водными сооружениями, в местах впадения в водоем ручьев и рек.

Если вы провалились под лед, не поддавайтесь панике, удерживайтесь на плаву, зовите на помощь. Выбирайтесь с той стороны, где лед наиболее крепок, при этом наползайте на лед грудью, широко раскинув руки, чтобы увеличить площадь опоры и уменьшить давление на кромку льда. Ногами упирайтесь в противоположный край полыньи, если это возможно. Не прекращайте попытки выбраться, даже если лед проламывается. В неглубоком водоеме резко оттолкнитесь от дна и выбирайтесь на лед или передвигайтесь по дну к берегу, проламывая перед собой лед. Выбравшись из воды на лед, не спешите вставать на ноги – чтобы не провалиться снова. Осторожно отползите, широко раскинуть руки и ноги или откатитесь как можно дальше от полыньи. И ползком добирайтесь до берега.

**Необорудованные для игр места**

Если уж говорить о детях, то выход на лед им вовсе запрещен. Зимний водоем - не место для детских игр. Кататься на коньках можно только на специально оборудованном катке.

Хотелось бы обратить внимание взрослых, что во время проведения профилактических рейдов по зимним водоемам, спасатели очень часто наблюдают детей, катающихся с необорудованных горок, расположенных возле водоёмов. Ребенок может случайно вылететь на лёд, и останется только надеяться, чтобы он не треснул.

Катание с горки, в принципе, может завершиться серьезными травмами. Горка не должна заканчиваться не только водоемом, но и автомобильной дорогой, забором или деревом. На поверхности горки не должно быть осколков стекла, торчащих камней, трамплинов или других предметов, которые будут препятствовать движению санок и могут ранить. На горке необходимо вести себя аккуратно и дисциплинировано: не съезжать с нее, пока не отошел в сторону предыдущий спускающийся. Также запрещается подниматься на горку там, где навстречу скатываются другие люди. А если мимо горки идет прохожий, подождите, пока он пройдет, и только тогда совершайте спуск.

Чтобы катание было безопасным, нужно проводить его только на специально оборудованных площадках или склонах с использованием защитного снаряжения, такого как шлем, чтобы защитить голову от травм.

**Соблюдение этих правил безопасности поможет избежать травм и несчастных случаев. Помните, что безопасность всегда должна быть на первом месте.**

Лед – одно из тех чудес, которое приходит вместе с зимой. Вместе с собой он приносит удовольствие от рассекания на коньках, умиротворение от зимней рыбалки и, к сожалению, иногда травмы и жизненные трагедии.

Спасатели МЧС рекомендуют не рисковать жизнью и выходить на лед только на катке, а удить рыбу только на берегу озера. Но если без зимнего развлечения – никак, то соблюдение следующих правил безопасности – обязательное условие.

**Это нужно знать:**

- безопасным для человека считается лед толщиной не менее 10 см;

- прочность льда ослаблена в устьях и притоках рек, местах быстрого течения, бьющих ключей, стоковых вод, районах произрастания водной растительности, деревьев, кустов и камыша;

- если температура воздуха держится выше 0ºС более трех дней, то прочность льда уменьшается на 25%;

- прочность льда можно определить визуально: лед голубого цвета – прочный, прочность белого в два раза меньше, серый, матово белый или с желтоватым оттенком лед – ненадежен.

-не проверяйте прочность льда ногой. Для проверки льда необходимо пользоваться пешнёй, обычно весом 2-4 кг и длиной 130-170 см. Прочный лёд пробивается только после двух-трёх ударов. Если же вода появляется с первого удара, нужно немедленно остановиться и, не торопясь, спокойно повернуть назад и аккуратно отступать по своему же следу к берегу скользящими шагами, не отрывая ног ото льда и расставив их на ширине плеч. Нельзя бежать по льду – это может спровоцировать быстрый раскол поверхности.

В очередной раз напоминаем, что люди, выходящие на лед, должны иметь с собой спасательные средства и быть в спасательном жилете.

**Больше всего несчастных случаев происходит в этот период с детьми. Особенно недопустимы игры детей на льду и вблизи водоёмов. Надо максимально усилить наблюдение за детьми, не оставлять их без присмотра взрослых, вести среди них разъяснительную работу. Этим должны заниматься все: родители, взрослые.**

Но, если так получилось, что вы всё же провалились под лёд, не паникуйте. Спасение на 90% зависит от уверенности и психологического состояния провалившегося под воду. Если поблизости есть люди – зовите на помощь. Старайтесь не уходить под воду с головой. Передвигайтесь к тому краю полыньи, откуда идет течение. Добравшись, постарайтесь налечь грудью на край льда и, закинув ногу, выбраться на лед. Даже если лед обламывается, не оставляйте попыток выбраться наверх. Когда основная часть туловища окажется на льду, отползите или откатитесь подальше от полыньи. Медленно и осторожно ползите до безопасного места, возвращайтесь обратно по своим следам.

Выбравшись на сушу, снимите и отожмите промокшую одежду. Двигайтесь и делайте силовые упражнения, если по близости есть отапливаемое здание – отправляйтесь туда и срочно вызывайте скорую помощь.

Будьте бдительны и внимательны в соблюдении простейших правил безопасности. Так ваше пребывание на природе принесет только классные эмоции и драгоценный отдых.